

PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Treinamento resistido convencional versus treinamento baseado em velocidade na reabilitação após reconstrução do ligamento cruzado anterior: um ensaio controlado aleatorizado

Pesquisador: Bruno Manfredini Baroni

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 95193426.5.0000.5345

Instituição Proponente: Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 8.170.170

Apresentação do Projeto:

Trata-se de um estudo de Intervenção/Experimental caracterizado como um ensaio clínico, controlado e aleatorizado, cegado para avaliadores.

O Déficit persistente de força muscular têm impacto relevante em atletas submetidos à reconstrução do ligamento cruzado anterior (RLCA), contribuindo para atrasos no processo de reabilitação, dificuldades no retorno ao esporte e aumento do risco de relesão. O treinamento

resistido convencional (TRC) constitui um componente fundamental dos programas de reabilitação pós-RLCA, especialmente para o restabelecimento da força máxima. Entretanto, a recuperação da força potente (ou potência muscular) parece demandar intervenções mais específicas. Nesse contexto, o treinamento baseado em velocidade (velocity-based training e VBT) emerge como uma alternativa terapêutica promissora, uma vez que utiliza a velocidade de deslocamento da carga como principal variável para o monitoramento e a prescrição do exercício.

Apesar de amplamente consolidado na literatura do treinamento esportivo, ainda há uma lacuna de ensaios clínicos que investiguem os efeitos do VBT no contexto da reabilitação após RLCA.

Neste ensaio controlado randomizado, 46 atletas submetidos à RLCA serão alocados

Endereço: Rua Sarmento Leite, 245, prédio 03, sala 605a

Bairro Sarmento

CEP: 90.050-170

UF: RS

Município PORTO ALEGRE

Telefone (51)3303-8804

E- cep@ufcsa.edu.br

em dois grupos: grupo VBT ou grupo TRC. Entre o quarto e o sexto mês após a cirurgia, os participantes serão submetidos a um programa de treinamento resistido com duração de 12 semanas, composto pelos seguintes exercícios: agachamento, agachamento búlgaro, stiff, cadeira extensora, cadeira flexora e flexão plantar. A principal diferença entre os grupos residirá no modelo de prescrição dos três primeiros exercícios, que será realizado por meio do VBT ou do TRC. Os participantes serão submetidos a uma bateria reduzida de avaliações uma semana antes do início do programa de treinamento, aproximadamente na 12ª semana após a RLCA, respeitando critérios de segurança relacionados às características clínicas desse período. Ao final do programa de treinamento, aproximadamente na 25ª semana após a RLCA, será realizada a bateria completa de avaliações. Após a conclusão do programa, a reabilitação será continuada com a adoção de um mesmo protocolo para ambos os grupos, respeitando-se a individualidade da progressão de cada paciente, até que sejam atingidos os critérios de retorno ao esporte estabelecidos para este estudo. O desfecho primário será o índice de simetria de membros, obtido por meio da dinamometria isocinética dos músculos extensores e flexores do joelho e do teste de salto com contramovimento unipodal. Os desfechos secundários incluirão: dor no joelho; melhora percebida pelo paciente; função autorreportada; prontidão psicológica para o retorno ao esporte; arquitetura dos músculos extensores e flexores do joelho; força muscular isométrica dos extensores e flexores do joelho; taxa de produção de força dos extensores e flexores do joelho; desempenho em saltos unipodais horizontais; desempenho na corrida; desempenho em testes de agilidade e mudança de direção; tempo para atingir os critérios de retorno ao esporte; e incidência de recidivas e de outras lesões do joelho.

Objetivo da Pesquisa:

Objetivo Primário:

Comparar os efeitos do treinamento baseado em velocidade e do treinamento resistido convencional na reabilitação de atletas submetidos à RLCA.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Riscos:

Os riscos à saúde dos participantes durante as avaliações e/ou durante o

Endereço: Rua Sarmento Leite, 245, prédio 03, sala 605a

Bairro Sarmento

CEP: 90.050-170

UF: RS

Município PORTO ALEGRE

Telefone (51)3303-8804

E-

cep@ufcspa.edu.br

Continuação do Parecer: 8.170.170

programa de reabilitação são pequenos, consistindo principalmente na possibilidade de desconforto muscular decorrente da realização de exercícios durante os testes e sessões de tratamento. Informamos que no caso de ocorrência de qualquer lesão musculoesquelética ou outros danos à tecidos biológicos em função do presente estudo, os pesquisadores se responsabilizam por fornecer reabilitação fisioterapêutica completa e gratuita, assim como encaminhar para atendimento especializado e arcar com os custos, caso necessário.

Benefícios:

Os benefícios aos participantes consistem na possibilidade de se engajarem, de forma totalmente gratuita, em um programa de reabilitação física baseado em evidências científicas e conduzido por profissional de fisioterapia com experiência no manejo destes casos. O engajamento no programa de reabilitação oferece excelentes perspectivas para que os voluntários atinjam uma recuperação plena de sua capacidade física.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

É muito importante comparar os efeitos do treinamento baseado em velocidade e do treinamento resistido convencional na reabilitação de atletas submetidos à RLCA.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Os termos apresentados atendem a obrigações quanto as obrigações necessárias para execução do projeto.

Recomendações:

Sem Recomendações.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Projeto aprovado com documentos anexados sem observância de impedimentos éticos.

Considerações Finais a critério do CEP:

De acordo com o parecer do Relator.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Endereço: Rua Sarmento Leite, 245, prédio 03, sala 605a

Bairro Sarmento

CEP: 90.050-170

UF: RS

Município PORTO ALEGRE

Telefone (51)3303-8804

E- cep@ufcspa.edu.br

UNIVERSIDADE FEDERAL DE
CIÊNCIAS DA SAÚDE DE
PORTO ALEGRE



Continuação do Parecer: 8.170.170

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_2729803.pdf	28/01/2026 20:56:08		Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE.pdf	28/01/2026 20:55:35	Bruno Manfredini Baroni	Aceito
Declaração de Pesquisadores	TCER.pdf	28/01/2026 20:55:25	Bruno Manfredini Baroni	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	TARS_Clinica.pdf	28/01/2026 20:55:11	Bruno Manfredini Baroni	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	TARS_Lab714.pdf	28/01/2026 20:54:58	Bruno Manfredini Baroni	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto.pdf	28/01/2026 20:53:43	Bruno Manfredini Baroni	Aceito
Folha de Rosto	folhaDeRosto.pdf	28/01/2026 20:53:11	Bruno Manfredini Baroni	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

PORTO ALEGRE, 12 de Fevereiro de 2026

Assinado por:
Karin Viegas
(Coordenador(a))

Endereço: Rua Sarmento Leite, 245, prédio 03, sala 605a

Bairro Sarmento

CEP: 90.050-170

UF: RS

Município PORTO ALEGRE

Telefone (51)3303-8804

E- cep@ufcspa.edu.br