



GOVERNO DO ESTADO DO PIAUÍ
UNIVERSIDADE ESTADUAL DO PIAUÍ – UESPI



Termo de Consentimento Livre e Esclarecido - TCLE

Título do projeto: Exercício aeróbio e aprendizagem motora: a restrição do fluxo sanguíneo induz efeitos aditivos?

Professor Responsável: Prof. Dr. Giordano Marcio Gatinho Bonuzzi

Instituição/ Departamento: Universidade Estadual do Piauí/ Curso de Licenciatura em Educação Física.

Telefone para contato (inclusive a cobrar): (019) 997488148

Comitê de Ética da UESPI: telefone: (86)3221-6658. Email: comitedeeticauespi@uespi.br.

Você está sendo convidado/a à participar de uma pesquisa que estudará os efeitos do exercício aeróbio (que são exercícios cíclicos com grandes grupos musculares, como pedalar, caminhar, correr e nadar) sobre a aprendizagem de habilidades motoras. Tem sido investigado um protocolo de exercício aeróbio com restrição do fluxo sanguíneo, em outras palavras a pessoa se exercita tendo o fluxo sanguíneo restringido por garrote ou esfigmomanômetro. Assim, queremos verificar se este tipo de exercício influencia a aprendizagem de movimentos. Você foi selecionado por apresentar algumas características inerentes à pesquisa. A sua participação na pesquisa **não é obrigatória**, sendo que você possui liberdade de desistir de participar da pesquisa a qualquer momento, sem que isso lhe traga qualquer tipo de prejuízo.

Nos dias de sua participação você praticará uma tarefa de computador por aproximadamente 20 minutos e além disso pode realizar exercício aeróbio com ou sem restrição do fluxo sanguíneo logo após a prática. A justificativa para a execução do presente estudo é que possivelmente outras pessoas podem se beneficiar desta estratégia de melhoria da aprendizagem motora, como atletas de alto rendimento, pessoas em reabilitação e até mesmo estudantes que estão envolvidos em contextos de aprendizagem.

Todas as informações sobre esta pesquisa estão descritas neste documento, por favor, leia cuidadosamente o que se segue e pergunte ao pesquisador qualquer dúvida que você tiver sobre sua participação. Após ser esclarecido todas as suas dúvidas, caso aceite participar deste estudo, você deve assinar este documento que está em duas vias. Sendo que, uma das vias ficará com o pesquisador e outra via será sua. Você pode recusar-se a participar deste estudo em qualquer momento, sendo que isso não implicará nenhum problema a você.

Para participar deste estudo solicito a sua especial colaboração nos dias determinados para a coleta de dados que será realizada na Universidade Estadual do Piauí.

1) Procedimentos do Estudo

Para participar deste estudo solicito a sua especial colaboração nos dias determinados para coleta de dados que será realizada na quadra poliesportiva da Universidade Estadual do Piauí, campus prof. Barros Araújo, em horário e data marcada junto ao pesquisador.

Rúbrica do participante:

Rúbrica do pesquisador:

A pesquisa é composta por 2 dias consecutivos. Se for o caso (dependendo do grupo que você estiver na pesquisa), no primeiro dia, você praticará uma tarefa de computador e após realizará uma caminhada na esteira. Haverá pessoas que caminharão sem restrição do fluxo sanguíneo, e outras caminharão com restrição do fluxo sanguíneo. A restrição do fluxo sanguíneo irá ser realizada por meio de dois esfigmomanômetros (aparelho manual de aferir pressão arterial) colocados na coxa próximo à virilha. Neles irá ser introduzido uma pressão de aproximadamente 160 milímetros de mercúrio (que é a pressão que vemos naquele relógio presente nestes aparelhos manuais de aferir pressão arterial). No segundo dia haverá apenas a prática da tarefa de computador. Em todos os momentos da pesquisa haverá um pesquisador acompanhando você, para assegurar-lhe sua segurança.

É importante ressaltar que você terá o direito de descansar quantas vezes forem necessárias, ou até mesmo desistir de participar, em qualquer momento da pesquisa, sem que isso traga qualquer prejuízo para você.

2) Riscos e desconfortos

A prática de exercícios físicos pode ser acompanhada de desconfortos musculares e fadiga. Além disso, por estar se envolvendo em exercício aeróbio, o participante pode acidentalmente vir a apresentar entorses ou traumas que são inerentes à participação de qualquer atividade física. Segundo o estudo de descrição dos efeitos do treinamento e efeitos colaterais do treinamento de restrição do fluxo sanguíneo realizado por De Queiros et al. (2021), como efeitos indesejáveis deste tipo de exercício temos formigamento (71,2%), seguido de dor muscular tardia (55,8%) e dor excessiva durante o exercício (45,2%). Rabdomiólise, desmaio e hemorragia subcutânea foram relatados com menos frequência (1,9%, 3,8% e 4,8%, respectivamente), sendo demonstrado apenas em protocolos mais vigorosos que não serão usados neste estudo.

