

PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Efeito de um aplicativo de treinamento (Sworkit® Personal Trainer) sobre a composição corporal, capacidades físicas e respostas hemodinâmicas

Pesquisador: Cristiano Teixeira Mostarda

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 50572015.4.0000.5087

Instituição Proponente: Universidade Federal do Maranhão

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 1.378.131

Apresentação do Projeto:

A inatividade física é reconhecidamente como uma das maiores causas de mortalidade e aparecimento de doenças crônicas não comunicáveis no Brasil (Schmidt et al., 2011). Visto isso, varias iniciativas tem sido desenvolvidas visando o estímulo à pratica da atividade física. Dentre elas, os “apps”, ou seja, aplicativos de celular que estimulam a pratica de atividade física estão entre uma das mais recentes praticas (Higgins, 2015). No

Brasil, os smartphones hoje estão mais presentes que os computadores, sendo 154 milhões de dispositivos (Vargas, 2015), demonstrando ser uma grande porta de entrada para o estímulo da prática da atividade física. Entre as duas grandes concorrentes no mercado de sistemas operacionais, a Apple e a Google, suas respectivas app stores estão cheias de aplicativos que estimulam a atividade física como um todo (Higgins, 2015). Dentre todos esses aplicativos, o app chamado Sworkit® Personal Trainer, com mais de um milhão de downloads, possui um programa de treinamento organizado, utilizando apenas do peso corporal e de alguns pequenos acessórios como halteres e colchonetes para estimular a pratica de atividade física dentro de um espaço reduzido, como a de um apartamento comum. Visto isso, o objetivo desse projeto é avaliar o efeito do Sworkit® Personal Trainer sobre a composição corporal, capacidades físicas e respostas hemodinâmicas.

Endereço: Avenida dos Portugueses, 1966 CEB Velho

Bairro: Bloco C, Sala 7, Comitê de Ética

CEP: 65.080-040

UF: MA

Município: SAO LUIS

Telefone: (98)3272-8708

Fax: (98)3272-8708

E-mail: cepufma@ufma.br

Continuação do Parecer: 1.378.131

Objetivo da Pesquisa:

Objetivo Primário:

Avaliar o efeito de um aplicativo de treinamento sobre a composição corporal, capacidades físicas e respostas hemodinâmicas.

Objetivo Secundário:

- Avaliar a produção de força antes e após o treinamento;
- Avaliar a resposta hipertrófica antes e após o treinamento;
- Avaliar a resposta hemodinâmica e autonômica (variabilidade da frequência cardíaca [VFC] e pressão arterial).

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Riscos:

Os riscos envolvidos da participação podem ser a de alguma lesão articular ou muscular em decorrência da corrida em esteira, fadiga ou câimbra em decorrência dos exercícios.

Benefícios:

Melhora das capacidades físicas e de saúde em geral, conhecidos benefícios da prática regular e supervisionada de atividade física.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

A pesquisa apresenta todos os elementos necessários ao bom desenvolvimento da mesma.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Todos os termos de apresentação obrigatórias foram apresentados e estão de acordo com a resolução 466/12 do CNS.

Recomendações:

Todas as recomendações foram acatadas e corrigidas pelo pesquisador.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Todas as pendências foram acatadas e corrigidas pelo pesquisador e estão de acordo com a resolução 466/12 do CNS.

Considerações Finais a critério do CEP:

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_P	02/12/2015		Aceito

Endereço: Avenida dos Portugueses, 1966 CEB Velho

Bairro: Bloco C, Sala 7, Comitê de Ética

CEP: 65.080-040

UF: MA

Município: SAO LUIS

Telefone: (98)3272-8708

Fax: (98)3272-8708

E-mail: cepufma@ufma.br

UNIVERSIDADE FEDERAL DO
MARANHÃO UFMA



Continuação do Parecer: 1.378.131

Básicas do Projeto	ETO_600206.pdf	16:15:54		Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	projeto.pdf	02/12/2015 16:15:27	Cristiano Teixeira Mostarda	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	projeto.docx	02/12/2015 16:14:03	Cristiano Teixeira Mostarda	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	local_app.pdf	21/10/2015 12:19:20	Cristiano Teixeira Mostarda	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	tcle.pdf	20/10/2015 18:57:06	Cristiano Teixeira Mostarda	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	tcle.docx	20/10/2015 18:56:57	Cristiano Teixeira Mostarda	Aceito
Folha de Rosto	cep.pdf	01/10/2015 16:29:41	Cristiano Teixeira Mostarda	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita apreciação da CONEP:

Não

SAO LUIS, 21 de Dezembro de 2015

Assinado por:
FRANCISCO NAVARRO
(Coordenador)

Endereço: Avenida dos Portugueses, 1966 CEB Velho

Bairro: Bloco C, Sala 7, Comitê de Ética

CEP: 65.080-040

UF: MA

Município: SAO LUIS

Telefone: (98)3272-8708

Fax: (98)3272-8708

E-mail: cepufma@ufma.br