



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Stand up: por uma vida mais saudável

Pesquisador: Alynne Christian Ribeiro Andaki

Área Temática:

Versão: 3

CAAE: 91879218.0.0000.5154

Instituição Proponente: Universidade Federal do Triângulo Mineiro

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 2.915.141

Apresentação do Projeto:

Segundo os pesquisadores:

"Comportamento sedentário é um termo utilizado para caracterizar um conjunto de atividades, realizadas na posição sentada, que apresentam um gasto energético próximo aos valores de repouso/basal (1,5 MET) incluindo atividades como assistir televisão, utilizar o computador, jogar videogame, ficar a toa conversando com os amigos, falando ao telefone, dentre outras atividades similares (OWEN et al., 2010). Tempo excessivo em comportamento sedentário, a exemplo de elevado tempo de tela (computado como o somatório de assistir a televisão, usar computador e jogar videogame) em associação com níveis baixos de atividade física contribuem para a elevação do peso corporal, segundo Pereira, Francischi e Lancha Junior (2003). Em adolescentes, o dispêndio de tempo em atividades sedentárias reduz o gasto de energia, o que pode ocasionar o sobrepeso e levar à obesidade (CURRIE et al., 2008).

Silva et al. (2010) verificaram que indivíduos que despendem mais de 120 minutos diários com computador e/ou videogame têm 2,6 vezes mais chances de apresentarem sobrepeso. O sobrepeso é um importante fator de risco para as doenças cardiovasculares, tanto em crianças quanto em adolescentes, de acordo com Stabelini Neto (2008). A exposição excessiva à televisão na infância e na adolescência associa-se ao tabagismo, baixa aptidão física e colesterol alterado na vida adulta (HANCOX; MILNE; POULTON, 2004), e somando-se a isso o hábito de assistir à televisão pode ser uma influência nas escolhas alimentares desses adolescentes, já que a maior da

Endereço: Rua Conde Prados, 191

Bairro: Nossa Sra. Abadia

UF: MG

Município: UBERABA

Telefone: (34)3700-6803

CEP: 38.025-260

E-mail: cep@uftm.edu.br



obesidade entre essa população (ALMEIDA; NASCIMENTO; QUAIOTI, 2002). Sendo assim, o presente trabalho justifica-se pela alta prevalência de pessoas no mundo com estilo de vida sedentário (60%-85% da população dos países desenvolvidos e dos em transição) (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2002), sendo esse comportamento facilitado em crianças e adolescentes devido à vulnerabilidade ao processo da industrialização e avanços tecnológicos (BERGMANN; HALPERN; BERGMANN, 2008).

A importância de se reduzir o comportamento sedentário deve-se também ao fato de sua associação a um risco maior de mortalidade (VAN DER PLOEG et al., 2012). Entre os malefícios de se ficar em comportamento sedentário (seja em posição sentada ou deitada) pode-se destacar a diminuição da utilização de glicose pelos músculos, bem como a atrofia muscular e o aumento da resistência à insulina (CHARANSONNEY, 2011). Por outro lado, o simples fato de levantar-se poderia provocar o funcionamento da enzima lipase lipoproteica (LPL) e consequentemente favorecer a produção de proteínas de alta densidade (HDL-c) (HAMILTON et al., 2008). Já a prática de atividade física no período da adolescência torna-se relevante pois relaciona-se com benefícios para a saúde tanto a curto quanto a longo prazo (HALLAL et al., 2006), como por exemplo o aumento da taxa metabólica de repouso, controle do apetite, e a melhora do estado psicológico, conforme Guedes e Guedes (2003, p. 135). Segundo os pesquisadores são perguntas da pesquisa:

"1. Um programa de atividade física extracurricular será capaz de diminuir a prevalência de exposição ao comportamento sedentário em adolescentes?

2. O uso de tecnologia portátil (smartphone) será eficaz para a diminuição do tempo de tela?

3. O aumento da atividade física favorece a melhora de marcadores bioquímicos, medidas antropométricas e da aptidão cardiorrespiratória?"

Objetivo da Pesquisa:

Segundo os pesquisadores:

"Objetivos:

1. Verificar a eficácia de um programa de atividade física extracurricular na diminuição do comportamento sedentário em adolescentes.

2. Verificar a eficácia do uso de smartphone na diminuição do tempo de tela.

3. Analisar o efeito da prática de atividade física em marcadores bioquímicos, medidas antropométricas e aptidão cardiorrespiratória."

