

PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Efeito de um programa de treinamento de Pilates sobre o controle postural de Mulheres

Pesquisador: Cintia de Lourdes Nahhas Rodacki

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 56093816.5.0000.5547

Instituição Proponente: UNIVERSIDADE TECNOLÓGICA FEDERAL DO PARANA

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 1.859.854

Apresentação do Projeto:

O projeto “Efeito de um programa de treinamento de Pilates sobre o controle postural de Mulheres”, coordenado pela professora Dr^(a). Cintia de Lourdes Nahhas Rodacki, Projeto de pesquisa, Área de Conhecimento (CNPq), ciências da saúde 4.00.00.00-1/ educação física 4.09.00.00-2. Cujo método será descrito pelo Método Pilates, é composto por um conjunto de exercícios físicos 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 episódios de dores nas costas. O objetivo do presente estudo é identificar o efeito de um programa de exercícios baseados no método Pilates sobre a Força e Controle Postural nas situações; estática, dinâmica e com distúrbio em servidoras. Serão convidadas a participar do estudo 100 voluntárias, servidoras da UTFPR com a idade entre 25 e 55 anos, formando assim os grupos praticantes de Pilates (GPP=50) e de controle (GC=50). Serão aplicadas sessões de Pilates de solo 2 vezes semanais durante 4 meses (36 sessões). Para quantificar mudanças na Força e no Controle Postural relacionadas ao Método Pilates serão realizados os seguintes teste; 1) Teste de Força Isométrica dos músculos extensores e flexores do tronco e quadril com a célula de Carga e

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: 1.859.854

2) Testes de Controle Postural – A) Equilíbrio Estático será utilizado o Teste de Tandem (pés alinhados na direção ântero-posterior de forma que o hálux do segmento posterior toque levemente a região posterior do calcâneo do segmento à frente) com os olhos abertos e fechados, B) condição dinâmica será utilizado o teste do Passo o qual envolve a determinação da velocidade de execução do passo e seguirá os procedimentos propostos por MELZER et al, (2009) utilizando uma plataforma de Força e C) Teste de distúrbio será realizada em uma Plataforma Móvel onde o padrão e nível de recrutamento muscular serão quantificados através da Eletromiografia dos músculos Reto Abdominal, Oblíquo Externo do Abdome Oblíquo Interno do Abdome, Eretores da Coluna, Reto Femoral, Deltoide, Isquiotibiais, Quadrado Lombar e Trapézio. Os dados de idade, altura e peso, serão analisados utilizando a estatística descritiva. As variáveis de Força, da Eletromiografia, e da Plataforma de Força, serão analisadas utilizando a ANOVA para medidas repetidas, e as diferenças serão observados através do teste post hoc. Valores de $p < 0,05$ serão considerados estatisticamente significativos. Será utilizados o pacote estatístico SPSS 18.0 para Windows.

Hipótese:

A prática de um programa de quatro meses de exercícios físicos baseados no método Pilates causará uma melhora no Controle Postural e na Força de servidoras.

Critério de Inclusão:

Participantes que não tenham: Problemas vestibulares (Labirintite); Deficiências somatossensoriais (Como a Neuropatia Diabética); Problemas neurológicos (AVC, Parkinson, Esclerose Múltipla); Qualquer outro tipo de comprometimento que possa influenciar a permanência na posição ortostática; Ter o consentimento de um médico para a prática das aulas de Pilates solo; Assinar o TCLE; Ter entre 25 e 55 anos de idade; Classificar-se como fisicamente inativo ou insuficientemente ativo.

Critério de Exclusão:

Pessoas que participarem de outras atividades físicas;
Mulheres que não frequentem regularmente as aulas de Pilates
Que fiquem grávida durante o período da pesquisa.

Endereço: SETE DE SETEMBRO 3165

Bairro: CENTRO

CEP: 80.230-901

UF: PR

Município: CURITIBA

Telefone: (41)3310-4494

E-mail: coop@utfpr.edu.br

Continuação do Parecer: 1.859.854

Ter saído de licença de mais de três meses por qualquer eventualidade.

Não tenham completado todos os testes/avaliações da pesquisa (Pré-Pós teste).

Objetivo da Pesquisa:

A autora coloca que:

Objetivo Secundário:

-Aplicar os exercícios físicos baseados no método pilates em servidoras de uma forma orientada e sistemática por uma profissional qualificada (36 sessões).

-Quantificar e comparar a força dos músculos posturais (Flexores e Extensores do tronco e quadril) antes e após 36 sessões do Método Pilates (Pré e Pós).

-Quantificar e comparar a força dos músculos posturais (Flexores e Extensores do tronco e quadril) em sujeitos praticantes e não praticantes do Método Pilates.

-Analisar e comparar o equilíbrio estático (na posição tandem olhos abertos e fechados) e dinâmico (Teste do Passo) antes e após um período de treinamento com o método Pilates. -Analisar e comparar o equilíbrio estático (na posição tandem olhos abertos e fechados) e dinâmico (Teste do Passo) em sujeitos praticantes e não praticantes do Método Pilates.

-Analisar e comparar o controle postural durante a condição de distúrbio, analisando o nível e padrão de ativação muscular antes e após um período de treinamento com o método Pilates.

-Analisar e comparar o controle postural durante a condição de distúrbio, analisando o nível e padrão de ativação muscular em sujeitos praticantes e não praticantes do Método Pilates.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

A autora coloca que:

Desconfortos, Riscos e Benefícios.

Desconfortos e ou Riscos: As servidoras participantes do estudo no estudo poderão ser expostas ao estresse, constrangimento, que pode ser causado pelos testes.

Riscos mínimos, de acidentes durante a prática das aulas de Pilates porém existe socorro médico dentro da instituição, mas não exclusivo.

Benefícios: Os benefícios para as servidoras em saber da importância da prática de exercícios físicos (Pilates) para a melhoria na força e Controle

Postural. As 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 convidadas à participar das

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: 1.859.854

aulas de Pilates. O GPP também será convidada a permanecer nas aulas de Pilates.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Devido a crescente demanda diária de trabalho atual, um dos dos problemas mais comuns são oriundos da má postura, estresse da ergonomia e neste sentido, o presente projeto se apresenta relevante para a área da Saúde.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

O projeto atende as recomendações da Resolução 466/12.

Recomendações:

Não se aplica.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Foram atendidas todas as pendências anteriores.

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.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_713807.pdf	07/11/2016 01:25:00		Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	pilatesce.pdf	07/11/2016 01:23:46	Cintia de Lourdes Nahhas Rodacki	Aceito
Folha de Rosto	pil.pdf	15/09/2016 18:05:55	Cintia de Lourdes Nahhas Rodacki	Aceito
Outros	aulapil.pdf	09/09/2016 20:57:49	Cintia de Lourdes Nahhas Rodacki	Aceito
TCLE / Termos de	cintiatcle2.pdf	09/09/2016	Cintia de Lourdes	Aceito

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

UNIVERSIDADE
TECNOLÓGICA FEDERAL DO



Continuação do Parecer: 1.859.854

Assentimento / Justificativa de Ausência	cintiatcle2.pdf	20:55:55	Nahhas Rodacki	Aceito
Outros	pilacm.pdf	09/05/2016 22:10:12	Cintia de Lourdes Nahhas Rodacki	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	proj.pdf	09/05/2016 22:08:43	Cintia de Lourdes Nahhas Rodacki	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

CURITIBA, 11 de Dezembro de 2016

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: coop@utfpr.edu.br