

**UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Intervenção com vídeos sobre atividades físicas para escolares

RENATA RAYANNA ROLIM GUERRA

JOÃO PESSOA/PB

RENATA RAYANNA ROLIM GUERRA

INTERVENÇÃO COM VÍDEOS SOBRE ATIVIDADES FÍSICAS PARA ESCOLARES

Artigo Científico apresentado ao curso de Licenciatura em Educação Física do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal da Paraíba – UFPB, como exigência parcial para obtenção do grau de Licenciado em Educação Física

Orientadora: Prof^a Dr^a CAROLINE DE OLIVEIRA MARTINS

JOÃO PESSOA/PB

2011

GUERRA, Renata Rayanna Rolim

Intervenção com vídeos sobre atividades físicas para escolares

Nº de páginas: 79

CAROLINE DE OLIVEIRA MARTINS

Trabalho de conclusão apresentado ao curso de Educação Física do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal da Paraíba.

1. Atividade física 2. Crianças 3. Vídeo

I. Renata Rayanna Rolim Guerra II. UFPB III. Intervenção com vídeos sobre atividade física para escolares.

Ficha catalográfica

RENATA RAYANNA ROLIM GUERRA

INTERVENÇÃO COM VÍDEOS SOBRE ATIVIDADES FÍSICAS PARA ESCOLARES

Artigo Científico apresentado ao curso de Licenciatura em Educação Física do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal da Paraíba – UFPB, como exigência parcial para obtenção do grau de Licenciado em Educação Física

Data de defesa: 13 de Julho de 2011

Resultado: 10

Banca Examinadora:

Caroline de Oliveira Marins Prof^a Dr^a _____

UFPB/CCS/DEF

Pierre Normando Gomes-da-Silva Prof. Dr. _____

UFPB/CCS/DEF

UFPB/CCS/DEF Prof. _____

Dedico este trabalho a Deus que está sempre em primeiro lugar na minha vida e a minha mãe, Inês Rolim, que é meu amor maior, porto seguro, minha incentivadora e inspiradora dos meus melhores sonhos.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a todos que me ajudaram, seja por uma dica importante, ou até mesmo uma palavra de incentivo e conforto nos momentos em que eu mais necessitei e em particular:

Minha família, mesmo os entes distantes e os que não estão mais entre nós, que sempre me incentivaram e principalmente aos meus tios pais, João e Marione, pela educação, carinho e todo amor que me deram junto a minha mãe Inês e meus três primos irmãos Júnior, Juliana e Jeane, esse trabalho é para vocês meus amores;

A minha prima irmã, amiga e até mesmo mãe Elisete, que sempre me incentiva e apóia em todos os momentos da minha vida, essa conquista é nossa e você sempre fez parte dela. Obrigada por tudo minha linda;

Em especial a Jean Michael, por todo o seu envolvimento e dedicação em me ajudar, principalmente no vídeo, que recebeu muitos elogios, obrigada por tudo;

As famílias Rolim, Silva e Lopes por todo o apoio durante a minha vida, cada ajuda que me foi dada dá sua maneira recebe agora meu agradecimento sincero.

A minha querida orientadora Prof Dr Caroline de Oliveira Martins, que se não fosse por ela esse trabalho não teria acontecido de tal maneira, meu sincero agradecimento, muito obrigada por todo o seu empenho e dedicação em me fornecer fontes de pesquisa e por exigir bastante de minhas escritas, és muito especial e terá sempre minha eterna admiração pela pessoa amável e pelo trabalho excelente que desenvolve;

A minha turma maravilhosa P-Show, por esses quatro anos juntos de amizades, conquistas e boas risadas, cada um tem um lugar em especial no meu coração e principalmente aos meus dois amigos – irmãos, Danilo e Alcides, meus grandes parceiros de pesquisa e aos quais tenho muito carinho e absoluta certeza que irei levar comigo por onde quer que eu vá;

Aos integrantes do Laboratório de Estudos e Pesquisas em Atividade Física e Saúde (LEPAFS), pelas grandes contribuições fornecidas e por tudo mais, em especial à mestranda Raquel Suelen;

A todos os professores do Departamento de Educação Física que muito colaboraram para a minha formação, como também aos funcionários existentes;

A todas as crianças deslumbrantes da escola, que sempre me receberam de braços abertos, literalmente e por terem fornecido tantas respostas maravilhosas.

Não se pode falar em educação
sem amor. (Paulo Freire)

LISTA DE TABELAS

| | |
|---|----|
| Tabela 1 - Fatores considerados importantes ao assistir os vídeos de acordo com gênero e idade. | 18 |
| Tabela 2 - Tipos de atividades físicas mais citadas que devem ser realizadas de acordo com as respostas fornecidas pelos sujeitos de acordo com gênero e idade. | 20 |
| Tabela 3. Intenção de mudança de comportamento após ter assistido vídeo de acordo com gênero e idade. | 21 |
| Tabela 4. Percepção sobre o vídeo que assistiu de acordo com gênero e idade. | 23 |
| Tabela 5. Sugestões de acréscimo no roteiro realizada pelos sujeitos da pesquisa de acordo com gênero e idade. | 25 |

Artigo Original

Intervenção com vídeos sobre atividades físicas para escolares

Renata Rayanna Rolim Guerra¹

Caroline de Oliveira Martins²

¹Acadêmica do curso de licenciatura em Educação Física da Universidade Federal da Paraíba (UFPB), integrante do LEPAFS.

²Professora Doutora de Educação Física da Universidade Federal da Paraíba (UFPB), integrante do LEPAFS.

¹²Laboratório de Estudos e Pesquisas em Atividade Física e Saúde da Universidade Federal da Paraíba.

Resumo: O objetivo do presente estudo foi avaliar intervenções com vídeo baseado em encenação com fantoches e com *videoclip* sobre as recomendações de atividades físicas para crianças e adolescentes, entre quatro e 12 anos de idade ($8,74 \pm 2,04$). O instrumento da coleta de dados foi uma entrevista semiestruturada, aplicada nos sujeitos ($n = 63$) de uma escola pública de João Pessoa/Paraíba. Os resultados sugeriram que ambos os vídeos podem ter sido eficazes ao repassar as recomendações de atividade física para os escolares, apresentando indícios de que os vídeos foram capazes de favorecer a conscientização dos escolares no tocante à importância de um estilo de vida fisicamente ativo e saudável.

Palavras-chave: Atividade Física. Escolares. Crianças. Vídeo.

Intervention with videos about physical activities for students

Abstract: The purpose of this study was to evaluate interventions based on video with puppets and on videoclip about the physical activity recommendations for children and teenagers who had between four and 12 years old ($8,74\pm 2,04$). The instrument of data collection was a semi-structured interview, applied to subjects ($n = 63$) of a public school in João Pessoa/Paraíba. The results suggested that both videos may have been effective in passing the physical activity recommendations for schoolers, and there was evidence that the videos may had been able to foster students' awareness regarding the importance of a physically active and healthy lifestyle.

Keywords: Physical Activity. School. Children. Video.

Introdução

Atividades físicas precisam fazer parte da rotina de todo e qualquer indivíduo, incluindo crianças e adolescentes, que devem realizar atividades agradáveis e de acordo com sua idade, segundo o [Centers for Disease Control and Prevention/CDC](#) (2009). Tais atividades inclusive mostram-se de suma importância na adolescência, pois existe uma ligação expressiva entre atividade física e qualidade de vida, ou seja, adolescentes sedentários têm grande probabilidade de se tornarem adultos sedentários ([ALVES et al.](#), 2005; [HALLAL et al.](#), 2010).

É importante que pais ou responsáveis tanto incentivem quanto pratiquem tais atividades, combatendo o sedentarismo que se faz presente na realidade de famílias de todo o mundo, como sugere [Araújo et al.](#) (2006). Esses autores afirmam que a presença paterna ou materna pode estimular atividades físicas como passeios à pé, além de

atividades físicas fora de casa, a exemplo do 'pega pega', pular corda e cabo de guerra. É o que recomendam os vídeos da presente pesquisa, disponibilizados no YouTube®, como por exemplo, o vídeo intitulado [Atividades Físicas para Crianças - Proposta de intervenção com videoclip](#) (2011), especialmente elaborado para essa pesquisa.

De acordo com o [CDC](#) (2009), crianças e adolescentes devem enfatizar, dentro dos 60 minutos diários ou mais de atividades físicas, atividades aeróbicas (ex.: pedalada), além das atividades de fortalecimento ósseo (ex.: pular amarelinha) e das atividades de fortalecimento muscular (ex.: pular 'sela'). A redução de períodos ociosos nos quais crianças e adolescentes permanecem duas horas ou mais durante o dia adotando comportamentos sedentários (ex.: assistir televisão, jogar *videogame*) é reforçada por autores como [Corbin e Lindsey](#) (2007), bem como sugeridas por estudos realizados no Brasil ([FARIAS JÚNIOR](#), 2010; [OLIVEIRA et al.](#), 2010; [HALLAL et al.](#), 2010) e em outros países ([BARNETT et al.](#), 2010; [RICHARDS et al.](#), 2010).

Crianças e adolescentes devem manter-se ativos da sua maneira, realizando atividades físicas em casa, na escola e no deslocamento, por exemplo. Assim, subir escadas ao invés de usar o elevador, caminhar ou pedalar ao ir e voltar da escola e trocar a televisão por uma caminhada no parque são escolhas que podem trazer benefícios para a qualidade de vida ([CORBIN; LINDSEY](#), 2007; [NAHAS](#), 2006).

A fim de conscientizar crianças sobre temas diversos podem ser realizadas intervenções lúdicas e interativas, despertando sua atenção e interesse, além de facilitar o reconhecimento do quão importante é realizar diariamente atividades físicas, combatendo o sedentarismo. A exemplo disso, algumas intervenções com fantoches como as realizadas por [Franchin et al.](#) (2006) no Mato Grosso do Sul, [Poleti et al.](#) (2006) no interior de Ribeirão Preto, [Vieira](#) (2007) em Campinas/SP, [Mussa](#) (2008) no estado de São Paulo, e em João Pessoa/PB por [Martins et al.](#) (2010) e [Guerra et al.](#) (2010). Tais autores sugerem

que pode haver facilidade na assimilação do conteúdo proposto utilizando-se fantoches, adequando melhor o conteúdo ao entendimento da criança. Outro meio inovador para repassar informações pode ser a utilização de *videoclips* ([WELLS; JOHNSON](#), 2010), que podem ser repassados em ambientes diversos, como centros comunitários e escolas.

De acordo com [Oliveira et al.](#) (2010), o programa *Healthy People 2010*, realizado em Washington, capital do Estados Unidos da América, sugere que escolas devem exercer papel significativa na promoção das atividades físicas e no incentivo aos hábitos alimentares saudáveis.

Assim, o presente estudo pretendeu analisar se intervenções com vídeos apresentando fantoches e *videoclip*, realizadas em escola pública de João Pessoa/PB, podem ser eficazes no repasse das recomendações de atividade física para crianças e adolescentes, bem como se essa ferramenta -o vídeo- apresenta a capacidade de favorecer a conscientização desses indivíduos sobre a importância de adotar ou manter um estilo de vida fisicamente ativo e saudável.

