

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Título da pesquisa: Efeitos de Modalidades Alternativas e Tradicionais de Exercício Físico na Adesão, Aderência e Marcadores de Saúde no Contexto da Atenção Primária à Saúde: MEXE-SUS – Modalidades de Exercício Físico no SUS – Um Ensaio Clínico Pragmático

Pesquisador responsável: Prof. Dr. Rodrigo Sudatti Delevatti

Instituição promotora: Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)

Convite à participação: Você está sendo convidado(a) a participar de uma pesquisa científica. Antes de decidir, é importante que você compreenda por que o estudo está sendo realizado e o que ele envolve. Leia com atenção ou peça para que este termo seja lido para você. Sinta-se à vontade para tirar dúvidas antes de decidir participar.

Vale ressaltar que esta pesquisa será conduzida em conformidade com os princípios da ética em pesquisa envolvendo seres humanos, conforme as Resoluções nº 466/2012 e nº 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde e suas complementares.

Objetivo da pesquisa: Este estudo busca analisar os efeitos de modalidades alternativas e tradicionais de exercício físico sobre a adesão, a aderência e os marcadores de saúde em pessoas com doenças cardiometabólicas atendidas na APS, considerando as diferentes condições de acesso, permanência e resposta entre os participantes, sob a perspectiva da equidade em saúde.

Procedimentos da pesquisa: Se você aceitar participar, fará parte de um dos dois grupos: um grupo realizará caminhadas, e o outro fará outra modalidade de exercício físico supervisionado. O programa terá duração de 12 semanas, com 2 sessões por semana, com orientação profissional.

Serão realizadas avaliações antes e depois desse período, que incluirão:

- Coleta de sangue para exames laboratoriais;
- Medidas de pressão arterial e composição corporal;
- Testes físicos;
- Questionários;

- Entrevistas ou grupos de conversa.

Todos os procedimentos serão realizados por profissionais treinados.

Riscos e cuidados: Durante os exercícios físicos podem ocorrer cansaço, dores musculares, tonturas ou outros desconfortos. Todas as sessões serão supervisionadas por profissionais capacitados, e serão interrompidas imediatamente caso você apresente qualquer sintoma. Caso necessário, você será encaminhado (a) para a Unidade de Saúde de referência ou para atendimento de urgência. Os exercícios seguirão protocolos seguros, respeitando suas condições de saúde. A participação em entrevistas e/ou grupos focais pode gerar desconforto emocional, principalmente se forem discutidas experiências pessoais ou temas sensíveis. Você poderá se recusar a responder qualquer pergunta ou encerrar sua participação a qualquer momento, sem prejuízo. Se necessário, será feito encaminhamento para apoio psicológico na rede de saúde.

Benefícios esperados: Você poderá obter benefícios como melhora na disposição física, controle de doenças, bem-estar psicológico e maior qualidade de vida. Além disso, seu envolvimento contribuirá para aprimorar programas de atividade física na saúde pública.

Sigilo e confidencialidade: As informações coletadas serão confidenciais. Seu nome ou qualquer dado que possa identificá-lo(a) não será divulgado em nenhuma publicação. Os dados ficarão armazenados com segurança e acesso restrito à equipe de pesquisa.

Participação voluntária e direito de desistência: A sua participação é totalmente voluntária. Você pode se recusar a participar ou desistir a qualquer momento, sem qualquer prejuízo ao seu atendimento de saúde ou a qualquer outro direito.

Ressarcimento e assistência em caso de danos: Você não terá nenhum custo financeiro para participar da pesquisa. Em caso de danos decorrentes da participação, será garantido atendimento integral, gratuito e, se necessário, ressarcimento e/ou indenização, conforme previsto na Resolução CNS nº 466/2012.

Dúvidas e contatos: Caso você tenha dúvidas, poderá entrar em contato com o pesquisador responsável, Prof. Dr. Rodrigo Sudatti Delevatti, pelo e-mail: rodrigo.delevatti@ufsc.br ou telefone (48) 9 9108-4365, ou no GPEC – sala 005B do Complexo Aquático do CDS/UFSC, com o pesquisador Dr. João Batista de Oliveira Junior, pelo e-mail: jj.educauel@gmail.com ou pelo telefone (48) 9 9725-0129 ou com o

Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CEPSH-UFSC), pelo telefone (48) 3721-6094, ou no 7º andar do Prédio Reitoria II, sala 701, de segunda à sexta, das 8h às 12h e das 14h às 18h.

Consentimento: Declaro que li ou me foi lido este termo de consentimento, que compreendi as informações aqui contidas, que pude fazer perguntas e que aceitei participar da pesquisa de forma livre e voluntária.

Este termo será assinado em duas vias, sendo uma entregue ao participante e outra arquivada pela equipe de pesquisa.

Local e data: _____

Nome do(a) participante: _____

Assinatura do(a) participante: _____

Nome do(a) pesquisador(a): _____

Assinatura do(a) pesquisador(a): _____