



UFES - UNIVERSIDADE  
FEDERAL DO ESPÍRITO  
SANTO - CAMPUS GOIABEIRA



## PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

### DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

**Título da Pesquisa:** Respostas glicêmicas e pressóricas após uma sessão de exercício físico intervalado em mulheres com e sem hipertensão arterial.

**Pesquisador:** Victor Hugo Gasparini Neto

**Área Temática:**

**Versão:** 1

**CAAE:** 79012217.8.0000.5542

**Instituição Proponente:** Centro de Educação Física e Desportos da Universidade Federal do Espírito

**Patrocinador Principal:** Financiamento Próprio

### DADOS DO PARECER

**Número do Parecer:** 2.364.738

#### Apresentação do Projeto:

O projeto de pesquisa “Respostas glicêmicas e pressóricas após uma sessão de exercício físico intervalado em mulheres com e sem hipertensão arterial” de Victor Hugo Gasparini Neto, compõe às ações do Laboratório de Fisiologia do Exercício – LAFEX, do Centro de Educação Física e Desportos, ligados ao Programa de Pós-Graduação em Educação Física. Tem como objetivo avaliar o comportamento das respostas pressóricas e glicêmicas agudas após uma sessão de exercício intervalado em mulheres com e sem hipertensão arterial. Caracteriza-se como um estudo transversal quase experimental do qual participarão voluntariamente 24 mulheres fisicamente ativas (idade:  $57,6 \pm 11,5$  anos; massa corporal:  $66,8 \pm 11,7$  kg; estatura:  $1,56 \pm 0,07$  metros; IMC:  $27,4 \pm 4,4$  kg/m<sup>2</sup>). As voluntárias serão recrutadas por conveniência no Programa de Orientação ao Exercício Físico (PROEF) da Unidade de Saúde de Chácara Parreiral na cidade de Serra/ES, Brasil. De acordo com o pesquisador a frequência semanal de atividade física das voluntárias será de duas vezes por semana: antes da aplicação dos protocolos experimentais e da coleta das variáveis analisadas, as voluntárias participarão de uma sessão de familiarização do protocolo de exercício intervalado bem como serão colocadas a par dos objetivos, dos métodos de avaliação e dos protocolos do estudo e assinarão o termo de consentimento livre e esclarecido. Inicialmente, o pesquisador principal do estudo, aplicará uma anamnese e um exame físico. Segundo o pesquisador, as voluntárias também serão pesadas em balança eletrônica com capacidade máxima de 200 kg e será verificada a estatura com estadiômetro (Welmy W-200). Posteriormente, será

**Endereço:** Av. Fernando Ferrari, 514-Campus Universitário, Prédio Administrativo do CCHN

**Bairro:** Goiabeiras

**CEP:** 29.075-910

**UF:** ES

**Município:** VITORIA

**Telefone:** (27)3145-9820

**E-mail:** cep.goiabeiras@gmail.com



avaliada a glicemia capilar de jejum de 12 horas com glicosímetro (Accu-Check Active). A pressão arterial de repouso será mensurada em aparelho auscultatório de manômetro de mercúrio (PROTEC) com escala vertical de 0 a 300 mmHg e manguito com fecho de velcro tamanho adulto, de acordo com as diretrizes da Sociedade Brasileira de Cardiologia (VII Diretriz Brasileira de Hipertensão Arterial, 2016). A coleta das variáveis será feita por seis Profissionais de Educação Física treinados previamente, pelo pesquisador principal, nos procedimentos de mensuração da pressão arterial e glicemia capilar. Isso será feito para que o tempo e os intervalos entre as coletas sejam rigorosamente controlados. Todas as participantes do estudo serão orientadas a não realizar qualquer tipo de esforço físico intenso nas 48 horas precedentes ao protocolo de exercício físico agudo e a seguirem suas dietas habituais. As variáveis no dia do protocolo experimental serão coletadas no pré-exercício físico, pós-exercício, 10, 30 e 60 minutos pós-exercício. O objetivo será traçar o comportamento das variáveis estudadas. Sessão de treinamento intervalado o protocolo de exercício físico será realizado em quadra poliesportiva e dividido da seguinte forma: cinco minutos de aquecimento com caminhada em volta da quadra (respeitando o ritmo individual de cada voluntária). De acordo com o pesquisador, logo após o aquecimento, serão realizadas 10 séries de exercício intervalado com um minuto de duração e um minuto de pausa passiva entre as séries (protocolo 1x1 - adaptado de Gibala, 2011) o que totalizará 20 minutos. Para isso, esclarecem que as séries serão conduzidas da seguinte forma: corrida ou caminhada para frente e para trás na qual as voluntárias irão segurar um tubo de látex (na altura do abdômen) de alta tensão que estava fixo nos mastros da quadra poliesportiva. Ao longo das séries será controlada percepção subjetiva de esforço (PSE) pelas próprias voluntárias que anotarão o esforço percebido, através da escala modificada de Borg de zero a 10, sendo zero nenhum esforço e 10 o esforço máximo (FOSTER, 2001). Os dados serão avaliados em média e desvio padrão, será utilizado ANOVA de duas vias para avaliação do comportamento da pressão pós esforço.