Convém salientar que o presente estudo utilizou as recomendações de atividades físicas elaboradas pelo [CDC](#) (2009), nas quais não são feitas distinções entre crianças e adolescentes, apenas é citado que as atividades devem ser realizadas de acordo com sua idade. Ainda, dentre os objetivos do estudo, vale enfatizar que apenas há o intuito de pesquisar a intenção dos participantes sobre a modificação de seus comportamentos relacionados à atividade física, sem acompanhamento futuro a fim de constatar se houve ou não tal modificação. Por fim, a pesquisa foi efetuada com a consciência de que tal intervenção esteve inserida dentro de uma sociedade influenciada por vários fatores que agem sobre o indivíduo, contemplando desde a educação que o mesmo recebe no meio familiar e escolar, suas condições socioeconômicas, sua cultura, etc.

Metodologia

Caracterização do estudo

Essa pesquisa caracterizou-se como qualitativa descritiva visto que enfatizou a essência do fenômeno ao “compreender o significado de uma experiência dos participantes, em um ambiente específico, bem como o modo como os componentes se mesclam para formar o todo.” ([THOMAS et al.](#), 2007, p. 298).

Amostra

Participaram desse estudo 63 sujeitos, sendo que 30 assistiram o *videoclip* e 33 o vídeo com fantoches. O critério de seleção foi realizado por intermédio de sorteios das turmas que tivessem escolares de quatro a 12 anos. Os indivíduos sorteados recebiam o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) para que o levassem aos seus pais ou responsáveis assinarem, sendo que somente apresentando o TCLE assinado na escola poderiam assistir um dos vídeos. Todas as informações referentes às turmas foram fornecidas pela coordenadora da escola. Os participantes apresentaram idades compreendidas entre quatro e 12 anos, que foram subdivididas em faixas etárias de quatro a seis anos, ($n = 12, 6 \pm 0,6$), de sete a nove anos ($n = 22, 8 \pm 0,5$) e de 10 a 12 anos ($n = 29, 11 \pm 0,5$). Foi adotada a amostragem por conveniência tendo em vista que a amostra ($n = 63$) foi obtida pela facilidade de acesso ([AYRES et al.](#), 2008). Cada sujeito da pesquisa teve a liberdade de escolher qualquer codinome a fim de que fosse preservada sua identidade.

Instrumentos

Para a coleta dos dados foi utilizada uma entrevista semiestruturada, onde foi preservada a identidade de cada respondente. Esse tipo de entrevista justifica-se por ser fundamental ao recolher com detalhes crenças, percepções e definições acerca de um tema específico ([SMITH](#), 1995). O instrumento utilizado para gravar a voz dos entrevistados foi um celular Motorola EX112.

Procedimentos

Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos do Hospital Universitário Lauro Wanderley da Universidade Federal da Paraíba, sob o parecer nº. 784/10. Vale enfatizar que todos os escolares participantes do estudo apresentaram o TCLE assinado por seus pais ou responsáveis e permaneceram com uma cópia do documento.

Um piloto do estudo foi realizado utilizando-se cinco crianças de cada faixa etária e cada tipo de vídeo, totalizando 30 alunos. Esse piloto serviu para modificações em algumas perguntas da entrevista semiestruturada e aconteceu durante o período compreendido entre 21 e 31 de março de 2011. Foram acrescentadas três perguntas ao roteiro de entrevista, como também modificado uma pergunta para cada roteiro relacionado ao tipo de vídeo.

Cada vídeo tinha aproximadamente cinco minutos, sendo apresentados durante o horário escolar entre 02 e 30 de maio de 2011. Os alunos foram organizados em grupos de no máximo cinco alunos, de acordo com sua faixa etária e tipo de vídeo que iriam assistir, de acordo com o sorteio pré-estabelecido. Os vídeos foram disponibilizados no auditório da escola, assim como as entrevistas, que apresentaram duração aproximada

de vinte minutos por grupo. Vale ressaltar que cada criança era entrevistada à parte do grupo, mas no mesmo ambiente utilizado para a apresentação do vídeo.

Convém salientar que a entrevistadora já tinha certa experiência com esse método de entrevista pelo fato de realizar entrevistas semiestruturadas há mais de dois anos durante seu estágio na Divisão de Educação Física do Hospital Universitário Lauro Wanderley, realizando intervenções com fantoches na sala de espera do serviço de pediatria do hospital anteriormente citado.

Os dados foram analisados por estatística descritiva utilizando o programa da [Microsoft Excel](#)[®] e análise dos discursos, de acordo com [Patrício](#) (1999).

Resultados

As tabelas a seguir consideraram o gênero, a faixa etária e o tipo de vídeo assistido de acordo com a resposta de cada criança, sendo que um mesmo indivíduo pôde ter citado mais de uma palavra durante a entrevista. Por esse motivo foi considerada mais de uma resposta fornecida por alguns escolares, objetivando promover um melhor entendimento dos resultados. As palavras mais citadas nos discursos foram categorizadas de acordo com o número de sujeitos que as pronunciaram.

A Tabela 1 mostra os fatores considerados importantes por indivíduos de quatro a 12 anos de uma escola pública de João Pessoa/PB que assistiram separadamente dois vídeos sobre as recomendações de atividades físicas para crianças, ambos com o foco em repassar as recomendações de atividade física para crianças. Assim, um grupo de alunos assistiu a um vídeo com roteiro encenado por fantoches e outro, um *videoclip*, com personagens animados, música, letra da música e outras informações na forma de figuras e texto.

Os resultados mostraram que escolares de quatro a seis anos consideraram o brincar (n = 5, masc = 2; fem = 3) o fator mais importante ao assistir o *videoclip*, enquanto que a simbologia dos personagens (n = 3, masc = 1; fem = 2) representados por Wado Baleado (jogos ativos), Lara Pedala (atividades aeróbicas), Marilú Canguru (fortalecimento ósseo) e Duda Forçada (fortalecimento muscular), foi considerada como fator mais importante para os sujeitos que assistiram o vídeo com fantoches. Alguns discursos são mostrados a seguir:

“Brincar!” (Jogar bola, ♂, 6 anos).

“Achei importante a menina que falou muito sobre chutar bola.” (Maria higiene, ♀, 6 anos).

Nas crianças de sete a nove anos houve grande variação de respostas, contudo o fator estudar foi citado como mais importante para as que assistiram o *videoclip* (n = 5, masc = 2; fem = 3), enquanto que para as crianças que assistiram o vídeo com fantoches o brincar (n = 4, masc = 2; fem = 2), a simbologia dos personagens (n = 4, masc = 1; fem = 3) e a saúde (n = 4, masc = 3; fem = 1) tiveram o mesmo grau de importância, mostrados pelos discursos a seguir:

“Subir escadas é melhor para a nossa saúde.” (Pega-pega, ♂, 7 anos).

“As amiguinhas, a atividade que tava falando, que tem hora para brincar e hora para estudar” (Maçã, ♀ 8 anos).

Para a faixa etária compreendida entre 10 e 12 anos, o fator realizar atividade física foi o mais citado no *videoclip* (n = 12, masc = 3; fem = 9), semelhante ao que aconteceu aos escolares que assistiram o vídeo com fantoches (n = 10, masc = 1; fem = 9). Possivelmente a discrepância entre a quantidade de respondentes do gênero masculino e feminino, visualizada no último resultado aqui apresentado, pode ter ocorrido pelo fato das escolares terem predominância nessa faixa etária ao terem participado da pesquisa (n =

22, masc = 4; fem = 18). Alguns discursos a seguir demonstram a preferência das respostas que mais foram proferidas por indivíduos de 10 a 12 anos:

“Que nos temos que praticar atividades físicas sessenta minutos por dia.” (Futebol, ♂, 11 anos).

“Achei que nós devemos praticar exercício físico, que não serve só para a diversão, mas também para a saúde.” (Dama, ♀, 11 anos).

Tabela 1. Fatores considerados importantes ao assistir os vídeos de acordo com gênero e idade.

| IDADE | Brincar | | Estudar | | Realizar ativ.físicas | | Combate ao sedentarismo | | Duração das atividades | | Simbologia personagens | | Saúde | |
|--------------------------------|---------|---|---------|---|--------------------------|----|----------------------------|---|------------------------------|---|---------------------------|---|-------|---|
| | M | F | M | F | M | F | M | F | M | F | M | F | M | F |
| Videoclip | | | | | | | | | | | | | | |
| 4 a 6 anos | 2 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 1 |
| 7 a 9 anos | 1 | 1 | 3 | 2 | 1 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 1 | 1 | 0 |
| 10 a 12 anos | 0 | 0 | 0 | 0 | 3 | 9 | 1 | 1 | 1 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total (n=37) | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 11 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 |
| Vídeo com Fantoches | | | | | | | | | | | | | | |
| 4 a 6 anos | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 2 | 0 | 0 |
| 7 a 9 anos | 2 | 2 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 1 | 3 | 3 | 1 |
| 10 a 12 anos | 0 | 0 | 0 | 1 | 1 | 9 | 1 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 3 | 6 |
| Total (n=42) | 2 | 4 | 0 | 3 | 1 | 9 | 1 | 2 | 0 | 0 | 2 | 5 | 6 | 7 |

Legenda: ativ. = atividade.

A Tabela 2 reflete os tipos de atividades físicas mais citadas que devem ser realizadas, de acordo com idade, vídeo e gênero, ressaltando que mais de uma resposta foi considerada ao ser relatada pelo mesmo sujeito. Foi evidente a variedade de atividades citadas pelos escolares, tanto no *videoclip* quanto no vídeo dos fantoches. Assim, pode ser ressaltado que caminhar (n= 2, masc = 1; fem = 1) foi uma das atividades mais citadas pelas crianças de quatro a seis anos que assistiram o *videoclip*, enquanto que andar de bicicleta (n = 1, masc = 0; fem =1) foi o único resultado proveniente dos que

assistiram o vídeo com fantoches. As transcrições a seguir refletem alguns desses resultados:

“Caminhada, fazer tarefas.” (Cachorro, ♂, 6 anos).

“Ele falando, andar mais de bicicleta” (Pega-pega, ♀, 6 anos).

As crianças que se encontravam na faixa etária entre sete e nove anos mostraram ter como preferência ao assistir o *videoclip* o esporte (n = 5, masc = 4; fem = 1), como também a atividade pedalar (n = 5, masc = 3; fem = 2). Contudo, apenas o esporte (n=7, masc = 3; fem = 4) foi relatado com mais frequência pelos que assistiram o vídeo com fantoches. Os discursos a seguir demonstram tal preferência:

“... fazer os esportes... vôlei, futebol” (Futebol, ♂, 8 anos).

“Interessante e fala muitas coisas esportivas.” (Bicicleta, ♀, 8 anos).

Os escolares de 10 a 12 anos que assistiram o *videoclip* igualmente relataram uma maior preferência pelos esportes (n = 6, masc = 0; fem = 6), o que foi ainda mais ressaltado no vídeo dos fantoches (n = 24, masc = 10; fem = 14), como mostram alguns discursos a seguir:

“Que os esportes é bom para a saúde.” (Futebol, ♂, 10 anos).

“Achei muito legal, que agente tem que praticar mais esportes para melhorar a saúde.” (Vôlei, ♀, 11 anos).

Outro fator constatado foi o de que pedalar (n = 18, masc = 6; fem = 12) foi relatado por sujeitos de todas as idades após a visualização de ambos os vídeos, indicando que essa atividade pode ter sido vivenciada por indivíduos de idades variadas e que os dois tipos de vídeo podem ter tido a capacidade de ressaltar a importância de sua prática.