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Segundo os pesquisadores:

Endereço: Rua Conde Prados, 191

Bairro: Nossa Sra. Abadia

CEP: 38.025-260

UF: MG

Município: UBERABA

Telefone: (34)3700-6803

E-mail: cep@uftm.edu.br



"Considerando a metodologia proposta acredita-se que não haja a possibilidade de dano físico, psíquico, moral, intelectual, social ou cultural do ser humano em qualquer fase da pesquisa ou decorrente dela. A aplicação dos procedimentos metodológicos propostos são simples, de baixo custo, e que serão realizados pelo pesquisador e por sua equipe de trabalho devidamente treinada e capacitada, o que conduz a nossa expectativa de não ocorrência de desconfortos e constrangimentos. Frente a ocorrência de algum dano físico, psíquico, moral, intelectual, social ou cultural em algum voluntário, o mesmo terá o apoio do pesquisador e de sua equipe envolvidos no estudo. Os autores da pesquisa se comprometem a informar ao Comitê de Ética em Pesquisa caso haja qualquer fato relevante ou efeito adverso que altere o curso normal do estudo. Os benefícios esperados poderão ser de grande valia para o voluntário, considerando a diminuição da exposição ao comportamento sedentário, gerando promoção de saúde e prevenção de agravos futuros ao participante. O norteamento de políticas públicas voltadas para a diminuição da exposição ao comportamento sedentário em adolescentes, trazendo melhorias na saúde dessa população e ajudando-a a tornarem-se adultos mais saudáveis."

Ainda segundo os pesquisadores:

" Todos os participantes selecionados receberão as informações e orientações necessárias quanto ao preenchimento do questionário, mensuração de massa corporal, estatura e perímetro da cintura, utilização dos acelerômetros e exame de absorptometria radiológica de dupla energia (DEXA). Declaramos mínima a possibilidade de agressão à dimensão física, psíquica, moral, intelectual, social, cultural ou espiritual do ser humano, em qualquer fase desta pesquisa. A rotina de aplicação do questionário, medidas antropométricas, uso dos acelerômetros e exame do DEXA inferem o mínimo de riscos ao voluntário, no entanto caso ocorra algum tipo de desconforto, o pesquisador responsável e a equipe de trabalho detêm habilidades e competências para controlar a situação e evitar possíveis desconfortos e constrangimentos. Acredita-se que a participação no estudo ofereça riscos e desconfortos mínimos (fadiga, dores osteoarticulares) para os sujeitos do estudo. Todos os protocolos que serão utilizados são validados, seguros e adequados para utilização com adolescentes. A coleta de sangue será realizada na presença dos pais/responsáveis com todos os cuidados necessários, profissional habilitado e materiais descartáveis. Os instrumentos selecionados para o presente estudo apresentam índices psicométricos satisfatórios. O estudo proposto prevê procedimentos que asseguram a confidencialidade e a privacidade, a proteção da imagem garantindo a não utilização das informações em prejuízo aos voluntários participantes. Para garantir a confidencialidade e a privacidade, os alunos não preencherão seus

Endereço: Rua Conde Prados, 191

Bairro: Nossa Sra. Abadia

UF: MG

Município: UBERABA

Telefone: (34)3700-6803

CEP: 38.025-260

E-mail: cep@uftm.edu.br



nomes nos questionários, e as medidas antropométricas e exame do DEXA serão realizados de forma individual. Quanto a coleta de sangue, serão tomadas todas as medidas preventivas e cautelosas durante a punção para se evitar dor e hematoma local. Antes da punção os alunos serão alertados quanto ao aparecimento de possível hematoma, e receberão orientações que contribuirão para a prevenção de possível aparecimento do mesmo, dentre elas: pressionar o local da punção por mais de três minutos, evitar flexionar o braço, não fazer esforço físico com o braço punccionado uma hora após a punção, evitar roupas, relógios ou pulseiras garroteando o braço punccionado. Na ocorrência do hematoma, o profissional responsável pela coleta dará todas as orientações necessárias e tomará todas as medidas curativas, dentre elas: colocar compressas de gelo por 15 minutos, e os voluntários receberão orientações para continuidade da medida nas próximas seis horas do acontecido; uso de gel anti-inflamatório no local se necessário, e caso evolua para formigamento e perda de força nas mãos, os voluntários serão orientados a procurar ajuda médica. Na aplicação do teste de Cooper os participantes serão orientados a interromperem imediatamente o teste no caso de algum tipo de mal estar e esse será orientado a interromper imediatamente o teste; na ocorrência de algum quadro agudo, será contatado o Serviço de Atendimento Móvel Emergencial para o atendimento do participante na Unidade Pronto Atendimento mais próxima.

