



UNIVERSIDADE FEDERAL DE
SANTA MARIA/ PRÓ-REITORIA
DE PÓS-GRADUAÇÃO E



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: ANÁLISE BIOLÓGICA, COMPORTAMENTAL E SOCIOCULTURAL EM INDIVÍDUOS ADULTOS E IDOSOS PRATICANTES DE EXERCÍCIOS FÍSICOS

Pesquisador: Sara Teresinha Corazza

Área Temática:

Versão: 3

CAAE: 45429015.4.0000.5346

Instituição Proponente: Universidade Federal de Santa Maria/ Pró-Reitoria de Pós-Graduação e

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 1.154.499

Data da Relatoria: 20/07/2015

Apresentação do Projeto:

Este é um projeto de pesquisa do tipo "guarda chuva" do CEFD-UFSM.

Seu foco centra-se na atual preocupação do um envelhecimento saudável, ativo e independente. Os pesquisadores destacam um aumento do número de adultos e idosos participantes de programas e projetos, principalmente a prática de exercícios físicos, voltados à promoção de saúde. Em vista de tais acontecimentos, o objetivo da pesquisa é analisar aspectos de ordem biológica, comportamentais e socioculturais em indivíduos adultos e idosos praticantes de exercícios vinculados ao projeto de extensão "Projeto de Atividades Físicas da Terceira Idade" do Centro de Educação Física e Desportos da Universidade Federal de Santa Maria.

Para tanto, buscam investigar as capacidades perceptivo motoras, avaliar o desempenho ocupacional, verificar o nível de atividade física, analisar a percepção de barreiras para a prática de exercícios físicos, determinar a qualidade de vida, analisar a composição corporal, a força muscular, a resistência muscular e a flexibilidade, bem como analisar as conexões entre a prática do exercício físico e as representações de corpo de homens e mulheres

Endereço: Av. Roraima, 1000 - prédio da Reitoria - 2º andar

Bairro: Camobi

CEP: 97.105-970

UF: RS

Município: SANTA MARIA

Telefone: (55)3220-9362

E-mail: cep.ufsm@gmail.com



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA MARIA/ PRÓ-REITORIA DE PÓS-GRADUAÇÃO E



Continuação do Parecer: 1.154.499

no processo do envelhecimento. Logo, o projeto justifica-se pela relevância da pesquisa e das temáticas de investigação na área de gerontologia, sobretudo, por focalizar estudos oriundos do olhar e da intervenção interdisciplinar na busca da promoção da saúde e da melhora da qualidade de vida. O projeto caracteriza-se como método misto, onde se aplica a combinação de métodos quantitativos e qualitativos (THOMAS; NELSON; SILVERMAN, 2012).

O grupo de estudo será de adultos de meia-idade, idosos jovens e de idosos conforme classificação de SPIRDUSO (2005), praticantes de exercícios físicos, vinculados aos projetos de extensão do CEFD/UFSM.

Para avaliação do tempo de reação, coordenação motora fina e bilateral, percepção periférica, atenção e concentração, será utilizado o Sistema de Testes de Viena. Para avaliar as funções cognitivas, será utilizado o MEEM, (BRUCKI et al., 2003).

O desempenho ocupacional será investigado com a utilização da Medida Canadense de Desempenho Ocupacional (LAW et al., 1990). A composição corporal será avaliada a partir da mensuração das dobras cutâneas tricipital, bicipital, subescapular e suprailíaca, com o uso de um compasso científico. Para o cálculo da Densidade Corporal (DC) será utilizada a equação generalizada proposta por Durnin e Womersley (1974) validada por Rech et al., (2010).

Para converter os resultados de DC em percentual de gordura corporal serão utilizadas as equações que levam em consideração a etnia, idade e sexo, conforme descrito por Heyward (2013). A mensuração da massa corporal será realizada através de balança e a estatura através de um estadiômetro fixo, de acordo com os procedimentos descritos por Petroski (2007).

A avaliação da força de preensão manual será realizada por meio de um dinamômetro manual mecânico. Já a força de tração de pernas e tração lombar serão avaliadas por meio de dinamômetro, de acordo com os procedimentos descritos por Guedes (2006). Já a força máxima de membros superiores (supino) e inferiores (preensão de pernas) serão avaliadas através do teste de 1RM, conforme protocolo da ACSM (2006).

A avaliação da resistência muscular será realizada por meio do teste de repetições máximas,

Endereço: Av. Roraima, 1000 - prédio da Reitoria - 2º andar

Bairro: Camobi

CEP: 97.105-970

UF: RS

Município: SANTA MARIA

Telefone: (55)3220-9362

E-mail: cep.ufsm@gmail.com



através do exercício supino e preensão de pernas, no qual o indivíduo deverá realizar o maior número de repetições possíveis com carga de 60% de 1RM.

A flexibilidade será avaliada a partir da análise de determinados movimentos angulares, com flexímetro manual. As articulações avaliadas serão ombro, quadril e coluna vertebral, utilizando-se o movimento ativo da articulação, realizados conforme descritos por Monteiro (2005). Para a aferição do Nível de Atividade Física será utilizado o Questionário Internacional de Atividade Física (MAZO; BENEDETTI, 2010).

Para avaliar as barreiras percebidas, será utilizado o Questionário sobre Barreiras à Prática de Atividades Físicas em Idosos adaptado por Hirayama (2005). Para a avaliação do ambiente será usado O Stanford Healthy Neighborhood Discovery Tool criado e validado por Buman et al. (2013) que identifica as barreiras e facilitadores para um estilo de vida fisicamente ativo entre os idosos no bairro onde residem. A qualidade de vida dos idosos será avaliada através do WHO -QOL brief de acordo com o proposto por Fleck et al.(2000).

