

PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Suplementação de cafeína e capsaicina na corrida.

Pesquisador: Marcos Daniel Motta Drummond

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 92524825.6.0000.5149

Instituição Proponente: Escola de Educação Física da Universidade Federal de Minas Gerais

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 7.981.855

Apresentação do Projeto:

Trata-se de um estudo transversal, randomizado, duplo-cego e controlado por placebo, com abordagem cruzada. A hipótese é que as suplementações de cafeína e de capsaicina, bem como a combinação das duas substâncias, resultarão no aumento do desempenho no teste contrarrelógio de 10 quilômetros, sendo que a combinação das duas substâncias resultará em um maior desempenho, quando comparado com as suplementações isoladas de cafeína e de capsaicina.

Participarão indivíduos do sexo masculino e feminino, treinados em corrida, com idade entre 18 e 35 anos. Como critério de inclusão, serão aceitos na amostra praticantes de corrida de 18 a 35 anos, que devem percorrer um quilômetro em menos de seis minutos ($\text{pace} < \text{menor do que } 6 \text{ min/km}$), durante o teste contrarrelógio de 10 quilômetros. Além de praticar corrida por 12 meses consecutivos ou mais, e ter participado de alguma competição com 10 quilômetros ou mais de distância a ser percorrida. Além disso, serão aceitos na amostra todos os corredores que não possuam lesões articulares, musculares ou ósseas que possam interferir no seu desempenho. Como critério de exclusão, serão excluídos da amostra todos os voluntários que apresentarem lesões capazes de interferir no seu desempenho, durante o experimento. Os indivíduos serão orientados a se abster de qualquer substância com potencial efeito ergogênico durante o estudo. Aqueles que não cumprirem as orientações relacionadas ao consumo de

Endereço: Av. Presidente Antonio Carlos, 6627 2º. Andar Sala 2005 Campus Pampulha

Bairro: Unidade Administrativa II

CEP: 31.270-901

UF: MG

Município: BELO HORIZONTE

Telefone: (31)3409-4592

E-mail: coep@prpq.ufmg.br

substâncias com o potencial efeito ergogênico serão eliminados da amostra.

Os participantes serão submetidos a sete encontros presenciais, com intervalo de uma semana entre eles. O primeiro encontro será destinado à apresentação do estudo, esclarecimentos, assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), avaliação antropométrica massa corporal, altura e composição corporal por bioimpedância tetrapolar (Inbody 540®) e à avaliação nutricional inicial, por meio do recordatório alimentar de 24 horas, aplicado de forma padronizada para caracterizar o padrão alimentar habitual e o consumo médio de macronutrientes (carboidratos, proteínas e lipídios), durante todas as sessões do experimento. Os dois encontros seguintes serão destinados à familiarização com a pista, com o teste contrarrelógio e com as escalas que serão utilizadas durante o experimento, incluindo a ancoragem da PSE. Durante essas sessões, também será coletado um novo recordatório alimentar de 24 horas para verificar a consistência do padrão alimentar. As quatro sessões experimentais ocorrerão após o período de familiarização, com intervalo de uma semana entre elas. Quarenta e cinco minutos antes de cada teste contrarrelógio, os participantes ingerirão aleatoriamente um dos seguintes tratamentos: placebo (amido), cafeína (6 mg/kg), capsaicina (0,35 mg/kg) ou a combinação de cafeína e capsaicina (CAF+CAP). Durante o teste contrarrelógio, será monitorado o tempo total de conclusão, o pace médio e o decaimento do pace ao longo da prova. A frequência cardíaca será registrada continuamente por meio de cinta torácica. Imediatamente após o teste, será coletada uma amostra de sangue capilar (2 µL) do dedo indicador para análise da concentração de lactato, utilizando lanceta descartável (Accu-Chek Safe-T-Pro Uno®) e lactímetro portátil. A PSE será coletada na última volta do teste, utilizando a escala de Borg, e a PSE sessão será avaliada 30 minutos após, com base na escala CR-10 de Foster. A ERP será aplicada no mesmo momento, conforme escala de 0 a 10 pontos. Além disso, será aplicado um questionário de avaliação subjetiva de efeitos percebidos, imediatamente após o teste e 24 horas após a suplementação. Em todas as sessões experimentais, será registrado o consumo alimentar nas 24 horas que antecedem o teste, com foco especial na refeição pré-esforço, para monitoramento do aporte calórico e de macronutrientes, para que seja avaliada se haverá diferenças significantes entre o consumo calórico entre as situações amostrais. Serão monitoradas variáveis intervenientes, como consumo habitual de cafeína, condições ambientais e, no caso de mulheres, características do ciclo menstrual e uso de métodos contraceptivos.

