

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

I – DADOS DE IDENTIFICAÇÃO DO SUJEITO DA PESQUISA

1. Nome do participante:

.....
Documento de Identidade Nº :..... Sexo: () M () F
Data de Nascimento:...../...../.....
Endereço:.....Nº.....Apto:.....
Bairro:.....Cidade:.....
CEP:.....Telefone:.....

II – DADOS SOBRE A PESQUISA

1. Título do Protocolo de Pesquisa: Academia de Musculação Universitária:
Atendendo com qualidade de vida a comunidade hipertensa, alunos, professores e técnicos administrativos.

2. Pesquisadores: *Prof. Dr. Ferdinando Oliveira Carvalho*

Função:

- Professor do Colegiado de Educação Física da Universidade Federal do Vale do São Francisco – UNIVASF
- Coordenador do PROEXT – Academia de Musculação Universitária

3. Avaliação do Risco da Pesquisa:

Sem Risco () Risco Mínimo (X) Risco Médio ()
Risco Baixo () Risco Maior ()

4. Duração da Pesquisa: O estudo será conduzido ao longo de aproximadamente 03 meses, sendo a coleta de dados dos voluntários realizada em aproximadamente 40 minutos. A partir dos dados coletados, os voluntários deverão treinar no espaço da academia com uma frequência mínima de 04 dias por semana, com duração máxima de 60 minutos por treino, onde os treinos deverão ocorrer sempre no mesmo horário e os participantes terão uma tolerância máxima de 25% de faltas durante o mês.

III – REGISTRO DAS EXPLICAÇÕES DO PESQUISADOR AO PARTICIPANTE OU SEU REPRESENTANTE LEGAL SOBRE A PESQUISA, CONSIGNANDO:

1. Objetivo:

- 1) Avaliar a situação de cada participante no momento pré-matrícula e acompanhar as melhoras por meio de avaliações físicas frequentes (03 meses);
- 2) Promover por meio da musculação e exercícios aeróbios, hábitos saudáveis de exercícios físicos melhorando os aspectos osteomuscular, força/resistência muscular, flexibilidade e redução do tecido adiposo;
- 3) Oportunizar aos alunos, mas principalmente professores e técnicos administrativos a melhoria da qualidade de vida, além dos hipertensos da comunidade dos postos de saúde próximos da UNIVASF.
- 4) Redução da Pressão arterial em hipertensos da comunidade próximo da universidade;
- 5) Melhorar a participação e aderência dos participantes;
- 6) Analisar o comportamento hemodinâmico e perfil lipídico em todos os voluntários que treinarão a musculação e os exercícios aeróbios;
- 7) Prescrever e acompanhar os exercícios físicos de forma direcionada aos hipertensos da comunidade universitária;
- 8) Avaliar a melhora na postura corporal dos participantes.

2. Procedimentos que serão adotados durante a pesquisa: Inicialmente os indivíduos serão submetidos a medidas de massa corporal, estatura, pressão arterial de repouso, frequência cardíaca de repouso, circunferências, dobras cutâneas, teste de sentar e alcançar (Indicador de Flexibilidade), abdominal modificado de 1 minuto, avaliação postural e por último um teste submáximo em bicicleta para determinar o VO₂ máx e a Velocidade máxima (V_{máx}). O tempo estimado para cada voluntário será de 30 minutos. A partir dessas informações será feito a prescrição do exercício físico de forma individualizada para cada participante.

3. Desconfortos e riscos: No presente estudo todo o esforço será feito para minimizar os possíveis riscos a integridade física dos participantes através de informações preliminares relacionadas aos níveis de saúde e aptidão física desses sujeitos mediante observações realizadas durante a avaliação física. Acredita-se que não haverá riscos para a integridade física, mental ou moral dos participantes.

4. Benefício esperado: A princípio cada voluntário receberá um relatório sobre sua avaliação física, aspectos de saúde e prevenção encontrados a partir das análises. Os resultados obtidos a partir desse experimento podem auxiliar no desenvolvimento de atividades físicas e programas governamentais que possam auxiliar no combate a obesidade e doenças crônicas degenerativas, bem como identificar alguns fatores que nos auxiliam a entender as evasões das academias.

IV – ESCLARECIMENTOS DADOS PELO PESQUISADOR SOBRE GARANTIAS DO SUJEITO DA PESQUISA

1. Exposição dos resultados e preservação da privacidade dos voluntários: Os resultados obtidos neste estudo serão publicados, independentemente dos resultados encontrados, contudo sem que haja a identificação dos indivíduos que prestaram sua contribuição como voluntários da amostra, respeitando assim a privacidade dos participantes conforme as normas éticas.

2. Despesas decorrentes da participação no projeto de pesquisa: Os voluntários estarão isentos de qualquer despesa ou ressarcimento decorrente desse projeto de pesquisa.

3. Liberdade de consentimento: A permissão para participar desse projeto é voluntária. Portanto, os voluntários estarão livres para negar esse consentimento e desistir do experimento a qualquer momento, sem que isto traga qualquer tipo de constrangimento.

4. Questionamentos: Os sujeitos envolvidos no experimento terão acesso, a qualquer tempo, às informações sobre procedimentos, riscos e benefícios relacionados à pesquisa. Qualquer pergunta sobre os procedimentos experimentais utilizados nesse projeto ou informações adicionais que se fizerem necessárias são encorajadas e podem ser solucionadas no telefone: (87) 2101-6856 ou por meio do e-mail: contato@gepegene.com.br

5. Responsabilidade do participante: Informações prévias sobre o estado de saúde dos participantes ou sensações incomuns já vivenciadas por esses, durante diferentes esforços físicos, poderão afetar a segurança e o valor do desempenho. Assim, o participante deverá fornecer por completo tais informações quando solicitado pelos avaliadores.

V – PARA CONTATO EM CASO DE INTERCORRÊNCIAS CLÍNICAS E REAÇÕES ADVERSAS.

Em caso de acidente durante os testes motores ou qualquer intercorrência durante a realização das coletas da pesquisa ou mesmo nos treinamentos diários na academia de musculação, os pesquisadores responsáveis levarão ao hospital público mais próximo ao local da coleta.

Prof. Dr. Ferdinando Oliveira Carvalho

Universidade Federal do Vale do São Francisco

Av. José de Sá Maniçoba, s/n – Centro – Petrolina, PE

CEP 56304-205

Telefone: (87) 2101-6856

VI – CONSENTIMENTO PÓS-ESCLARECIDO

Declaro que, após ter sido convenientemente esclarecido sobre os objetivos desta investigação e procedimentos a serem adotados, aceito a minha participação na presente pesquisa.

Petrolina, 01 de Dezembro de 2014.



Assinatura do pesquisador