Para colher dados referentes às representações de corpo e as relações de gênero conectadas à prática de atividades físicas, utilizaremos entrevistas semiestruturadas individuais que serão registradas com um gravador digital e transcritas em papel. Os temas das entrevistas acerca das representações de corpo estarão sustentados nos seguintes eixos: (a) motivações e expectativas relacionadas à participação em programas de atividades físicas; (b) percepção do corpo ao longo da vida; (c) relação do corpo com a atividade física (SILVA et al., 2011). As relações de gênero e as suas interações com saúde, qualidade de vida e prática de atividades físicas serão investigadas a partir dos seguintes eixos temáticos: (a) a influência das relações de gênero nas escolhas, permanência e abandono que homens e mulheres fazem de atividades físicas; (b) as relações de gênero e as noções de saúde ao longo da vida homens e mulheres.

Apresenta cronograma adequado, respeitando o período de apreciação do CEP para início das coletas de dados.

O orçamento previsto é de R\$ 1800,00 e será custeado pelos pesquisadores.

Endereço: Av. Roraima, 1000 - prédio da Reitoria - 2º andar

Bairro: Camobi

CEP: 97.105-970

UF: RS

Município: SANTA MARIA

Telefone: (55)3220-9362

E-mail: cep.ufsm@gmail.com



Objetivo da Pesquisa:

Objetivo Primário: analisar aspectos de ordem biológica, comportamental e sociocultural em indivíduos adultos e idosos praticantes de exercícios físicos.

Objetivo Secundário:

- Investigar tempo de reação, equilíbrio, coordenação bilateral, percepção periférica e propriocepção;
- Investigar a atenção, concentração e condição cognitiva;
- Avaliar o desempenho ocupacional;
- Verificar o nível de atividade física;
- Analisar a percepção de barreiras para a prática de exercícios físicos;
- Determinar a qualidade de vida;
- Analisar a composição corporal, a força muscular, a resistência muscular e a flexibilidade;
- Analisar as conexões entre a prática de atividade física e as representações de corpo de homens e mulheres no processo do envelhecimento;
- Analisar as relações de gênero associadas à adesão ou não à prática de atividades físicas.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Riscos: O participante da pesquisa poderá sentir-se cansado em função da realização dos testes motores ou poderá haver algum desconforto ao responder os questionamentos pela recordação de alguma situação desagradável ou até mesmo por ter que responder questões de âmbito pessoal, podendo, assim, cancelar o seguimento da pesquisa ou continuar em outro momento. Entretanto, diante de qualquer constrangimento poderá ser encaminhado aos profissionais qualificados para a devida assistência. O participante poderá sentir um pouco de desconforto durante a realização das medidas de dobras cutâneas, em função do pinçamento de determinados locais, assemelhando-se a um leve beliscão, também poderá sentir-se cansado em função da realização dos testes físicos e motores, podendo, assim, cancelar o seguimento da pesquisa ou continuar em outro momento.

Benefícios: Os benefícios do estudo são indiretos, no sentido de se fazer um diagnóstico da realidade dos adultos e idosos de Santa Maria, vinculados aos projetos de extensão do Centro de Educação Física e Desportos, para que se possa estabelecer estratégias de ações futuras para a melhoria da saúde desta população. Como benefício direto, os participantes receberão os dados sobre a sua composição corporal, seu desempenho motor e ocupacional, bem como sua qualidade

Endereço: Av. Roraima, 1000 - prédio da Reitoria - 2º andar

Bairro: Camobi

CEP: 97.105-970

UF: RS

Município: SANTA MARIA

Telefone: (55)3220-9362

E-mail: cep.ufsm@gmail.com



UNIVERSIDADE FEDERAL DE
SANTA MARIA/ PRÓ-REITORIA
DE PÓS-GRADUAÇÃO E



Continuação do Parecer: 1.154.499

de vida.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

A pesquisa está bem apresentada e fundamentada. Traz informações adequadas dos procedimentos metodológicos.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Apresenta folha de rosto, projeto na integra, registro no GAP, autorização do CEFD, autorização dos locais onde as avaliações/coletas serão realizadas, termo de confidencialidade e os TCLEs para cada grupo de testagem.

Recomendações:

Veja no site do CEP - <http://w3.ufsm.br/nucleodecomites/index.php/cep> - na aba "orientações gerais", modelos e orientações para apresentação dos documentos. Acompanhe as orientações disponíveis, evite pendências e agilize a tramitação do seu projeto

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Não existem pendências ou inadequações.

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

Considerações Finais a critério do CEP:

Endereço: Av. Roraima, 1000 - prédio da Reitoria - 2º andar

Bairro: Camobi

CEP: 97.105-970

UF: RS

Município: SANTA MARIA

Telefone: (55)3220-9362

E-mail: cep.ufsm@gmail.com



UNIVERSIDADE FEDERAL DE
SANTA MARIA/ PRÓ-REITORIA
DE PÓS-GRADUAÇÃO E



Continuação do Parecer: 1.154.499

SANTA MARIA, 20 de Julho de 2015

Assinado por:
CLAUDEMIR DE QUADROS
(Coordenador)

Endereço: Av. Roraima, 1000 - prédio da Reitoria - 2º andar

Bairro: Camobi

CEP: 97.105-970

UF: RS

Município: SANTA MARIA

Telefone: (55)3220-9362

E-mail: cep.ufsm@gmail.com