Tabela 2. Tipos de atividades físicas mais citadas que devem ser realizadas de acordo com as respostas fornecidas pelos sujeitos de acordo com gênero e idade.

| IDADE | Caminhada | | Esportes (N/F/V/B) | | Pedalar | | Pular corda | | Correr | | Malhação* | |
|----------------------------|-----------|---|--------------------|----|---------|---|-------------|---|--------|---|-----------|---|
| | M | F | M | F | M | F | M | F | M | F | M | F |
| Vídeoclip | | | | | | | | | | | | |
| 4 a 6 anos | 1 | 1 | 1 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 7 a 9 anos | 2 | 1 | 4 | 1 | 3 | 2 | 0 | 2 | 0 | 1 | 2 | 1 |
| 10 a 12 anos | 0 | 2 | 0 | 6 | 0 | 3 | 0 | 0 | 0 | 2 | 0 | 1 |
| Total (n=37) | 3 | 4 | 5 | 7 | 3 | 6 | 0 | 2 | 0 | 3 | 2 | 2 |
| Vídeo com fantoches | M | F | M | F | M | F | M | F | M | F | M | F |
| 4 a 6 anos | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 7 a 9 anos | 0 | 1 | 3 | 4 | 3 | 1 | 1 | 1 | 0 | 0 | 0 | 1 |
| 10 a 12 anos | 0 | 4 | 10 | 14 | 0 | 4 | 0 | 2 | 1 | 2 | 0 | 0 |
| Total (n=53) | 0 | 5 | 13 | 18 | 3 | 6 | 1 | 3 | 1 | 2 | 0 | 1 |

Legenda: N = Natação, F = Futebol, V = Vôlei, B = Basquete.*Atividades relacionadas à academia

A Tabela 3 expõe as possíveis mudanças nas atitudes das crianças relatadas por elas, conforme idade, vídeo e gênero. Vale salientar que apenas uma resposta foi considerada para cada sujeito da amostra e ainda, a dificuldade de entrevistar crianças, pois algumas se sentiram demasiadamente envergonhadas. Crianças de quatro a seis anos que assistiram o *videoclip* expuseram possível mudança no seu jeito (n = 3, masc = 1; fem = 2) após tê-lo assistido, o que foi ainda mais enfatizado pelas crianças que assistiram ao vídeo com fantoches (n = 6, masc = 2; fem = 4). Alguns relatos são mostrados a seguir:

“Sim, brincar!” (Maçã, ♂, 5 anos).

“Sim. Tenho que me cuidar bem e ficar com muita saúde” (Dançar, ♀, 6 anos).

Para as crianças de sete a nove anos foi referida uma possível mudança nas que assistiram ao *videoclip* (n = 7, masc = 3; fem = 4) e essa mudança foi visivelmente enfatizada pelas que assistiram o vídeo com fantoches (n = 8, masc = 5; fem = 3). Alguns relatos são mostrados a seguir:

“Praticar atividade física” (Futebol, ♂, 8 anos).

“Bem... eu vou fazer mais exercício e estudar mais” (Pega-pega, ♀, 8 anos).

As crianças que se encontravam na faixa de 10 a 12 anos referenciaram uma possível mudança em seus hábitos após assistir ao videoclip (n = 13, masc = 3; fem = 10), essa preferência atingiu também as que assistiram ao vídeo dos fantoches (n = 15, masc = 4; fem = 11), conforme demonstram os discursos a seguir:

“Eu vou fazer outros dias da semana, pra cumprir os exercícios físicos diários.” (Vaca, ♂, 10 anos)

“Antes eu só gostava de futebol, acho que vou gostar de outros esportes agora.” (Cachorro, ♂, 11 anos)

“Meu jeito de fazer educação física, porque eu não faço muito.” (Dama de tabuleiro, ♀, 11 anos),

“Não ficar muito no sofá, vou fazer mais exercícios, não ficar parado na televisão. (Raquete, ♀, 10 anos)

Tabela 3. Intenção de mudança de comportamento após ter assistido vídeo de acordo com gênero e idade.

| IDADE | Sim | | Não | | Não soube responder | |
|------------------|-----|----|-----|---|---------------------|---|
| | M | F | M | F | M | F |
| <i>Videoclip</i> | | | | | | |
| 4 a 6 anos | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 0 |
| 7 a 9 anos | 3 | 4 | 2 | 0 | 0 | 1 |
| 10 a 12 anos | 3 | 10 | 0 | 1 | 0 | 0 |
| Total (n=30) | 7 | 16 | 3 | 2 | 1 | 1 |

| Vídeo com fantoches | M | F | M | F | M | F |
|---------------------|----|----|---|---|---|---|
| 4 a 6 anos | 2 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 7 a 9 anos | 5 | 3 | 0 | 2 | 1 | 1 |
| 10 a 12 anos | 4 | 11 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total (n=33) | 11 | 18 | 0 | 2 | 1 | 1 |

A Tabela 4 apresenta a preferência das crianças em relação ao vídeo, se as mesmas gostaram ou não de assisti-los. Dos que souberam responder o questionamento, seis sujeitos no total (n = 6, masc = 3; fem = 3), de quatro a seis anos, afirmaram que gostaram de assistir o *videoclip*. Já no vídeo com fantoches, apenas cinco escolares gostaram do mesmo (n = 5, masc = 2; fem = 3), sendo que uma menina afirmou não ter gostado do vídeo. Alguns relatos são mostrados a seguir:

“Bom!” (Cachorro, ♂, 6 anos).

“Gostei, é bom” (Pular corda, ♀, 6 anos).

Dos que souberam responder, na faixa etária compreendida entre sete e nove anos, a aceitação do *videoclip* foi realçada por nove crianças que o assistiram (n = 9, masc = 4; fem = 5), sendo que um menino não gostou do mesmo. Todos os que responderam à pergunta nessa faixa etária gostaram de assistir o vídeo com fantoches (n = 12, masc = 6; fem = 6). Os discursos a seguir demonstram alguns ‘conceitos’:

“Muito bom” (Jogar bola, ♂, 9 anos).

“Que ele foi bom” (Barbie, ♀, 7 anos).

Dos que responderam à pergunta, 14 crianças compreendidas na faixa etária de 10 a 12 que assistiram ao *videoclip* gostaram do mesmo (n = 14, masc = 3; fem = 11), similar

ao que aconteceu com as que assistiram ao vídeo com fantoches (n = 15, masc = 4; fem = 11), refletidos nos discursos a seguir:

“Legal, divertido” (Vaca, ♂, 10 anos).

“Legal porque ele mostra a gente que deve praticar mais exercícios físicos, para não ficar sedentário.” (Bia, ♀, 11 anos).

“Animada e educativa.” (Pular corda, ♀ 11 anos).

Tabela 4. Percepção sobre o vídeo que assistiu de acordo com gênero e idade.

| IDADE | Gostou | | Não gostou | | Não soube responder | |
|----------------------------|--------|----|------------|---|---------------------|---|
| | M | F | M | F | M | F |
| Videoclip | | | | | | |
| 4 a 6 anos | 3 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 7 a 9 anos | 4 | 5 | 1 | 0 | 0 | 0 |
| 10 a 12 anos | 3 | 11 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total (n=30) | 10 | 19 | 1 | 0 | 0 | 0 |
| Vídeo com fantoches | | | | | | |
| 4 a 6 anos | 2 | 3 | 0 | 1 | 0 | 0 |
| 7 a 9 anos | 6 | 6 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 10 a 12 anos | 4 | 11 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Total (n=33) | 12 | 20 | 0 | 1 | 0 | 0 |

A Tabela 5 apresenta sugestões do que as crianças gostariam de acrescentar no vídeo assistido, considerando idade, vídeo e gênero. Na faixa etária de crianças entre quatro e seis anos a maioria ao assistir o *videoclip* optou por não acrescentar coisa alguma (n = 3, masc = 2; fem = 1), enquanto que para as que assistiram ao vídeo com fantoches houve grande variação das respostas, propondo brincadeiras (n= 2, masc = 0;

fem = 2), nada (n= 2, masc = 1; fem = 1) e outros itens (n= 2, masc = 1 fem = 1). A seguir podem ser lidos alguns discursos:

“Shrek!” (Jogar bola, ♂, 6 anos).

“É, as crianças... se divertindo e com muita saúde” (Dançar, ♀, 6 anos).

Os escolares pertencentes à faixa etária de sete a nove anos preferiram não acrescentar coisa alguma ao *videoclip* (n= 6, masc = 3; fem = 3) ou outras coisas (n= 4, masc = 3; fem =1 3), enquanto que a maioria dos que assistiram o vídeo dos fantoches optaram por acrescentar outras informações (n= 4, masc = 3; fem = 1), conforme demonstram os discursos a seguir:

“Muito mais bonecos” (Vermelho, ♂ 7 anos).

“É para cantar um monte de vezes mais” (Futebol, ♂, 8 anos).

“Eles brincando” (Andar de bicicleta, ♀, 8 anos).

A maioria das crianças de 10 a 12 anos que assistiram o *videoclip* propuseram não acrescentar coisa alguma (n = 9, masc = 3; fem = 6), fato que foi semelhante aos relatos dos que assistiram o vídeo dos fantoches (n = 9, masc = 2; fem =7), de acordo com os discursos a seguir:

“É... nada! A música já está completa para mim. (Futebol, ♂, 11 anos).

“Eu queria ter visto também quais as dificuldades na hora de fazer esporte, queria ver pessoas saudáveis e divertidas brincando” (Chocolate, ♀, 11 anos).

Tabela 5. Sugestões de acréscimo no roteiro realizada pelos sujeitos da pesquisa de acordo com gênero e idade.

| IDADE | Nada | | Brincadeiras | | Crianças | | Alimentação | | Outros | |
|------------------|------|---|--------------|---|----------|---|-------------|---|--------|---|
| | M | F | M | F | M | F | M | F | M | F |
| <i>Videoclip</i> | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | |
|----------------------------|----------|-----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| 4 a 6 anos | 2 | 1 | 0 | 1 | 0 | 1 | 0 | 0 | 1 | 0 |
| 7 a 9 anos | 3 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 3 | 1 |
| 10 a 12 anos | 3 | 6 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 1 | 0 | 3 |
| Total (n=30) | 8 | 10 | 0 | 1 | 0 | 2 | 0 | 1 | 4 | 4 |
| Vídeo com Fantoches | M | F | M | F | M | F | M | F | M | F |
| 4 a 6 anos | 1 | 1 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 1 |
| 7 a 9 anos | 1 | 2 | 1 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 4 | 2 |
| 10 a 12 anos | 2 | 7 | 1 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 |
| Total (n=33) | 4 | 10 | 2 | 8 | 0 | 0 | 0 | 0 | 6 | 3 |

De acordo com os resultados encontrados nas tabelas anteriormente expostas, os vídeos repassados (*videoclip* e fantoches) podem ter contribuído para que escolares se conscientizassem melhor sobre um estilo de vida fisicamente ativo e saudável, sendo que 97% dos sujeitos pesquisados relataram gostar dos vídeos (n = 61, masc = 22; fem = 39) e ainda 83% relataram possível mudança favorável de comportamento após terem assistido esses vídeos (n = 52, masc = 18; fem = 34).

