

**PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP**

**DADOS DO PROJETO DE PESQUISA**

**Título da Pesquisa:** EXERCÍCIO FÍSICO AQUÁTICO E ORIENTAÇÃO NUTRICIONAL EM IDOSAS COM OSTEOARTRITE DE JOELHO

**Pesquisador:** NATALIA BONETI MOREIRA

**Área Temática:**

**Versão:** 1

**CAAE:** 51225415.5.0000.5223

**Instituição Proponente:** Faculdades Dom Bosco/ PR

**Patrocinador Principal:** Financiamento Próprio

**DADOS DO PARECER**

**Número do Parecer:** 1.361.487

**Apresentação do Projeto:**

A osteoartrite (OA) de joelhos é uma doença crônico-degenerativa com alta prevalência em indivíduos com mais de 60 anos e o excesso de peso é considerado um importante fator de risco para o desenvolvimento da OA. O presente estudo tem o objetivo de verificar o efeito de um programa de exercício físico aquático aliado à orientação nutricional na composição corporal e funcionalidade de idosas com OA de joelhos. A amostra do estudo será composta por 60 idosas com OA de joelhos com idade igual ou superior a 60 anos de idade. Os instrumentos de medida serão compostos pela avaliação antropométrica (massa corporal, estatura, circunferência abdominal, circunferência de panturrilha e prega cutânea tricipital) por uma balança digital, estadiômetro portátil, fita antropométrica inextensível e adipômetro; Qualidade de vida através do questionário SF-36; Dor, rigidez articular e funcionalidade através do questionário WOMAC; Composição corporal através da impedância bioelétrica (BIA) tetrapolar (aparelho RJL Systems® modelo Quantum BIA 101Q); Equilíbrio estático através da plataforma de força (AMTI, modelo OR-06, USA); Função muscular através do Biodex System 3; Biodex Medical Systems; Funcionalidade através do Short Physical Performance Battery Test (SPPB), teste de caminhada de 6 minutos e "Time Up and Go" (TUG). A intervenção que será aplicada vai consistir em um programa de exercício físico aquático de 16 semanas com duas sessões semanais com duração de 60 minutos

**Endereço:** Rua Paulo Martins, 332

**Bairro:** Mercês

**CEP:** 80.710-010

**UF:** PR

**Município:** CURITIBA

**Telefone:** (41)3218-5582

**Fax:** (41)3218-5559

**E-mail:** cep@dombosco.com.br

Continuação do Parecer: 1.361.487

que irá abranger exercícios de força para membros inferiores e exercícios aeróbios. Aliado ao programa de treinamento físico haverá um programa de orientação nutricional (12 sessões). Será utilizado o teste de Kolmogorov-Smirnov para normalização dos dados, ANOVA multifatorial com medidas repetidas para diferença entre grupos e o teste de Tukey se houver diferença entre medidas. Os testes estatísticos terão nível de significância de 5% ( $p < 0.05$ ) e serão tratados pelo SPSS Statistics versão 22.0.

**Objetivo da Pesquisa:**

verificar o efeito de um programa de exercício físico aquático aliado à orientação nutricional na composição corporal e funcionalidade de idosas com OA de joelhos.

**Avaliação dos Riscos e Benefícios:**

Os riscos que poderão ocorrer durante a realização do estudo poderão ser dores musculares de início tardio (até 48 horas após a prática) que são comuns quando se inicia a participação em um programa de exercício físico. Conforme o corpo se adapta ao exercício estas dores não devem mais acontecer. Também, existe a possibilidade de lesão muscular durante a prática, porém as sessões de exercícios serão precedidas de período de aquecimento e exercícios de alongamento e relaxamento e relaxamentos serão aplicados ao final de cada sessão. Ademais, haverá um período de adaptação ao programa de exercício e as cargas serão individualizadas terão aumento progressivo ao longo do programa. Todas estas medidas contribuirão para a redução do risco de qualquer evento negativo durante o período de treinamento.

Os benefícios esperados com a realização do estudo são a melhoria da sua capacidade de realizar as atividades da vida diária, redução do peso corporal, melhora na composição corporal, no equilíbrio, aumento da força muscular, melhor funcionalidade, que podem contribuir para prevenir ou reduzir os sintomas dolorosos da osteoartrite e melhorar a qualidade de vida das participantes. Como contribuição secundária, o estudo contribuirá para o melhor entendimento sobre os efeitos do exercício físico aquático como tratamento não medicamentoso da OA de joelhos.

**Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:**

Tema relevante para linha de pesquisa a ser realizada

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

Foram apresentados todos os termos obrigatórios

**Recomendações:**

**Endereço:** Rua Paulo Martins, 332

**Bairro:** Mercês

**CEP:** 80.710-010

**UF:** PR

**Município:** CURITIBA

**Telefone:** (41)3218-5582

**Fax:** (41)3218-5559

**E-mail:** cep@dombosco.com.br

FACULDADES DOM BOSCO/  
PR



Continuação do Parecer: 1.361.487

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

Recomenda a aprovação

**Considerações Finais a critério do CEP:**

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

| Tipo Documento                                            | Arquivo                                      | Postagem               | Autor                  | Situação |
|-----------------------------------------------------------|----------------------------------------------|------------------------|------------------------|----------|
| Informações Básicas do Projeto                            | PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_629129.pdf | 18/11/2015<br>16:32:34 |                        | Aceito   |
| Folha de Rosto                                            | folhaDeRosto.pdf                             | 18/11/2015<br>16:32:10 | NATALIA BONETI MOREIRA | Aceito   |
| Projeto Detalhado / Brochura Investigador                 | CEP_PITTA_FINAL.docx                         | 18/11/2015<br>16:29:10 | NATALIA BONETI MOREIRA | Aceito   |
| TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência | TCLE.doc                                     | 18/11/2015<br>16:28:44 | NATALIA BONETI MOREIRA | Aceito   |
| Declaração de Instituição e Infraestrutura                | Concordancia_Federal.pdf                     | 18/11/2015<br>16:28:17 | NATALIA BONETI MOREIRA | Aceito   |
| Declaração de Instituição e Infraestrutura                | Concordancia_UniBrasil.pdf                   | 18/11/2015<br>16:27:33 | NATALIA BONETI MOREIRA | Aceito   |
| Declaração de Instituição e Infraestrutura                | Concordancia_Dom_Bosco.pdf                   | 18/11/2015<br>16:26:52 | NATALIA BONETI MOREIRA | Aceito   |

**Situação do Parecer:**

Aprovado

**Necessita Apreciação da CONEP:**

Não

CURITIBA, 10 de Dezembro de 2015

---

Assinado por:  
**RENATA WASSMANSDORF**  
(Coordenador)

**Endereço:** Rua Paulo Martins, 332

**Bairro:** Mercês

**CEP:** 80.710-010

**UF:** PR

**Município:** CURITIBA

**Telefone:** (41)3218-5582

**Fax:** (41)3218-5559

**E-mail:** cep@dombosco.com.br