#### **Objetivo da Pesquisa:**

Objetivo Primário:

Avaliar o comportamento pressórico e glicêmico após uma sessão de exercício intervalado em mulheres com e sem hipertensão arterial.

#### **Avaliação dos Riscos e Benefícios:**

Sobre os riscos o pesquisador esclarece que é possível que aconteçam alguns desconfortos durante o estudo como cansaço, mal estar, possível risco de queda durante a corrida, e dor ao furar os dedos para medida de glicose capilar, em contrapartida são esperados benefícios como uma melhora na glicose sanguínea capilar e na pressão arterial e essa possível redução poderá

**Endereço:** Av. Fernando Ferrari, 514 - Campus Universitário, Prédio Administrativo do CCHN

**Bairro:** Goiabeiras

**CEP:** 29.075-910

**UF:** ES

**Município:** VITÓRIA

**Telefone:** (27) 3145-9820

**E-mail:** cep.goiabeiras@gmail.com



Continuação do Parecer: 2.364.738

trazer benefícios agudos crônicos, reduzindo inclusive as chances de morbimortalidade. Esclarece, ainda, que em caso de algum problema relacionado com o protocolo de pesquisa, você terá direito a assistência gratuita médica e de enfermagem que será prestada na Unidade Básica de Saúde, que fica ao lado da quadra poliesportiva. O pesquisador destaca que todos voluntários serão beneficiados com a prescrição do exercício físico e serão informados sobre uma melhor conduta para controle da hipertensão no caso das hipertensas e uma manutenção da saúde no caso das não hipertensas.

Avaliando os riscos e os benefícios destaco que a pesquisa atende as especificações da resolução 466/12. Ressalto, ainda, que os benefícios diretos aos participantes e científicos para o campo da saúde conferem a necessidade e pertinência da proposta de estudo.

#### **Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:**

O projeto é relevante cientificamente e socialmente, e está bem delimitado com sólida argumentação teórica e metodológica. Destaco os benefícios diretos para os participantes do estudo, já que serão beneficiados com a prescrição do exercício físico e serão informados sobre uma melhor conduta para controle da hipertensão e uma manutenção da saúde no caso das não hipertensas.

#### **Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:**

O TCLE atende todas as especificações necessárias para sua aprovação, conforme Resolução n. 466, de dezembro de 2012, do Conselho Nacional de Saúde, tais como: objetivos, procedimentos, riscos, benefícios, indenização, ressarcimento.

#### **Recomendações:**

Recomendo aprovação pelo Comitê de Ética.

#### **Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:**

Não há pendências.

#### **Considerações Finais a critério do CEP:**

Projeto aprovado por esse comitê, estando autorizado a ser iniciado.

#### **Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:**

| Tipo Documento                 | Arquivo                                      | Postagem               | Autor | Situação |
|--------------------------------|----------------------------------------------|------------------------|-------|----------|
| Informações Básicas do Projeto | PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_208601.pdf | 17/10/2017<br>16:23:15 |       | Aceito   |

**Endereço:** Av. Fernando Ferrari, 514 - Campus Universitário, Prédio Administrativo do CCHN

**Bairro:** Goiabeiras

**CEP:** 29.075-910

**UF:** ES

**Município:** VITÓRIA

**Telefone:** (27) 3145-9820

**E-mail:** cep.goiabeiras@gmail.com



UFES - UNIVERSIDADE  
FEDERAL DO ESPÍRITO  
SANTO - CAMPUS GOIABEIRA



Continuação do Parecer: 2.364.738

|                                                                    |                                                    |                        |                               |        |
|--------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|------------------------|-------------------------------|--------|
| Projeto Detalhado /<br>Brochura<br>Investigador                    | Projeto_Intervalado_Hipertensao.pdf                | 17/10/2017<br>16:22:45 | Victor Hugo<br>Gasparini Neto | Aceito |
| TCLE / Termos de<br>Assentimento /<br>Justificativa de<br>Ausência | Termo_de_Consentimento_Livre_e_Escl<br>arecido.pdf | 17/10/2017<br>16:17:57 | Victor Hugo<br>Gasparini Neto | Aceito |
| Folha de Rosto                                                     | Folha_de_rosto_digitalizada.pdf                    | 01/09/2017<br>11:18:28 | Victor Hugo<br>Gasparini Neto | Aceito |

**Situação do Parecer:**

Aprovado

**Necessita Apreciação da CONEP:**

Não

VITORIA, 04 de Novembro de 2017

---

**Assinado por:**  
**Fabiana Pinheiro Ramos**  
**(Coordenador)**

**Endereço:** Av. Fernando Ferrari, 514-Campus Universitário, Prédio Administrativo do CCHN

**Bairro:** Goiabeiras

**CEP:** 29.075-910

**UF:** ES

**Município:** VITORIA

**Telefone:** (27)3145-9820

**E-mail:** cep.goiabeiras@gmail.com