Discussão

Estudos mostram que a utilização de vídeos para conscientizar crianças sobre atividade física e saúde é um meio inovador e igualmente eficaz. Segundo [Móran](#) (1995), essa maneira torna-se ainda mais fascinante no formato de *videoclip*, fato que ocorreu na presente pesquisa, pois foi possível perceber a aceitação dos vídeos pelos escolares e a forma rápida como muitos assimilavam as informações repassadas através desses instrumentos. O vídeo pode ter facilitado o entendimento das crianças, pois foi aparente

como muitas se mostraram muito mais interessadas e atentas ao assisti-los, tendo um grupo cantarolado a música do *videoclip*.

Um *videoclip*, que pode ter seu conteúdo disponibilizado gratuitamente no YouTube®, tem a capacidade de apresentar-se como uma forma eficaz, simples e animada de expor assuntos como as atividades físicas. Por meio do YouTube® o conteúdo dos vídeos pode ser expandido sem respeitar fronteiras, como o vídeo em inglês que faz sucesso na internet -*HIP HOP HEALTH*®- da editora *Human Kinetics*®. Tal *videoclip* é cantado na forma de *hip hop*, relacionando assuntos como fortalecimento ósseo-muscular e atividades aeróbicas, dentre outros itens, e contando com 6.866 acessos até 20 de Junho de 2011 ([WELLS; JOHNSON, 2010](#)).

O vídeo com a encenação de fantoches, também disponibilizado no YouTube®, indicou ter boa aceitação entre os escolares, sendo que a associação dos personagens com as atividades mostrou-se evidente para os sujeitos pesquisados. Outros estudos, realizados por encenação com fantoches de dedo (dedoches) em ambiente hospitalar, sugerem que crianças e seus acompanhantes conseguiam memorizar os conteúdos assistidos e apresentavam um melhor nível de conscientização sobre a importância e as maneiras de adotar e/ou manter um estilo de vida fisicamente ativo ([MARTINS et al., 2010](#); [GUERRA et al., 2010](#)).

Através da análise das entrevistas percebeu-se que muitas crianças, independentemente da sua faixa etária, conseguiram assimilar o conteúdo passado, como foi mostrado nos resultados das tabelas e transcrições das entrevistas. Temas como atividades físicas, que estão presentes na cultura humana, podem passar a ser problematizados, produzidos e modificados no interior da escola, possibilitando o desenvolvimento de seus alunos, favorecendo que se tornem mais críticos, reflexivos e independentes ([MARTINY et al., 2011](#)).

Mesmo que os vídeos tivessem incentivado os escolares a reduzir hábitos sedentários, como ficar mais de duas horas na frente da televisão, conforme recomendam [Corbin e Lindsey](#) (2007), e mesmo que muitos dos sujeitos pesquisados compreendessem isso, de acordo com a fala de “Raquete”, dentre outras, [Motta e Enumo](#) (2010) ressaltam que a televisão parece ter um papel significativo na promoção do bem-estar durante a hospitalização de crianças, apesar de não ter fins terapêuticos, esse aparelho permite a distração das crianças. Deste modo, cabem que criativas intervenções, desde encenação com fantoches até vídeos com temas interessantes às crianças, sejam efetuadas e pesquisadas para verificar se o tempo que a criança passa hospitalizada pode se tornar mais produtivo e significativo para ela, por exemplo.

Corroborando com [Farias Júnior](#) (2010), o presente estudo considerou uma possível relação com os resultados encontrados, pois esse autor relata que adolescentes citavam a caminhada como maneira de condução mais exercida, fato que também ocorreu no presente estudo, visto que crianças a partir de sete anos ressaltaram esse fator e provavelmente tal percepção aumentará com o passar do tempo.

Esse autor diz, ainda, que adolescentes de ambos os gêneros demonstravam preferência por atividades distintas, fato que igualmente pode ter sido identificado na segunda tabela, na qual houve muita variedade de atividades citadas (caminhada, esportes, pedalar, pular corda, correr, malhação), principalmente em relação aos gêneros.

A atividade física tem ganhado evidência na área de saúde pública, pois com o avanço da ciência propondo medidas específicas de controle e prevenção das doenças fez com que houvesse uma diminuição das doenças infecciosas e um aumento das doenças crônicas ([TASSITANO et al.](#), 2007). Autores como [Farias Júnior e Silva](#) (2008), evidenciam que a obesidade infantil e juvenil é um dos fatores considerados mais

problemáticos para a saúde pública atualmente devido ao seu crescimento acelerado e aos diversos problemas de saúde que podem co-existir. Desta forma, intervenções como as relatadas e realizadas no presente estudo poderiam contribuir para a redução da obesidade em crianças e adolescentes.

[Ruano e Pujol](#) (1997) enfatizam que o tempo cotidiano de televisão é uma particularidade que pode ter influência na obtenção de outros hábitos na idade escolar. Para esses autores, o sono é o mais importante, quantitativamente, na história da criança ocidental, sendo que a televisão é a segunda atividade mais realizada pela criança, muito superior ao tempo gasto na escola. Assim, até a televisão pode viabilizar que vídeos sejam repassados para crianças com a mensagem de não ficar mais de duas horas na frente da TV, aproveitando-se melhor o tempo com brincadeiras e jogos ativos, por exemplo.

[Borges et al.](#) (2007) ressaltam que a sociedade moderna vem se adaptando rapidamente aos avanços tecnológicos que interferem no estilo de vida das pessoas e, em especial, das crianças. Vale ressaltar a grande preocupação com os altos períodos despendidos na frente do computador, da televisão e de jogos eletrônicos por crianças e adolescentes, sendo que para promover a prevenção da obesidade na juventude deve-se reduzir o tempo que os jovens permanecem na frente da televisão e/ou do computador e/ou de *videogames* ([RICHARDS et al.](#), 2010; [BARNETT et al.](#), 2010; [FARIAS JÚNIOR; SILVA](#), 2010; [OLIVEIRA et al.](#), 2010; [HALLAL et al.](#), 2010; [CORBIN et al.](#), 2007), fato salientado no presente estudo.

Convém enfatizar algumas limitações da pesquisa, como por exemplo, a impossibilidade de generalizar os resultados devido à restrição do tamanho da amostra. Também foi considerada limitação a indisponibilidade de se coletar dados dos escolares

que não estavam em sala durante o dia do sorteio, mesmo que o presente estudo seja qualitativo.

Sugere-se que intervenções semelhantes, utilizando entrevistas coletivas conforme indica [Silva](#) (2009), com abordagem criativa e dinâmica como as utilizadas nos vídeos apresentados, sejam realizadas em ambientes diversos, como escolas, Programas Saúde da Família (PSFs), organizações não governamentais (ONGs) e clubes, a fim de aprofundar o conhecimento sobre maneiras efetivas de repassar informações para indivíduos de várias faixas etárias. Intervenções pesquisadas em diversas regiões do Brasil também devem ser incentivadas ([TASSITANO et al.](#), 2007; [DUMITH](#), 2009), uma vez que existem poucos estudos prospectivos nesse campo, especialmente sobre atividade física, crianças e adolescentes. Por isso, espera-se que a presente proposta de intervenção seja desenvolvida em diversas cidades brasileiras e até em outros países, visto que [Freire](#) (2002) entende que o ato de ensinar exige compreender que a educação é uma forma de intervenção no mundo. Sendo assim, essas intervenções podem ser realizadas com vídeo, como se propôs o presente estudo.

Por fim, intervenções com vídeos apresentando fantoches e *videoclip*, realizadas em escola pública de João Pessoa/PB, podem ter sido eficazes ao repassar as recomendações de atividade física para crianças e adolescentes de quatro a 12 anos de idade, sendo que houve indícios de que essa ferramenta pode ter sido capaz de favorecer a conscientização desses escolares sobre a importância de um estilo de vida fisicamente ativo e saudável.

Referências

ALVES, João Guilherme Bezerra; MONTENEGRO, Fernanda Maria Ulisses; OLIVEIRA, Fernando Antonio; ALVES, Roseane Victor. Prática de esportes durante a adolescência e atividade de lazer na vida adulta. **Revista Brasileira de Medicina e Esporte Set/Out** 2005; 11(5):291-294. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbme/v11n5/27591.pdf>>. Acesso em: 22 jun 2011.

ARAÚJO, Márcio Flávio Moura de; LEMOS, Ana Cláudia Silva; CHAVES, Emilia Soares. Creche comunitária: um cenário para a detecção da obesidade infantil. **Revista Ciência Cuidado e Saúde**. Maringá: 5(1):24-31. 2006. Disponível em: <<http://periodicos.uem.br/ojs/index.php/CiencCuidSaude/article/view/5102/3323>>. Acesso em: 23 jun 2011.

ATIVIDADES FÍSICAS PARA CRIANÇAS - PROPOSTA DE INTERVENÇÃO COM VIDEOCLIP. Produção de Renata Rayanna Rolim Guerra. Coordenação Caroline de Oliveira Martins. João Pessoa, 2011. *Videoclip* 5min <<http://www.youtube.com/watch?v=ZeBH0bubFKc>>: Sonoro, colorido, legendado português, didático.

AYRES, Manuel; AYRES, Daniel Lima; AYRES, Lucas Lima; SANTOS, Bruno Ayres; AYRES JUNIOR, Manuel; AMARAL, Ademar Ayres. **Pequeno dicionário de biostatística**. Belém do Pará: Poligraf, 2008, 103 p.
BARNETT, Tracie A.; O'LOUGHLIN, Jennifer; SABISTON, Catherine M.; KARP, Igor; BE'LANGER, Mathieu; HULST, Andraea Van and Marie Lambert. **Teens and Screens: The Influence of Screen Time on Adiposity in Adolescents**. *American Journal Epidemiology*. 2010;172:255–262. Disponível em: <<http://aje.oxfordjournals.org/content/172/3/255.abstract>>. Acesso em: 24 jun 2011.

BORGES, Claudia Regina; KÖHLER, Maria Luiza Kraft; LEITE, Maysa de Lima; SILVA, Arlete Bernini Fernandes e; CAMARGO, Akemi Teramoto de; KANUNFRE, Carla Cristiane. Influência da televisão na prevalência de obesidade infantil em Ponta Grossa, Paraná. **Revista Ciência Cuidado e Saúde** Jul/Set2007; 6(3):305-311. Disponível em: <<http://www.periodicos.uem.br/ojs/index.php/CiencCuidSaude/article/view/3990/2710>>. Acesso em: 24 jun 2011.

CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION (CDC). **Physical Activity for Everyone. How much physical activity do children need?** Disponível em: <<http://www.cdc.gov/nccdphp/dnpa/physical/everyone/recommendations/children.htm>>. Acesso em: 11 set. 2009.

CORBIN, CB; LINDSEY, R. **Fitness for life**. Champaign (IL): Human Kinetics, 2007.

DUMITH, Samuel C. Physical activity in Brazil: a systematic review. **Caderno de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, 25 Sup 3:S415-S426, 2009. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/csp/v25s3/07.pdf>>. Acesso em: 23 jun 2011.