Endereço: Av. Presidente Antonio Carlos, 6627 2º. Andar Sala 2005 Campus Pampulha

Bairro: Unidade Administrativa II

CEP: 31.270-901

UF: MG

Município: BELO HORIZONTE

Telefone: (31)3409-4592

E-mail: coep@prpq.ufmg.br

Continuação do Parecer: 7.981.855

Objetivo da Pesquisa:

O objetivo da pesquisa é verificar a influência da suplementação de Capsaicina e Cafeína em variáveis psicofisiológicas, e no tempo de conclusão de um teste contrarrelógio de 10 quilômetros.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Segundo os autores, os riscos envolvidos nesta pesquisa são inerentes a prática da corrida e da suplementação de cafeína e capsaicina, sendo de baixa frequência de ocorrência e magnitude. Tais riscos consistem em: dor muscular tardia, lesões osteomusculares e articulares, cansaço ou aborrecimento ao responder questionários, constrangimento ao realizar exames antropométricos, efeitos colaterais das substâncias testadas, sendo esses, dor de cabeça, náuseas, desconfortos gastrointestinais ou abdominal, taquicardia ou palpitação no coração, insônia, aumento da ansiedade, aumento da produção de urina, sensações de queimação na cavidade oral e diarreia. Caso o voluntário apresente sinais de desconforto inerentes a suplementação ou ao teste contrarrelógio, a sessão experimental será interrompida. Ainda, o voluntário poderá sentir leve dor ou desconforto momentâneo na polpa do dedo em que for realizada a coleta da gota de sangue, para análise da concentração de lactato, com baixo risco de infecção e/ou inflamação. Para

minimizar tais riscos, a polpa do dedo será esterilizada com álcool etílico a 70% e será utilizada uma lanceta com disparador automático, além de que esses procedimentos serão realizados pelo responsável da pesquisa, treinado e experiente em tal procedimento. Para minimizar os riscos envolvidos nesta pesquisa, os pesquisadores se comprometem em realizar os procedimentos de forma que o seu conforto, bem-estar e aceitação sejam plenos, além de zelar pelo seu sigilo e privacidade. Você contará com a assistência médica devida, se por algum motivo sentir-se mal durante os esforços físicos, estando os pesquisadores responsáveis por lhe acompanharem a um serviço médico, caso necessário.

Segundo os autores, os benefícios da participação na pesquisa incluem: (1) contribuir para o estudo da atividade física, nutrição e do esporte, ajudando a descobrir se a suplementação de cafeína e capsaicina influencia no desempenho de corredores em uma corrida de dez quilômetros e em variáveis psicofisiológicas. (2) receber uma avaliação da composição corporal, que será realizada por bioimpedância.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

De acordo com o parecer da câmara, o projeto apresenta mérito, sendo importante para sua

Endereço: Av. Presidente Antonio Carlos, 6627 2º. Andar Sala 2005 Campus Pampulha

Bairro: Unidade Administrativa II

CEP: 31.270-901

UF: MG

Município: BELO HORIZONTE

Telefone: (31)3409-4592

E-mail: coep@prpq.ufmg.br

Continuação do Parecer: 7.981.855

área e adequado ao escopo da linha de pesquisa do professor responsável. Trata-se de projeto de mestrado do Programa de Pós-Graduação em Ciências do Esporte da Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional da Universidade Federal de Minas Gerais. A previsão de finalização da pesquisa é 30/01/2026.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

- Folha de rosto: OK
- Parecer cosubstanciado: OK
- Projeto completo: OK
- Instrumentos utilizados: OK
- TCLE: OK, incluir tempo aproximada da coleta de dados em cada um dos sete dias.

Recomendações:

Recomenda-se:

- (1) Incluir no TCLE o tempo de permanência do voluntário no laboratório em cada um dos sete dias.
- (2) Ajustar o cronograma. Atualmente, no Cronograma, a coleta de dados está prevista para iniciar em 01/10/2025. No entanto, a mesma só pode iniciar após aprovação do COEP. Recomenda-se alterar o cronograma.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Na condição de se atender às recomendações solicitadas, sou, S.M.J. favorável à aprovação do projeto.

Considerações Finais a critério do CEP:

Tendo em vista a legislação vigente (Resolução CNS 466/12), o CEP-UFMG recomenda aos Pesquisadores: comunicar toda e qualquer alteração do projeto e do termo de consentimento via emenda na Plataforma Brasil, informar imediatamente qualquer evento adverso ocorrido durante o desenvolvimento da pesquisa (via documental encaminhada em papel), apresentar na forma de notificação relatórios parciais do andamento do mesmo a cada 06 (seis) meses e ao término da pesquisa encaminhar a este Comitê um sumário dos resultados do projeto (relatório final).

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Endereço: Av. Presidente Antonio Carlos, 6627 2º. Andar Sala 2005 Campus Pampulha

Bairro: Unidade Administrativa II

CEP: 31.270-901

UF: MG

Município: BELO HORIZONTE

Telefone: (31)3409-4592

E-mail: coep@prpq.ufmg.br

UNIVERSIDADE FEDERAL DE
MINAS GERAIS



Continuação do Parecer: 7.981.855

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_2614657.pdf	30/09/2025 22:53:24		Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE.docx	30/09/2025 22:52:14	MIERCIO SOARES DE MELO	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	ProjetoDetalhadoMiercio.docx	17/09/2025 00:09:49	MIERCIO SOARES DE MELO	Aceito
Parecer Anterior	Parecer_anterior.pdf	16/09/2025 23:59:40	MIERCIO SOARES DE MELO	Aceito
Folha de Rosto	Folha_de_Rosto_Pesquisa_Envolvendo_Seres_Humanos.pdf	16/09/2025 23:57:35	MIERCIO SOARES DE MELO	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

BELO HORIZONTE, 17 de Novembro de 2025

Assinado por:
Corinne Davis Rodrigues
(Coordenador(a))

Endereço: Av. Presidente Antonio Carlos, 6627 2º. Andar Sala 2005 Campus Pampulha

Bairro: Unidade Administrativa II

CEP: 31.270-901

UF: MG

Município: BELO HORIZONTE

Telefone: (31)3409-4592

E-mail: coop@prpq.ufmg.br