Durante aplicação do programa de atividades, também declara-se mínima a possibilidade de agressão a dimensão física, psíquica, moral, intelectual, social, cultural ou espiritual do ser humano; os voluntários serão orientados a informar ao pesquisador sobre qualquer quadro de mal estar presente antes ou durante a sessão do programa, e serão passadas informações de como evitar-se acidentes na quadra poliesportiva e o cuidado que o participante deve ter consigo mesmo e com os demais voluntários durante as atividades; além disso o participante também poderá retirar-se do programa a qualquer momento em caso de algum mal estar ou desconforto. Caso ocorra qualquer tipo de desconforto em qualquer um desses procedimentos o participante terá da equipe toda a atenção e apoio necessários para a resolução do problema, e na urgência de alguma situação mais grave o voluntário será imediatamente retirado da atividade e transportado para o centro de saúde mais próximo possível, através de veículo do próprio pesquisador, para que receba o devido cuidado e atendimento. Os desconfortos e constrangimentos possíveis, bem como os benefícios esperados, a forma de acompanhamento e assistência, a garantia de sigilo que assegura a privacidade dos participantes quanto aos dados confidenciais envolvidos na pesquisa estão detalhados no termo de assentimento e termo de consentimento livre e esclarecido que serão obrigatoriamente assinados

Endereço: Rua Conde Prados, 191

Bairro: Nossa Sra. Abadia

CEP: 38.025-260

UF: MG

Município: UBERABA

Telefone: (34)3700-6803

E-mail: cep@uftm.edu.br



Continuação do Parecer: 2.915.141

por todos que concordarem participar do estudo e pelos pais ou responsáveis dos mesmos. O proponente esta ciente que qualquer fato relevante ou efeito adverso que altere o curso normal do estudo deve ser informado ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da instituição."

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Trata-se de uma pesquisa de caráter experimental randomizada de natureza quantitativa que será realizada com 57 participantes matriculados nas turmas do 6º e 7º ano do ensino fundamental da Escola Estadual Geraldo Rodrigues Cunha com idades entre 12 e 15 anos.

Os participantes serão avaliados através de dois questionários propostos; medidas antropométricas; utilização de acelerômetro durante sete dias consecutivos; teste de aptidão cardiorrespiratória; e coleta de amostras de sangue.

Os participantes serão separados em dois grupos (grupo controle e grupo teste) por seleção aleatória através de sorteio por meio de envelope lacrado de forma cega, pelo próprio pesquisador.

O grupo teste será inserido em um programa de atividades físicas extracurriculares, intervenção em sala de aula e receberá um aconselhamento em saúde e o grupo controle participará de todas as avaliações pré e pós intervenção.

A intervenção será composta por exercícios físicos com duração de 12 semanas, e o grupo teste será submetido a um programa de atividades físicas extracurriculares com frequência de 3 vezes por semana em dias não consecutivos e cada sessão terá duração de 60 minutos.

Os pesquisadores declaram mínimas as possibilidades de agressão à dimensão física, psíquica, moral, intelectual, social, cultural ou espiritual do ser humano, em qualquer fase desta pesquisa, garantindo que caso ocorra qualquer tipo de desconforto, os pesquisadores serão responsáveis e que a equipe de trabalho detém habilidades e competências para controlar as situações e evitar possíveis desconfortos e constrangimentos.

Acredita-se com a pesquisa proposta que um programa de atividade física extracurricular seja eficaz na diminuição da prevalência de exposição ao comportamento sedentário, bem como uma orientação

Endereço: Rua Conde Prados, 191

Bairro: Nossa Sra. Abadia

UF: MG

Município: UBERABA

Telefone: (34)3700-6803

CEP: 38.025-260

E-mail: cep@uftm.edu.br



Continuação do Parecer: 2.915.141

em

saúde por meio de smartphone favoreça a diminuição do tempo de tela, e que a prática de atividade física provoque benefícios em marcadores bioquímicos, medidas antropométricas e na aptidão cardiorrespiratória aos participantes, possibilitando nortear políticas públicas voltadas para a diminuição da exposição ao comportamento sedentário em adolescentes, resultando em melhorias à saúde da população.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Os seguintes termos foram apresentados adequadamente: folha de rosto, TCLE - Responsável Legal e Termo de Assentimento Livre e Esclarecido - TALE - Participante, carta de aceite e co-participação da instituição onde será realizada a pesquisa e questionários a serem utilizados.

Recomendações:

Foram realizadas solicitações anteriores cujo as adequações são descritas a seguir:

- 1) Foi solicitado inclusão a equipe de pesquisa profissional habilitado responsável pela coleta de sangue, sendo acrescido a pesquisa em resposta segundo os pesquisadores "Serão coletadas amostras de sangue dos participantes (8 mL), sendo a coleta realizada por profissional da área da saúde devidamente capacitado (biomédico), assistente de laboratório do curso de Educação Física da UFTM, mestre em educação física, e ocorrerá na própria escola em local reservado, onde haja espaço e privacidade para o participante.
- 2) Foi solicitado declaração e esclarecimento sobre local de processamento e análise dos dados e custos referentes, sendo inserido pelo pesquisador a seguinte informação "As análises bioquímicas serão realizadas no Laboratório de Análises Clínicas Ensino e Assistência/LACEA, pela biomédica responsável. Os materiais para a realização das análises foram custeadas pela pesquisadora responsável." e carta de autorização para realização das análises.
- 3) Esclarecimento sobre as informações contidas no item G do protocolo CEP-UFTM, onde segundo os pesquisadores: "Caso ocorra qualquer tipo de desconforto em qualquer um desses procedimentos o participante terá da equipe toda a atenção e apoio necessários para a resolução do problema, e na urgência de alguma situação mais grave o voluntário será imediatamente retirado da atividade e TRANSPORTADO para o centro de saúde mais próximo possível, através de VEICULO PROPRIO DO

Endereço: Rua Conde Prados, 191

Bairro: Nossa Sra. Abadia

UF: MG

Município: UBERABA

Telefone: (34)3700-6803

CEP: 38.025-260

E-mail: cep@uftm.edu.br



Continuação do Parecer: 2.915.141

PESQUISADOR para que receba o devido cuidado e atendimento."

O pesquisador esclarece alterando o texto para "Na aplicação do teste de Cooper, caso algum participante sinta mal estar, esse será orientado a interromper imediatamente o teste; na ocorrência de algum quadro agudo, será contatado o Serviço de Atendimento Móvel Emergencial para o atendimento do participante na Unidade Pronto Atendimento mais próxima."

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Após serem sanadas as solicitações anteriores, não há novas pendências a serem esclarecidas.

Considerações Finais a critério do CEP:

A aprovação do protocolo de pesquisa pelo CEP/UFTM dá-se em decorrência do atendimento à Resolução CNS 466/12 e norma operacional 001/2013, não implicando na qualidade científica do mesmo.

Conforme prevê a legislação, são responsabilidades, indelegáveis e indeclináveis, do pesquisador responsável, dentre outras: comunicar o início da pesquisa ao CEP; elaborar e apresentar os relatórios parciais (semestralmente) e final. Para isso deverá ser utilizada a opção 'notificação' disponível na Plataforma Brasil.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1141281.pdf	14/09/2018 19:18:11		Aceito
Outros	QUESTIONARIOS.pdf	12/09/2018 12:49:30	RODOLFO CARLOS DOS SANTOS SILVA FILHO	Aceito
Outros	AUTORIZACAO_LABORATORIO.pdf	12/09/2018 12:46:12	RODOLFO CARLOS DOS SANTOS SILVA FILHO	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto_detalhado_Rodolfo_Allyne.docx	12/09/2018 12:45:04	RODOLFO CARLOS DOS SANTOS SILVA FILHO	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TALEPART.docx	07/08/2018 20:23:11	RODOLFO CARLOS DOS SANTOS SILVA FILHO	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE_ResponsavelLegal.docx	07/08/2018 20:20:13	RODOLFO CARLOS DOS SANTOS SILVA FILHO	Aceito

Endereço: Rua Conde Prados, 191

Bairro: Nossa Sra. Abadia

CEP: 38.025-260

UF: MG

Município: UBERABA

Telefone: (34)3700-6803

E-mail: cep@uftm.edu.br



UFTM - UNIVERSIDADE
FEDERAL DO TRIÂNGULO
MINEIRO



Continuação do Parecer: 2.915.141

Folha de Rosto	FolhadeRosto.pdf	19/06/2018 16:27:36	Alyne Christian Ribeiro Andaki	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	declaracao.jpg	17/06/2018 19:25:01	RODOLFO CARLOS DOS SANTOS SILVA FILHO	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

UBERABA, 25 de Setembro de 2018

Assinado por:
Daniel Fernando Bovolenta Ovigli
(Coordenador(a))

Endereço: Rua Conde Prados, 191

Bairro: Nossa Sra. Abadia

UF: MG

Município: UBERABA

Telefone: (34)3700-6803

CEP: 38.025-260

E-mail: cep@uftm.edu.br