FARIAS JÚNIOR, José Cazuya de; Silva, Kelly Samara. Sobrepeso/obesidade em adolescentes escolares da cidade de João Pessoa - PB: prevalência e associação com fatores demográficos e socioeconômicos. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**. vol.14 no.2 Niterói Mar./Apr. 2008. <http://dx.doi.org/10.1590/S1517-86922008000200004>

FARIAS JÚNIOR, José Cazuya de. **Nível de atividade física e fatores associados (individuais e ambientais) em adolescentes do ensino médio no município de João Pessoa (PB)**. 2010. 201 f...Dissertação (Doutorado em Educação Física) – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2010.

FRANCHIN, Daniely Santos; SILVA, Flávia Souza Moraes Sala da; SILVA, Katulle Oliveira Freitas; TEIXEIRA, Veridiana Vicentini; CONTINI, Maria de Lourdes Jeffery; CAMPAGNA, SILVA, Joselane Tenório Campagna. Prática na enfermagem pediátrica: um colorido na clínica winnicottiana. **Revista SBPH**, jun. 2006, vol.9, no.1, p.71-80. ISSN 1516-0858. Disponível em:

<http://www.assis.unesp.br/encontrosdepsicologia/ANAIS_DO_XIX_ENCONTRO/77_DANIELY_SANTOS_FRANCHIN.pdf>. Acesso em: 24 jun 2011.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da autonomia**: saberes necessários à prática educativa. São Paulo: Paz e Terra, 2002.

GOMES-DA-SILVA, Pierre Normando. Prática de ensino em Educação Física: por uma formação do professor-pesquisador. In: HERMIDA, Jorge Fernando (Org.). **Educação Física**: conhecimento e saber escolar. João Pessoa: Editora Universitária da UFPB, 2009. P. 103-128.

GUERRA, Renata Rayanna Rolim; MACHADO, Danilo César Bendito; PRAZERES FILHO, Alcides; MARTINS, Caroline de Oliveira. **Encenação com dedoches na sala de espera do Serviço de Pediatria do Ambulatório do HU UFPB**. In: **SEMANA DE CIÊNCIA, TECNOLOGIA, ESPORTE, ARTE E CULTURA. 6CCSDEFPE07, 2010, João Pessoa. Resumos I Semana de Ciência, Tecnologia, Esporte, Arte e Cultura: 2010**.

HALLAL, Pedro Curi; KNUTH, Alan Goularte; CRUZ, Danielle Keylla Alencar; MENDES, Maria Isabel; MALTA, Deborah Carvalho. Prática de atividade física em adolescentes brasileiros. **Ciência & Saúde Coletiva**. 15(Supl. 2):3035-3042, 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/csc/v15s2/a08v15s2.pdf> >. Acesso em: 22 jun 2011.

MARTINS, Caroline de Oliveira; MACHADO, Danilo César Bendito; GUERRA, Renata Rayanna Rolim. Intervenção com dedoches na sala de espera do serviço de pediatria do ambulatório do hospital Universitário Lauro Wanderley – Universidade Federal da Paraíba. In: CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA, SAÚDE E CULTURA CORPORAL. 2175-6023, 2010, Pernambuco. **Resumos IV Congresso Nacional de Educação Física, Saúde e Cultura Corporal. Pernambuco: 46, 2010**.

MARTINY, Luis Eugênio; FLORÊNCIO, Samara Queiroz do Nascimento; GOMES-DA-SILVA, Pierre Normando. O referencial curricular da Educação Física do Estado do Rio Grande do Sul: uma análise qualitativa de conteúdo. **Pensar a Prática**, Goiânia, v. 14, n. 1, p. 1-14, jan./abr. 2011. Disponível em: <<http://www.revistas.ufg.br/index.php/fef/article/view/9769>>. Acesso em: 26 jun 2011.

MICROSOFT Project for Windows 2007, version: 2007: project planning software: Microsoft Corporation, 2007. Office Excel. 1CD-ROM.

MÓRAN, José Manuel. O vídeo na sala de aula. **Revista Comunicação e educação** v.1 São Paulo, 1995. Disponível em: <<http://revistas.univerciencia.org/index.php/comeduc/article/view/3927/3685>>. Acesso em: 28 nov. 2010.

MOTTA, Alessandra Brunoro; ENUMO, Sônia Regina Fiorim. Intervenção psicológica lúdica para o enfrentamento da hospitalização em crianças com câncer. **Revista Psicologia: Teoria e Pesquisa**, jul-set 2010, vol. 26 n. 3, pp. 445-454. <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-37722010000300007>

MUSSA, Claudia; MALERBI, Fani Eta Korn. O impacto da atividade lúdica sobre o bem estar de crianças hospitalizadas. **Revista Psicologia: Teoria e Prática**, dez. 2008, vol.10, no.2, p.83-93. ISSN 1516-3687. Disponível em: <<http://www3.mackenzie.br/editora/index.php/ptp/article/view/471/284>>. Acesso em: 24 jun 2011.

NAHAS, Markus Vinicius. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo**. 4. ed. Londrina: Midiograf, 2006.

OLIVEIRA, Thiara Castro de; SILVA, Antônio Augusto Moura da; Santos, Cristiane de Jesus Nunes dos; SILVA, Josenilde Sousa e; CONCEIÇÃO, Sueli Ismael Oliveira da. Atividade física e sedentarismo em escolares da rede pública e privada de ensino em São Luís. **Revista Saúde Pública**. 2010;44(6):996-1004. <http://dx.doi.org/10.1590/S0034-89102010000600003>

PATRÍCIO, Z. M. Qualidade de vida do ser humano na perspectiva de novos paradigmas; possibilidades éticas e estéticas nas interações ser humano-natureza-cotidiano-sociedade. In: PATRÍCIO, Z. M.; CASAGRANDE, J.L.; ARAÚJO, M.F. **Qualidade de vida do trabalhador: uma abordagem qualitativa do ser humano através de novos paradigmas**. Florianópolis: Ed. do Autor, 1999.

POLETI, Livia Capelani et al . Recreação para crianças em sala de espera de um ambulatório infantil. **Revista brasileira de enfermagem**, Brasília, v. 59, n. 2, Apr. 2006. <http://dx.doi.org/10.1590/S0034-71672006000200021>>.

RICHARDS, PhD Rosalina; MCGEE, PhD Rob; WILLIAMS DSc, Sheila M.; WELCH, PhD David; HANCOX, Robert J. Adolescent Screen Time and Attachment to Parents and Peers. **Archives of pediatrics & adolescent medicine**, 2010;164(3):258-262. Disponível em: < <http://archpedi.ama-assn.org/cgi/reprint/164/3/258?maxtoshow=&hits=10&RESULTFORMAT=&fulltext=Adolescent+Screen+Time+and+Attachment+to+Parents+and+Peers.&searchid=1&FIRSTINDEX=0&resourcetype=HWCIT>> Acesso em 23 jun 2011.

RUANO, Ignacio; PUJOL. M^a Eugenia Serra. Hábitos de vida en una población escolar de mataró (barcelona) asociados al número de veces diarias que ve television y al consumo de azúcares. **Revista Española de Salud Pública**, Madrid , vol.71 n.5 Sept./Oct. 1997. <http://dx.doi.org/10.1590/S1135-57271997000500007>

SANTOS, Paulo Ricardo; KLOSS, Sheila. A criança e a mídia: a importância do uso do vídeo em escolas de Joaçaba – SC. In: Intercom – Sociedade Brasileira de Estudos Interdisciplinares da Comunicação. **XI Congresso de Ciências da Comunicação na Região Sul – Novo Hamburgo – 2010**

SMITH, Jonathan A. Semi-structured interviewing and qualitative analysis. In: SMITH, J.; HARRÉ, R.; VAN LANGENHOVE, L. (Ed.). **Rethinking methods in psychology**. London: Sage, 1995. p. 9-16.

TASSITANO, Rafael Miranda; Bezerra, Jorge; Tenório, Maria Cecília Marinho; Colares, Viviane; Barros, Mauro Virgílio Gomes de; Hallal, Pedro Curi. Atividade física em adolescentes brasileiros: uma revisão sistemática. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, 2007;9(1):55-60. Disponível em: <http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/diaadia/diadia/arquivos/Image/conteudo/artigos_teses/EDUCACAO_FISICA/artigos/atividade_fisica_em_adolescentes.pdf> Acesso em: 23 jun 2011.

THOMAS, Jerry R.; NELSON, Jack K.; SILVERMAN, Stephen J. **Métodos de pesquisa em atividade física**. Porto Alegre: Artmed, 2007. 400 p.

VIEIRA, M. L. Oficina de criatividade com pacientes e acompanhantes na sala de espera do ambulatório de oncologia: em busca de ganhos com a troca de vivências. In: Congresso Brasileiro de Psicologia da Saúde, 2007, São Paulo. **Congresso Brasileiro de Psicologia da Saúde** (9. : 2007 ; São Bernardo do Campo, SP). São Paulo, 2007: Caderno de Resumos do IX Congresso Brasileiro de Psicologia da Saúde, 2007.

WELLS, Christopher; JOHNSON, Kurtis. **Hip hop health**. Learning concepts through physical activity DVD. Disponível em: <<http://www.youtube.com/watch?v=NXXKcKwYn0Ms&playnext=1&list=PLD01EBCA0CCC8F812&index=9>>. Acesso em: 30 nov 2010.

ANEXOS

>> Motriz. Revista de Educação Física. UNESP - Normas Editoriais <<

<http://www.periodicos.rc.biblioteca.unesp.br/index.php/motriz/information/authors>

1. FOCO E ESCOPO

Motriz. Revista de Educação Física. UNESP é um periódico científico arbitrado e indexado, publicado pelo Departamento de Educação Física do Instituto de Biociências, campus de Rio Claro, Universidade Estadual Paulista, estado de São Paulo, Brasil. A partir de 2007 passou a ser publicado exclusivamente em formato eletrônico, no sistema SEER.

Motriz tem como foco a divulgação da produção científica em Ciências da Motricidade Humana e áreas correlatas, objetivando contribuir com a discussão e o desenvolvimento do conhecimento nestas áreas.

Motriz aceita a submissão de trabalhos de profissionais e pesquisadores de todas as áreas envolvidas com as Ciências da Motricidade Humana, tais como Educação Física e Esportes, Fisioterapia, Educação Especial, Psicologia entre outras, desde que os temas sejam pertinentes a este escopo.

Motriz adota a filosofia de "Acesso Aberto", permitindo o acesso gratuito e irrestrito ao seu conteúdo. Adota também a política de auto-arquivamento através da submissão online dos originais pelo(s) próprio(s) autor(es) dos trabalhos.

A partir de 2008 todas as submissões dos originais deverão ser postadas no Sistema SEER, portanto, não serão mais recebidas pelo correio.

2. SEÇÕES

As submissões deverão ser postadas para uma das seguintes Seções:

2.1. Artigos Originais: São trabalhos resultantes de pesquisa científica apresentando dados originais de investigação baseada em dados empíricos ou teóricos, utilizando metodologia científica, de descobertas com relação a aspectos experimentais ou observacionais da motricidade humana, de característica médica, bioquímica,

psicológica e/ou social.

Devem incluir análise descritiva e/ou inferências de dados próprios. A estrutura dos artigos deverá compreender as seguintes partes: Introdução, Métodos, Resultados e Discussão. Deverão ter até 30 páginas, da Folha de Rosto, que inclui Título, Autoria, Resumo, Abstract, Figuras, Tabelas e Referências. Esta estrutura e número de páginas são válidos também para os itens 2.2, 2.3 e 2.4

2.2 Artigos de Atualização ou Divulgação: São trabalhos que relatam informações, geralmente atuais, sobre tema de interesse relevante para determinada especialidade ou sobre uma nova técnica, por exemplo, e que têm características distintas de um artigo de revisão.

2.3 Relatos de Experiência: São artigos que representam dados descritivos, de um ou mais casos, explorando um método ou problema através de exemplo(s). Estes trabalhos apresentam as características principais do(s) indivíduo(s) estudado(s), com indicação de sexo, idade etc. As pesquisas podem ter sido realizadas em humanos ou animais. Deverão conter dados descritivos, análise de implicações conceituais, descrição de procedimentos ou estratégias de intervenção, apoiados em evidência metodologicamente apropriada de avaliação de eficácia.

2.4 Resenhas: Revisão crítica de obra recém publicada, orientando o leitor quanto as suas características e usos potenciais. Limitada a 2 páginas.

2.5 Tema Livre Premiado: Publicação do(s) texto(s) integral(is) do(s) artigo(s) premiado(s) dentre todos que foram aprovados para apresentação oral no Congresso Internacional de Educação Física e Motricidade Humana e Simpósio Paulista de Educação Física.

2.6 Congresso Internacional de Educação Física e Motricidade Humana e Simpósio Paulista de Educação Física: Esta Seção publica somente os resumos dos trabalhos apresentados nestes eventos.

3 DIREITOS AUTORAIS

Os direitos autorais dos artigos publicados pertencem à Motriz. A reprodução total dos seus artigos em outras publicações, ou para qualquer outra utilidade, está condicionada à autorização por escrito do Editor da Motriz.

Pessoas interessadas em reproduzir parcialmente os artigos desta revista (partes do texto que excederem 500 palavras, tabelas, figuras e outras ilustrações) deverão ter

permissão escrita do(s) autor(es). Trabalhos submetidos que contiverem partes de texto extraídas de outras publicações deverão obedecer aos limites especificados pelos direitos autorais para garantir originalidade do trabalho submetido. Recomenda-se evitar a reprodução de figuras e tabelas extraídos de outras publicações. O trabalho que contiver reprodução de figura(s) e/ou tabela(s) extraídos de outras publicações não será encaminhado para avaliação, caso não seja postada, como documento suplementar, no Sistema SEER, uma cópia da Autorização, por escrito, do detentor do direito autoral do trabalho original, para a reprodução especificada na Motriz. A permissão deverá estar endereçada ao(s) autor(es) do trabalho submetido. Em nenhuma circunstância a Motriz e os autores dos trabalhos nela publicados repassarão direitos assim obtidos.

4 AVALIAÇÃO PELOS PARES

O original submetido para publicação nas Seções 1 a 6 é aceito para análise pressupondo-se que:

- √ o mesmo não foi publicado e nem está sendo submetido, simultaneamente, para publicação em outro periódico;
- √ todas as pessoas listadas como autores aprovaram o seu encaminhamento à Motriz;
- √ qualquer pessoa citada como fonte de comunicação pessoal aprovou a citação;
- √ as opiniões emitidas pelos autores são de sua exclusiva responsabilidade;
- √ a apresentação formal do trabalho está de acordo com todas as indicações destas Normas Editoriais.

Os Editores Associados farão uma análise preliminar quanto a pertinência e/ou adequação da submissão ao escopo da Motriz.

Em caso positivo, será analisada, em seguida, a aplicação destas Normas Editoriais tanto na redação quanto na formatação do trabalho.

Em caso negativo, o autor será notificado por e-mail, para que ele mesmo proceda as devidas correções.

Motriz conta com um grupo de Consultores de notório saber em Ciências da Motricidade Humana e áreas correlatas. Os originais, sem qualquer identificação de autoria, serão imediatamente submetidos à avaliação de 1 ou 2 especialistas "ad hoc". Os autores serão notificados, por e-mail, da aceitação (ou recusa) de suas submissões.

Pequenas modificações no texto poderão ser feitas a critério do Editor-Chefe e/ou Editores Associados. Motriz se reserva o direito de efetuar nos originais alterações de

ordem normativa, ortográfica e gramatical, com vistas a manter o padrão culto da língua, respeitando, porém, o estilo do(s) autor(es). Quando se fizerem necessárias modificações substanciais, o(s) autor(es) será(ão) notificado(s) por e-mail e encarregado(s) de fazê-las. Deverá(ão) postar a nova versão do trabalho no Sistema, dentro do prazo determinado pelo mesmo. Uma versão final, editada, ficará disponível ao(s) autor(es), no Sistema, aguardando sua aprovação antes da publicação on-line. Todo e qualquer trabalho a ser submetido, para que seja avaliado para publicação na Motriz, obrigatoriamente deverá(ão) ser acompanhado(s) do(s) seguintes arquivo(s) complementares:

✓ **DECLARAÇÃO assinada por todos os autores de que:** a) o trabalho não foi publicado e nem está sendo submetido para publicação em qualquer outro periódico e b) que todos os autores do trabalho concordam que o mesmo seja avaliado para publicação na Motriz. Para os estudos realizados em seres humanos, esta DECLARAÇÃO deverá conter também o item c) com todos os dados referentes à aprovação do Comitê de Ética da Instituição onde foi realizada a pesquisa;

✓ **Formulário preenchido e assinado pelos autores** referente ao possível “Conflito de interesses”, que possa influir nos resultados.

[Modelo de Formulário]

Estes dois arquivos e, quando aplicável, o arquivo da Autorização em nome do Autor do trabalho para uso de Figuras, Tabelas etc., deverão ser postados no quarto passo do Processo de Submissão On-Line.

5 FORMATO DE APRESENTAÇÃO

Deverão ser observados os seguintes itens:

5.1 Idioma

Os originais deverão ser redigidos, preferencialmente, em português ou inglês e, excepcionalmente, a critério dos Editores Associados, também em francês, espanhol ou alemão.

5.2 Digitação

Os trabalhos deverão ser digitados em texto corrido, em espaço duplo, fonte tipo Arial, tamanho 12, não excedendo o número de páginas apropriado de cada Seção em que o texto se insere. A página deverá ser do tamanho A4, com formatação de margens superior e inferior de 2.5 cm, esquerda e direita de 3 cm, contendo necessariamente

numeração de página no rodapé. Os locais sugeridos para inserção de Figuras e Tabelas deverão ser indicados no texto.

5.3 Folhas de Rosto

As Folhas de Rosto devem conter os seguintes elementos, nesta ordem:

√ Uma Folha de Rosto **despersonalizada** contendo: o nome da Seção escolhida para submissão, se Artigo Original, de Revisão etc.; os Títulos e sub-títulos do trabalho, sem abreviações, em português e inglês, e um título abreviado, na língua do texto, para o cabeçalho das páginas do artigo, não devendo exceder 4 palavras.

O Título deve ser conciso e explicativo, representando o conteúdo do trabalho, não excedendo a 10 palavras, em letras minúsculas negritadas. O Título em inglês deverá ser a versão exata do título em português.

√ Uma Folha de Rosto **personalizada**, cópia da Folha de Rosto despersonalizada, acrescida do(s) Nome(s) completo(s) do(s) autor(es), sem abreviaturas, e-mail(s), e os dados completos de afiliação institucional e geográfica, por ocasião da submissão do trabalho. Se necessário, indicar qualquer atualização de afiliação institucional.

Indicação do autor responsável pelas correspondências, com editores e/ou leitores, seguido de endereço postal completo, incluindo fax, telefone e e-mail.

Se apropriado, acrescentar ainda um parágrafo reconhecendo qualquer apoio financeiro, colaboração de colegas e técnicos.

Se for o caso, indicar a origem do trabalho, como por exemplo: anteriormente apresentado em evento, derivado de tese ou dissertação, coleta de dados efetuada em instituição distinta da que financiou a pesquisa e outros créditos e/ou fatos de divulgação eticamente necessários.

5.4 Resumo – Palavras-Chave

O Resumo de trabalhos a serem submetidos para as Seções 1 a 4 deve ter no máximo 150 palavras. O Resumo deve ser seguido de 3 a 5 Palavras-Chave para fins de indexação do trabalho, que deverão ser separadas por um ponto entre elas.

Motriz adota, a partir de 2008, o DeCS - Descritores em Ciências da Saúde - para as Palavras-Chave e Keywords dos artigos. Os autores deverão pesquisar no catálogo DeCS as Palavras-Chave e Keywords para seus originais. Tendo qualquer dúvida, consultar as DICAS DE PESQUISA NO DeCS. Caso seja necessário, solicitar ajuda por e-mail.

No caso de artigos originais, o Resumo deve incluir: descrição sumária do problema

investigado, características pertinentes da amostra, método utilizado para a coleta de dados, resultados e conclusões, suas implicações ou aplicações.

O Resumo de um artigo de atualização e de relatos de experiência deve incluir: assunto tratado em uma única frase, seguida do objetivo, tese ou construto sob análise, fontes usadas (p. ex. observação feita pelo autor, literatura publicada) e conclusões.

5.5 Abstract – Keywords

O Abstract, em inglês, deve ser a versão exata do texto do resumo e deve obedecer às mesmas especificações para a versão em português, seguido das Keywords, versões exatas das Palavras-Chave.

5.6 Subdivisões do Texto

Em todas as categorias, o texto deve ser estruturado a partir de títulos e subtítulos das partes, centralizados, sem numeração. Os títulos deverão ser digitados em negrito e os subtítulos em itálico.

5.7 Notas de rodapé

As Notas de Rodapé Explicativas deverão ser reduzidas ao mínimo. Não utilizar Notas de Rodapé Bibliográficas. Deverão ser ordenadas por algarismos arábicos que deverão ser sobrescritos no final do texto ao qual se refere cada nota.

5.8 Figuras

As Figuras, com suas respectivas legendas, deverão estar gravadas, uma em cada arquivo, nomeados como: figura1.jpg, figura2.jpg e etc. As Figuras deverão estar, preferencialmente, no formato JPG (ou, excepcionalmente, em MSWord ou Excel). O arquivo da figura1 deverá incluir uma relação de todas as demais figuras, enumeradas conforme indicado no texto. Para assegurar qualidade de publicação, todas as figuras deverão ser gravadas em qualidade para fotografia. As Figuras simples não poderão exceder a largura de 8,3 cm., e as complexas de 17,5 cm. Por isso o autor deverá cuidar para que as legendas mantenham qualidade de leitura, caso seja necessária a redução de tamanho.

5.9 Tabelas

As Tabelas, incluindo título e notas, deverão estar gravadas, uma em cada arquivo, nomeados como: tabela1.doc, tabela2.doc e etc.

As Tabelas deverão estar em MSWord ou em Excel, acompanhadas de áudio ou não. Cada tabela não poderá exceder 17,5 cm de largura x 23,7 cm de comprimento. O comprimento da tabela não deve exceder 55 linhas, incluindo título e rodapé(s). Para Tabelas simples, o limite da largura é de 60 caracteres, de modo a ocupar uma coluna

impressa, incluindo 3 caracteres de espaço entre colunas da tabela. Para Tabelas complexas o limite é de 125 caracteres, de modo a ocupar as duas colunas.

5.10 Anexos

Serão aceitos Anexos aos trabalhos quando contiverem informação original importante ou algum destaque que complemente, ilustre e auxilie a compreensão do trabalho. Recomenda-se utilizar recursos hipermídia para elaboração dos Anexos, tais como, arquivos em áudio, vídeo, animações em flash etc.

Os arquivos das Figuras, Tabelas e Anexos poderão ter até 100 MB cada um. Deverão ser postados, como **documentos suplementares** ao arquivo do texto do trabalho, no quarto passo do Processo de Submissão On-Line.

6. NORMALIZAÇÃO

Motriz adota as seguintes Normas ABNT, que deverão ser observadas pelos autores, na redação e formatação de seus originais:

√ NBR 6022:2003 (Artigo);

√ NBR 6023:2002 (Referências);

√ NBR 6028:2003 (Resumos);

√ NBR 10520:2002 (Citações).

6.1 Citações

Consultar: ABNT NBR 10520:2002 Informação e documentação – Citações em documentos - Apresentação.

Os sobrenomes dos autores citados no texto deverão ser hiperlinkados para as suas respectivas referências, da seguinte forma: no MSWord, selecione o sobrenome do autor nas Referências, clique em INSERIR – INDICADOR, digite o sobrenome do autor como “Nome do Indicador” e clique em ADICIONAR. Feito isto, selecione o sobrenome do autor na citação do texto, clique em INSERIR - HIPERLINK e em seguida “Selecione um local no documento”, que deverá ser o sobrenome do mesmo autor. Clique OK e desta forma estará feito o hiperlink da citação do autor para a respectiva Referência.

Uma citação direta com até 3 linhas, deverá ser delimitada por aspas duplas: “Apesar da discussão...” (DERRIDA, 1967, p. 293).

Uma citação direta com mais de 3 linhas deverá ser apresentada em bloco próprio, começando em nova linha, recuada em 4 cm da margem esquerda, com fonte tamanho 10, espaço simples e sem aspas.

Através de áudio-conferência, utilizando a companhia local de telefone, um sinal de áudio pode ser emitido em um salão de qualquer dimensão (NICHOLS, 1993, p. 181).

√ Citação de artigo de autoria múltipla

No caso de dois autores, seus sobrenomes são explicitados em todas as citações: O método proposto por Ulrich e Thelen (1979) ou: Este método foi inicialmente proposto para o estudo da marcha automática (ULRICH; THELEN, 1979).

No caso de três autores ou mais, o sobrenome do primeiro autor é explicitado, seguido de “et al.” e o ano: Mattos et al. (1994) verificaram que...

No caso de citação de citação, quando se usa como fonte um trabalho discutido em outro, sem que o trabalho original tenha sido lido (por exemplo, um estudo de Lima, citado por Silva, 1982) a citação deverá ser:

Lima (apud SILVA, 1982) acrescenta que estes estudantes [...] Referenciar apenas a fonte consultada, no caso, a obra de Silva.

Citar obras antigas reeditadas colocando barra entre as duas datas: Campbell (1790/1946).

A citação de comunicação pessoal deve ser evitada, por não oferecer informação recuperável por meios convencionais. Se inevitável, deve aparecer no texto, mas não na seção de Referências, mencionando-se os dados disponíveis, em notas de rodapé: B. D. Ulrich (informação verbal)¹

No rodapé da página: 1- Palestra proferida por Ulrich no Congresso Internacional de Ciência da Motricidade, em Rio Claro, SP, Brasil, em 5 de maio de 1995.

6.2 Referências

Consultar: ABNT NBR 6023:2002 Informação e documentação – Referências -
Elaboração

Nas Referências todos os nomes devem ser relacionados para todos sejam recuperados pelos mecanismos de buscas.

Para ordenar as Referências, utilizar ordem alfabética letra por letra para as entradas.

Dois ou mais trabalhos de um mesmo autor deverão ser ordenados na ordem crescente de data.

Trabalhos de autoria única precedem trabalhos de autoria múltipla, obedecendo-se a ordem de quantidades de colaboradores ao primeiro autor.

Trabalhos com autorias múltiplas idênticas serão ordenados na ordem crescente de data.

Trabalhos com a mesma autoria e a mesma data serão ordenados alfabeticamente pelo

título, colocando-se a, b, c, após as datas, para diferenciação (1979a). Desconsiderar na alfabetação a primeira palavra se for artigo ou pronome.

Mesmo quando repetido, o sobrenome do autor deverá ser redigitado, e não substituído por um traço sublinear, para que seja recuperado pelos mecanismos de busca.

O espaçamento das Referências deve ser simples, com espaço duplo entre elas. O tamanho de fonte 12, parágrafo normal, sem recuo, alinhado à margem esquerda do texto, não justificado.

As referências de livros, teses, eventos, artigos etc., cujos textos integrais estão disponíveis on-line, deverão fornecer este link ativo (e/ou o respectivo DOI hiperlinkado, no caso de periódico eletrônico).

7 PROCESSO DE SUBMISSÃO ON-LINE

O autor deverá cadastrar seus dados e uma senha no sistema para ter acesso a sua área como “**autor**”, onde deverá depositar seu trabalho.

Com esta senha de acesso poderá acompanhar todo o fluxo da submissão, da avaliação, da edição do texto para atender eventuais recomendações dos editores e/ou avaliadores, até a publicação do fascículo.

Os originais deverão ser postados pelos autores em MSWord e após editoração da versão final serão convertidos e publicados no formato PDF.

O tamanho limite de cada arquivo a ser submetido é de 100 MB.

Um currículo resumido, de preferência o do “**Texto informado pelo autor**” do Lattes, deverá ser copiado na caixa de BIOGRAFIA DO AUTOR, no segundo passo do processo de submissão, que é o de INCLUIR METADADOS. Esta biografia será visualizada pelo leitor do artigo, quando for publicado.

Itens de Verificação para Submissão

Como parte do processo de submissão, os autores são obrigados a verificar a conformidade da submissão em relação a todos os itens listados a seguir. As submissões que não estiverem de acordo com as normas serão devolvidas aos autores.

1. O trabalho é original e inédito. Não foi publicado e nem está sendo submetido, simultaneamente, para publicação em outro periódico. Será postado como documento complementar, no 4º passo do Processo de Submissão On-Line do trabalho, uma **DECLARAÇÃO** assinada por todos os autores de que: **a)** o trabalho não foi

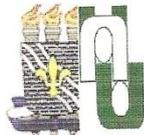
publicado e nem está sendo submetido para publicação em qualquer outro periódico e **b)** que todos os autores do trabalho concordam que o mesmo seja avaliado para publicação na Motriz. A postagem deste documento é obrigatória. **Se** o estudo foi realizado em seres humanos, esta **DECLARAÇÃO** contém também o item **c)** com todos os dados referentes à aprovação do **Comitê de Ética** da Instituição onde foi realizada a pesquisa.

2. Será postado, como documento complementar ao artigo, um **Formulário** preenchido e assinado pelos autores referente ao possível “Conflito de interesses”, que possa influir nos resultados.
[Modelo de Formulário]. A postagem deste formulário é obrigatória.
3. Se aplicável, o arquivo da **Autorização** em nome do Autor do trabalho para uso de Figuras, Tabelas etc., será postado como documento suplementar.
4. A identificação de autoria deste trabalho foi removida do arquivo e da opção "Propriedades" no Word, garantindo desta forma o critério de sigilo da Motriz, ao ser submetido para avaliação por pares.
5. Um currículo resumido, de preferência o do "**Texto informado pelo autor**" do Lattes, será copiado na caixa de BIOGRAFIA DO AUTOR, no próximo passo deste processo de submissão, que é o de INCLUIR METADADOS. Esta biografia será visualizada pelo leitor do artigo, quando for publicado. Inserir endereço do Lattes, (link) do autor.
6. O original seguiu o padrão de formatação [Veja o Artigo de Modelo]. Portanto, o texto segue os padrões de estilo e requisitos bibliográficos descritos em Diretrizes para Autores, na seção SOBRE a Revista. Quanto mais próximo do padrão estiver o trabalho, mais rápida será a publicação do original aprovado.
7. A página é do tamanho A-4, com formatação de margens superior e inferior de 2.5 cm, esquerda e direita de 3 cm, contendo numeração de página no rodapé. Os locais sugeridos para inserção de Figuras e Tabelas estão indicados no texto. Figuras, Tabelas e Anexos serão postados como documentos suplementares ao texto, no quarto passo da Submissão dos originais.
8. Os arquivos para submissão estão em formato Microsoft Word, OpenOffice ou RTF. O tamanho de cada arquivo, de texto ou complementar, não ultrapassa 100MB.
9. O texto está digitado em texto corrido, espaço duplo, fonte tipo Arial, tamanho 12, não excedendo o número de páginas apropriado a Seção em que o texto se insere.

10. Qualquer pessoa citada como fonte de comunicação pessoal aprovou a citação neste trabalho.
11. **O Título** do trabalho é conciso e explicativo, representando o seu conteúdo do trabalho. Não excede a 10 palavras, em minúsculas e negrito. Está incluído um título abreviado, na língua do texto, de até 4 palavras, para uso nos cabeçalhos das páginas do artigo.
Resumo deve ser de no máximo 500 palavras ou 3.000 caracteres (com espaços).
12. **Título, Resumo e Palavras-chave**
- a- Preencher campos com título, resumo seguido de 3 a 5 palavras-chave em PORTUGUES. Feito isso volte ao início da tela e selecione idioma INGLES.
- b- Preencher campos com título, abstract seguido de 3 a 5 keywords em INGLES. Feito isso volte ao início da tela e selecione idioma ESPANHOL (opcional).
- c- Preencher campos com título, resumo seguido de 3 a 5 palavras-chave em ESPANHOL. (opcional).
- Termine de preencher formulário do passo 2 da submissão, salve e continue. Desta forma o sistema será alimentado tanto com título/resumo/palavras-chave em português, inglês e espanhol.
- Para escolha das Palavras-Chave e Keywords foi consultado o catálogo [DeCS - Descritores em Ciências da Saúde](#).
- Para escolha das Palavras-Chave e Keywords foi consultado o catálogo [DeCS - Descritores em Ciências da Saúde](#).
13. O texto do trabalho está precedido de duas folhas de rosto: uma **despersonalizada** e outra **personalizada**, com todos os itens descritos nas Normas Editoriais da Motriz.
14. Todas as REFERÊNCIAS indicam as URLs e/ou DOIs dos textos completos dos trabalhos citados, caso estejam disponíveis na *web*. Todos os endereços de URLs do trabalho, especialmente nas REFERÊNCIAS, estão ativos e prontos para clicar.
Ex.: [BRCdigit@I Interativa do campus de Rio Claro, UNESP - http://dx.doi.org/10.1590/S0034-89102000000400019](#)
15. As Tabelas, incluindo título e notas, estão gravadas, uma em cada arquivo, nomeados como: tabela1.doc, tabela2.doc e etc. Estes arquivos serão postados como documentos suplementares ao texto, no 4o. Passo do processo deSubmissão. As Tabelas estão em MSWord, em Excel ou são [TABELAS DINÂMICAS](#), acompanhadas de áudio ou não.

Cada tabela não excede 17,5 cm de largura x 23,7 cm de comprimento. O comprimento da tabela não excede 55 linhas, incluindo título e rodapé(s). Nas Tabelas simples, o limite da largura é de 60 caracteres, de modo a ocupar uma coluna impressa, incluindo 3 caracteres de espaço entre colunas da tabela. Para Tabelas complexas o limite é de 125 caracteres, de modo a ocupar as duas colunas.