Para minimizar qualquer dano decorrente destas práticas nós estamos propondo protocolos já comprovados pela literatura especializada da área como seguros e viáveis para pessoas que apresentem características como as suas. Neste sentido, na presença de qualquer ocorrência que for derivada da sua participação no estudo os pesquisadores serão responsáveis integralmente sobre o ocorrido, sendo que será ofertado a você assistência imediata e integral, no caso de você necessitar. Ou seja, será solicitado atendimento médico no momento imediato a sua necessidade, sendo esta condição aplicável a complicações e danos decorrentes, direta ou indiretamente, da sua participação da pesquisa. Além disso, de qualquer modo, você tem liberdade de desistir em qualquer momento da pesquisa, caso você queira. Isso pode ocorrer sem qualquer motivo, e você não será penalizado por sua desistência.

É também importante salientar que você será integralmente indenizado e/ou ressarcido se caso qualquer ocorrência com você ocorrer em função da sua participação direta ou indireta no estudo.

3) Benefícios

A participação nesta pesquisa vai oportunizar vivências de exercício aeróbio que poderão ser continuadas pelo participante e que são importantes para a saúde. Assim, você receberá dicas de como realizar esse tipo de exercício, além das principais preocupações que você deve ter durante sua execução.

4) Tratamento Alternativo

UESPI – Picos/ PI: BR 316 KM 299 Bairro Altamira – CEP 64.600-000 – Fone: 089-34224757/4959/4315

Rúbrica do participante:

Rúbrica do pesquisador:

Não há procedimentos alternativos neste estudo

5) Acompanhamento e Responsabilidade

Efeitos indesejáveis são possíveis de ocorrer em qualquer estudo de pesquisa, apesar de todos os cuidados possíveis, e podem acontecer sem que a culpa seja sua ou dos pesquisadores. Na presença de qualquer ocorrência que for derivada da participação no estudo os pesquisadores serão responsáveis integralmente sobre o ocorrido, sendo que será ofertado ao participante assistência imediata e integral, no caso de o participante necessitar. Ou seja, será solicitado atendimento médico no momento imediato a necessidade do participante, sendo esta condição aplicável a complicações e danos decorrentes, direta ou indiretamente, de sua participação da pesquisa. Além disso, de qualquer modo, o participante tem liberdade de desistir em qualquer momento da pesquisa, caso o participante queira. Isso pode ocorrer sem qualquer motivo, e o participante não será penalizado por sua desistência.

6) Garantia de Esclarecimento

Os pesquisadores irão acompanhar você durante toda a coleta e sanar qualquer tipo de dúvida relacionada à pesquisa.

7) Grupo Placebo ou Controle

Haverá indivíduos que somente praticarão a tarefa de computador e ficarão em pé na esteira ergométrica por período compatível ao que os outros irão realizar exercício.

8) Participação

A sua participação neste estudo é muito importante e voluntária. Você tem o direito de não querer participar ou de sair deste estudo a qualquer momento, sem penalidades ou perda de qualquer benefício ou cuidados a que tenha direito nesta instituição. Você também pode ser desligado do estudo a qualquer momento sem seu consentimento nas seguintes situações: (a) você não use ou siga adequadamente as orientações; (b) você sofra efeitos indesejáveis não esperados; (c) o estudo termine. Em caso de você decidir retirar-se do estudo, favor notificar o profissional e /ou pesquisador que esteja atendendo-o.

Os pesquisadores responsáveis pelo estudo poderão fornecer qualquer esclarecimento sobre o estudo, assim como tirar dúvidas, bastando contato com o seguinte endereço e/ou telefone, e-mail:

Nome do Pesquisador: Giordano Marcio Gatinho Bonuzzi

Telefone do Pesquisador: [\(19\) 997488148](tel:(19)997488148)

E-mail do Pesquisador: giordanomgb@gmail.com ou giordanomarcio@psc.uespi.br

9) Caráter Confidencial dos Registros

A sua identidade será mantida em sigilo. Os resultados serão sempre apresentados com nomes ilusórios (grupo RESTRIÇÃO, CONTROLE ou AERÓBIO). Dessa forma, você não será identificado quando o material de seu registro for utilizado, seja para propósitos

Rúbrica do participante:

Rúbrica do pesquisador:

de publicação científica ou educativa. A análise será feita por meio de gráficos e estatísticas dos dados obtidos, assegurando então que seus direitos de imagem sejam restritos, não havendo divulgação dos próprios vinculados aos resultados da pesquisa.

10) Custos e Reembolso

Você não terá nenhum gasto com a sua participação no estudo e também não receberá pagamento pelo mesmo. Não haverá reembolso em eventuais gastos decorrentes de sua participação.

Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) – Universidade Estadual do Piauí

O sistema CEP/CONEP avalia os aspectos éticos das pesquisas que envolvam seres humanos. Segundo a Resolução 466/12, pesquisa envolvendo seres humanos é “pesquisa que, individual ou coletivamente, tenha como participante o ser humano, em sua totalidade ou partes dele, e o envolva de forma direta ou indireta, incluindo o manejo de seus dados, informações ou materiais biológicos”.

O Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Estadual do Piauí foi o responsável pela aprovação desta pesquisa. Seu endereço é:

Rua Olavo Bilac, 2335, Bairro: Centro, Teresina – Piauí. CEP: 64.001-280, telefone: (86)3221-6658. Email: comitedeeticauespi@uespi.br.
Horário de atendimento: 08:00 às 12:00.

Nome do(a) participante:

Data:

Assinatura do(a) participante da pesquisa ou responsável legal:

Assinatura do pesquisador:

Rúbrica do participante:

Rúbrica do pesquisador: