

PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Efeitos do Mat Pilates em Policiais com Dor Lombar Crônica Não-Específica

Pesquisador: JANNY MIRIAN ANTONELLI TAVARES

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 70832917.7.0000.5547

Instituição Proponente: UNIVERSIDADE TECNOLÓGICA FEDERAL DO PARANÁ

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 2.214.386

Apresentação do Projeto:

Segundo a autora: O estudo faz parte da Dissertação de Mestrado do Programa de Pós-Graduação em Educação Física, na área de Atividade Física e Saúde da Universidade Tecnológica Federal do Paraná - UTFPR. Esta pesquisa é caracterizada como de campo do tipo exploratória descritiva experimental. Através de uma bateria de testes o presente estudo pretende identificar e relacionar a intensidade da dor lombar, a força (PT), resistência (RM) e o padrão de recrutamento e relaxamento muscular dos flexores e extensores do tronco durante um distúrbio, antes e após a aplicação de um programa de exercício físico baseado no Método Pilates (Mat Pilates – solo). A pesquisa será composta por dois grupos de policiais que apresentem dor lombar crônica não específica, sendo um grupo de intervenção ou Grupo Praticante de Pilates (GPP, n=30) e outro grupo controle (GC, n=30), selecionados aleatoriamente através de sorteio e avaliados antes, e após a intervenção do Método Pilates (Mat Pilates-solo) onde serão realizadas análises quantitativa, descritiva e comparativas (Thomas e Nelson, 2002).

O Método Pilates, é composto por um conjunto de exercícios físicos baseado em princípios fundamentais que objetivam fortalecer os músculos estabilizadores do tronco. A melhoria da capacidade contrátil muscular, especificamente dos músculos extensores e flexores do tronco podem promover melhorias sobre a estabilidade da coluna e auxiliar o sistema de controle postural em restabelecer a postura durante a realização de diferentes tarefas, além de diminuir os

Endereço: SETE DE SETEMBRO 3165

Bairro: CENTRO

UF: PR

Município: CURITIBA

Telefone: (41)3310-4494

CEP: 80.230-901

E-mail: coep@utfpr.edu.br

episódios de dores nas costas. O objetivo do presente estudo é identificar o efeito de um programa de exercícios baseados no Método Pilates na redução da dor lombar crônica não-específica em policiais militares. Serão convidados a participar do estudo 60 Policiais Militares da cidade de Curitiba / PR, com idade entre 18 e 40 anos, formando assim os grupos praticantes de Pilates (GPP=30) e de controle (GC=30). Serão aplicadas sessões de Pilates de solo 3 vezes semanais durante 4 meses (48 sessões). Para quantificar as mudanças na ativação elétrica (recrutamento) e no relaxamento dos músculos flexores e extensores do tronco e glúteos e na intensidade da dor lombar crônica relacionadas ao Método Pilates, serão realizados os seguintes testes; a) teste de força ou Pico de torque (PT) dos músculos flexores e extensores do tronco, b) teste de resistência abdominal (RMA) em um minuto e o teste de resistência dos extensores (RME) da coluna; c) teste de contração isométrica voluntária máxima (CIVM) dos músculos flexores e extensores do tronco, quadril e ombro para quantificar o nível de ativação muscular (RMS), d) teste de controle postural durante um distúrbio que irá avaliar o nível, início e término da ativação muscular. Os dados serão submetidos a uma análise descritiva padrão (média e desvio-padrão). Para verificar a influência do programa de exercícios baseado no Método Pilates sobre as variáveis citadas nas condições PRÉ e PÓS e em dois grupos GPP e GC, será aplicada uma ANOVA two way para medidas repetidas. O teste de Tukey será utilizado para identificar onde as diferenças estatísticas ocorrerão. Para identificar os efeitos das variáveis analisadas no estudo sobre a intensidade da dor será aplicado um teste de correlação Qui-quadrado (2) de Pearson entre as variáveis. Os testes estatísticos serão realizados no software Estatísticos versão 5.5 e as variáveis serão testadas com um nível de significância de $p < 0,05$.

Ainda, segundo a autora, são critérios de Inclusão e Exclusão:

Critérios de Inclusão: Serão considerados critérios de inclusão: (a) policiais militares estaduais com idades entre 18 e 40 anos (b) apresentar dor lombar crônica não específica por um período maior de 6 meses (c) ter disponibilidade de participar de três sessões semanais de aulas de Pilates solo por um período de 4 meses e (d) não apresentar lesão ou doença que impeça a realização dos testes físicos ou qualquer exercício proposto pelo programa de intervenção do Método Pilates.

Critérios de Exclusão: Serão considerados como critérios de exclusão: (a) os policiais que não completarem todos os testes/avaliações da pesquisa (Pré-Pós intervenção); (b) os policiais que não frequentarem regularmente as aulas de Pilates (ter 20% de faltas ou mais); (c) sofrer algum tipo de

Endereço: SETE DE SETEMBRO 3165

Bairro: CENTRO

UF: PR

Município: CURITIBA

Telefone: (41)3310-4494

CEP: 80.230-901

E-mail: coep@utfpr.edu.br

lesão, que impeça a participação nos testes propostos ou continuação das sessões de treinamento; (d) pedir desligamento da pesquisa.

Objetivo da Pesquisa:

Segundo a autora, são objetivos da pesquisa:

Objetivo Primário: Identificar o efeito de um programa de exercícios baseados no método Pilates sobre os parâmetros neuromusculares e a intensidade da dor lombar.

Objetivos Secundários:

- Determinar o pico de torque (PT) e resistência (RM) dos músculos flexores e extensores do tronco de policiais com LBP praticantes e não praticantes de um programa exercícios baseados no Método Pilates.
- Comparar o pico de torque (PT) e resistência (RM) dos músculos flexores e extensores do tronco de policiais com LBP praticantes e não praticantes de um programa exercícios baseados no Método Pilates.
- Determinar o padrão de ativação muscular (Nível (RMS), Início (IAM) e Término (TAM)) dos flexores e extensores do tronco, quadril e ombro durante o distúrbio de policiais com LBP praticantes e não praticantes de um programa de exercícios baseados no Método Pilates.
- Comparar o padrão de ativação muscular (Nível (RMS), Início (IAM) e Término (TAM)) dos flexores e extensores do tronco, quadril e ombro durante o distúrbio de policiais com LBP praticantes e não praticantes de um programa exercícios baseados no Método Pilates.
- Comparar a intensidade da dor lombar (IOD) em policiais praticantes e não praticantes de um programa de exercícios baseados no Método Pilates.
- Relacionar a intensidade da dor lombar (IOD) de policiais praticantes e não praticantes de um programa de exercícios baseados no Método Pilates com os parâmetros neuromusculares.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Segundo a autora:

Riscos: Ainda que mínimo, tanto nos testes para quantificar as variáveis do estudo, quanto as aulas de Pilates – Mat solo, existem riscos de lesões ou desconforto musculares tais com: fadiga muscular ou dor tardia, sintomas comuns a qualquer atividade física, sendo considerado, portanto de baixo risco. O programa de exercícios baseado no Método Pilates é considerado seguro e utilizado em vários tipos de reabilitação. Contudo, toda a técnica correta para execução dos exercícios será ensinada para diminuir/ ou evitar os riscos de lesão. Na eventualidade de alguma ocorrência de acidentes, durante as coletas de dados ou as aulas, a PM possui pronto atendimento e está ciente do estudo (Anexo 3 e 4). Poderia haver o risco indireto de exposição das informações

Endereço: SETE DE SETEMBRO 3165

Bairro: CENTRO

CEP: 80.230-901

UF: PR

Município: CURITIBA

Telefone: (41)3310-4494

E-mail: coep@utfpr.edu.br

Continuação do Parecer: 2.214.386

coletadas, porém, somente a autora e a orientadora do estudo terão acesso a elas.

Benefícios: Os benefícios da intervenção do método Pilates para os policiais implicam em atenuar ou até mesmo eliminar a dor lombar crônica, enfatizando a importância da aplicação de exercícios específicos para o fortalecimento da musculatura estabilizadora profunda para o tratamento dessa patologia. Os participantes também terão outros benefícios como, redução de dores articulares, ganhos em flexibilidade e melhoras na disposição com reduções na fadiga e cansaço. Os participantes do estudo (GPP e GC) serão informadas dos resultados do estudo. Os sujeitos do Grupo de controle (GC) ao final da segunda avaliação serão convidados a participar das aulas de Pilates. O grupo Participante de Pilates (GPP) também será convidado a permanecer nas aulas de Pilates.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Trata-se de uma pesquisa relevante na área da saúde, que atende os requisitos da Res. 466/2012.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

O projeto atende a recomendação 466-2012.

Recomendações:

Enviar como notificação o TCLE com a informação do tempo que o pesquisador irá se submeter à pesquisa.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Ver recomendações.

Considerações Finais a critério do CEP:

Lembramos aos senhores pesquisadores que, no cumprimento das atribuições definidas na Resolução CNS nº 466 de 2012 e na Norma Operacional nº 001 de 2013 do CNS, o Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) deverá receber relatórios anuais sobre o andamento do estudo, bem como a qualquer tempo e a critério do pesquisador nos casos de relevância, além do envio dos relatos de eventos adversos, para conhecimento deste Comitê. Salientamos ainda, a necessidade de relatório completo ao final do estudo. Eventuais modificações ou emendas ao protocolo devem ser apresentadas ao CEP-UTFPR de forma clara e sucinta, identificando a parte do protocolo a ser modificado e as suas justificativas.

Endereço: SETE DE SETEMBRO 3165

Bairro: CENTRO

UF: PR

Município: CURITIBA

Telefone: (41)3310-4494

CEP: 80.230-901

E-mail: coep@utfpr.edu.br

Continuação do Parecer: 2.214.386

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_937352.pdf	03/07/2017 15:31:40		Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	Carta_Diretor_Saude_PB.pdf	03/07/2017 15:29:00	JANNY MIRIAN ANTONELLI TAVARES	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	Carta_Diretor_Saude.pdf	03/07/2017 15:26:42	JANNY MIRIAN ANTONELLI TAVARES	Aceito
Outros	Questionario_Oswestry_Dor_Lombar.pdf	24/06/2017 16:50:03	JANNY MIRIAN ANTONELLI TAVARES	Aceito
Outros	Estrutura_Aula_MatPilates.pdf	24/06/2017 16:48:52	JANNY MIRIAN ANTONELLI TAVARES	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto_Mestrado_Janny_Plataforma_Brasil.pdf	24/06/2017 16:47:16	JANNY MIRIAN ANTONELLI TAVARES	Aceito
Declaração de Pesquisadores	Termo_Confidencialidade.pdf	24/06/2017 16:46:44	JANNY MIRIAN ANTONELLI TAVARES	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	Autorizacao_Presidente_Junta_Medica.pdf	24/06/2017 16:45:38	JANNY MIRIAN ANTONELLI TAVARES	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE_Grupo_Controlado.pdf	24/06/2017 16:43:31	JANNY MIRIAN ANTONELLI TAVARES	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE_Grupo_Participante_Pilates.pdf	24/06/2017 16:43:10	JANNY MIRIAN ANTONELLI TAVARES	Aceito
Folha de Rosto	Folha_rosto_assinada.pdf	24/06/2017 16:36:14	JANNY MIRIAN ANTONELLI TAVARES	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

Endereço: SETE DE SETEMBRO 3165

Bairro: CENTRO

CEP: 80.230-901

UF: PR

Município: CURITIBA

Telefone: (41)3310-4494

E-mail: coep@utfpr.edu.br

Continuação do Parecer: 2.214.386

CURITIBA, 11 de Agosto de 2017

Assinado por:
Frieda Saicla Barros
(Coordenador)

Endereço: SETE DE SETEMBRO 3165

Bairro: CENTRO

UF: PR

Município: CURITIBA

Telefone: (41)3310-4494

CEP: 80.230-901

E-mail: coep@utfpr.edu.br