ANEXO B – Certidão de aprovação do Comitê de Ética



UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAIBA - UFPB
HOSPITAL UNIVERSITÁRIO LAURO WANDERLEY - HULW
**COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA COM SERES
HUMANOS - CEP**

CERTIDÃO

Com base na Resolução nº 196/96 do CNS/MS que regulamenta a ética da pesquisa em seres humanos, o Comitê de Ética em Pesquisa do Hospital Universitário Lauro Wanderley - CEP/HULW, da Universidade Federal da Paraíba, em sua sessão realizada no dia 14/12/2010, após análise do parecer do relator, resolveu considerar APROVADO o projeto de pesquisa intitulado INTERVENÇÃO COM VÍDEOS SOBRE ATIVIDADE FÍSICA NA ESCOLA CENECISTA JOÃO RÉGIS AMORIM – ERNESTO GEISEL/JOÃO PESSOA-PB. Protocolo CEP/HULW nº. 784/10, Folha de Rosto nº 392437, CAAE Nº 0596.0.126.000-10 das pesquisadoras RENATA RAYANNA ROLIM GUERRA e Prof^ª. Dr^ª. CAROLINE DE OLIVEIRA MARTINS (orientadora).

Ao final da pesquisa, solicitamos enviar ao CEP/HULW, uma cópia desta certidão e da pesquisa, em CD, para emissão da certidão para publicação científica.

João Pessoa, 14 de dezembro de 2010.

Iaponira Cortez Costa de Oliveira
Coordenadora do Comitê de Ética
em Pesquisa - CEP/HULW

Prof^ª Dr^ª Iaponira Cortez Costa de Oliveira
Coordenadora do Comitê de Ética em Pesquisa-HULW

Endereço: Hospital Universitário Lauro Wanderley-HULW - 4º andar. Campus I - Cidade Universitária.



Universidade Federal da Paraíba
Centro de Ciências da Saúde
Departamento de Educação Física

DECLARAÇÃO

Declaro para os devidos fins que o(a) aluno(a) RENATA RAYANNA ROLIM GUERRA, matrícula 10722068, mantém vínculo com o Laboratório de Estudos e Pesquisas em Atividade Física e Saúde, na Universidade Federal da Paraíba (LEPAFS-UFPB), na qualidade de aluno-pesquisador desde Março de 2009 até a presente data.

João Pessoa, 28 de Junho de 2011


Prof.ª Dra. Caroline de Oliveira Martins
CREF 002202/06 PB
LEPAFS – UFPB

UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA – UFPB
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
Campus I – Cidade Universitária
João Pessoa – PB, Brasil CEP: 58059-900
Fone: (83) 3216-7030

**UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA - UFPB
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE - CCS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA - DEF**

Projeto de Pesquisa

Intervenção com vídeos sobre atividade física na Escola Cenecista João Régis Amorim – Ernesto Geisel/João Pessoa/PB

Pesquisadora Responsável:
Profa. Dra. Caroline de Oliveira Martins
LEPAFS/DEF/CSS/UFPB

Pesquisadora Participante:
Renata Rayanna Rolim Guerra
LEPAFS/DEF/CSS/UFPB

João Pessoa, 07 de Novembro de 2010.

SÚMARIO

| | |
|---|----|
| INTRODUÇÃO..... | 3 |
| REVISÃO DE LITERATURA..... | 3 |
| CONSIDERAÇÕES METODOLÓGICAS..... | 7 |
| ORÇAMENTO..... | 9 |
| CRONOGRAMA..... | 9 |
| REFERÊNCIAS..... | 10 |
| APÊNDICES..... | 12 |
| APÊNDICE A – Pirâmide com recomendação de atividade física para crianças e adolescentes..... | 12 |
| APÊNDICE B - Folder com recomendação de atividade física para crianças e adolescentes..... | 13 |
| APÊNDICE C - Roteiro para encenação com fantoches..... | 14 |
| APÊNDICE D - Letra da música ‘Atividades físicas para crianças’..... | 17 |
| APÊNDICE E - Roteiro de Entrevista Semiestruturada sobre encenação (adulto)..... | 18 |
| APÊNDICE F - Roteiro de Entrevista Semiestruturada sobre encenação (criança)..... | 19 |
| APÊNDICE G - Roteiro de Entrevista Semiestruturada sobre música(adulto)... | 20 |
| APÊNDICE H - Roteiro de Entrevista Semiestruturada sobre música(criança). | 21 |
| APÊNDICE I -Termo de Consentimento Livre e Esclarecido para adulto..... | 22 |
| APÊNDICE J -Termo de Consentimento Livre e Esclarecido para criança..... | 24 |
| APÊNDICE L - Carta de anuência Escola Cenecista João Régis Amorim – Ernesto Geisel/João Pessoa/PB | 26 |

INTRODUÇÃO

Recentes recomendações de atividade física para crianças e adolescentes preconizam que sejam realizadas atividades físicas variadas, agradáveis e apropriadas à idade durante 60 minutos ou mais, todos os dias (CDC, 2009). Tais recomendações podem ser repassadas por meio de intervenção baseada em encenação com fantoches (MARTINS et al., 2010; Guerra et al., 2010) ou até mesmo por intermédio de vídeos (WELLS; JOHNSON, 2010).

O objetivo da presente pesquisa é, portanto, verificar a eficácia de intervenção com vídeos baseados em encenação com fantoches (apêndice C) e em música (apêndice D) sobre as recomendações de atividades físicas para crianças, expostos na Escola Cenecista João Régis Amorim, localizada no bairro Ernesto Geisel na cidade de João Pessoa/PB.

REVISÃO DE LITERATURA

A fim de possibilitar seu crescimento e desenvolvimento adequado, crianças e adolescentes devem adotar diariamente, durante uma hora (no mínimo), as seguintes recomendações de atividade física (CDC, 2009):

- Atividades aeróbicas - devem abranger a maior parte dos 60 minutos, incluir atividades com intensidade moderada (ex.: dançar animadamente, caminhar rapidamente), atividades com intensidade vigorosa (ex.: brincar de pega-pega, nadar), mas as atividades aeróbicas de intensidade vigorosa devem ser realizadas três vezes por semana, no mínimo;
- Fortalecimento muscular - deve ser realizado três vezes por semana no mínimo, como parte dos 60 minutos ou mais de atividade física com atividades que trabalhem a força (ex.: brincar de 'braço de ferro', subir em árvores);
- Fortalecimento ósseo - deve ser realizado três dias por semana, no mínimo, como parte dos 60 minutos ou mais de atividade física com

atividades que apresentem certo impacto (ex.: brincar de pula-sela, pular amarelinha).

Sobre intensidade da atividade, vale salientar que o esforço vigoroso proporciona falta de fôlego durante a realização do exercício físico, possibilitando que o praticante fale uma ou duas frases e o esforço moderado faz com que o praticante consiga conversar durante a realização do exercício físico (ADHS, 2007, apud MARTINS, 2010).

Para Corbin e Lindsey (2007), as crianças e adolescentes devem ainda reduzir períodos inativos de duas horas ou mais durante o dia (ex.: assistir televisão, jogar *video game*, navegar na *internet*), bem como devem manter-se ativos do seu jeito realizando atividades físicas em casa, na escola e no deslocamento, movimentando-se sempre que houve oportunidade.

Os pais também estão incluídos nas recomendações de atividade física (CDC, 2009), visto que podem adaptar costumes e comportamentos de crianças e adolescentes com o intuito de promover um estilo de vida ativo e benéfico no decorrer dos anos, procurando:

- Praticar regularmente atividades físicas, a fim de dar exemplo para seus filhos;
- Inserir atividade física como parte da rotina diária da família;
- Incentivar que seu filho(a) pratique esportes ou simplesmente brinque ativamente com outras crianças ou adolescentes;
- Proporcionar comportamentos ativos, levando seu filho(a) para praças, quadras poliesportivas ou qualquer outro espaço que permita a prática de atividades físicas;
- Ser positivo, motivando assim seu filho(a) as atividades que ele(a) já pratica, além de encorajá-lo(a) a praticar também outras atividades físicas;
- Tornar divertida a atividade física que seu filho(a) gosta, através de música como por exemplo;
- Sugerir atividades, encorajando seu filho(a) a praticar atividades físicas após o jantar ao invés de assistir televisão;
- Proteger, fornecendo equipamentos de proteção e espaço apropriado para que seu filho(a) não se machuque ao praticar atividades físicas, certificando-se de que a atividade seja adequada à idade.

Principalmente focalizando crianças, intervenções com fantoches realizadas em hospitais brasileiros apresentaram resultados positivos (FRANCHIN et al., 2006; POLETI et al., 2006; VIEIRA, 2007; MUSSA, 2008; MARTINS et al., 2010; GUERRA et al., 2010), conforme exposto a seguir.

Frachin et al. (2006) relataram a vivência de uma intervenção realizada por estudantes de psicologia no setor pediátrico do Hospital Universitário da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul. Dentre outras 'ferramentas' utilizadas, fantoches e dedoches (fantoches de dedo) tinham o objetivo de facilitar a expressão das crianças, enfatizando-se os sentimentos relacionados à doença e aos procedimentos médicos. Indagações sobre a causa da internação também eram feitas às crianças e aos seus acompanhantes. Os resultados indicaram que as crianças, a partir dessa intervenção, puderam lidar de maneira mais autônoma e construtiva com os sentimentos que surgiram durante a hospitalização.

Poleti et al. (2006) expuseram os resultados de um projeto de recreação efetuado por estudantes de enfermagem no ambulatório pediátrico do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto, da Universidade de São Paulo. O projeto, com ênfase no brincar, atendia crianças de três a 12 anos que aguardavam o atendimento ambulatorial, buscando facilitar a compreensão sobre a situação que vivenciavam no contexto hospitalar. Foi constatado que as crianças mais novas preferiram a abordagem com histórias, dentre outros itens, utilizando-se fantoches e demais recursos que favoreceram a ambientação dos ouvintes nas fábulas e nos contos narrados. As autoras sugeriram que o ato de brincar favoreceu a compreensão pelo profissional de saúde sobre as visitas das crianças ao hospital uma vez que liberou ansiedade e temores infantis, além do brincar ter apresentado a capacidade de estimular o desenvolvimento e facilitar a comunicação entre a criança e a equipe de cuidadores.

Vieira (2007) divulgou as experiências da 'Oficina de Criatividade' que atuou no prédio da Oncologia do Hospital Municipal Dr. Mario Gatti, situado em Campinas/SP. Tal oficina objetivou explorar diversas formas de expressão, bem como promover o autoconhecimento, o conhecimento e a ressignificação de valores obtidos ao longo da vida. Uma das atividades da oficina envolvia o fantoche denominado Sr. José, que narrava história sobre um leãozinho que

perdia a juba. Tal história cativava a atenção do público possivelmente devido à identificação dos ouvintes com a quimioterapia, apesar do roteiro não mencionar o câncer. Os resultados sugeriram que a intervenção efetuada nessa sala de espera pôde ter sido capaz de fazer com que os participantes fossem ouvidos, entendidos e aceitos pelos que estavam no local. Ainda, mesmo os que não se pronunciaram demonstraram atenção aos que compartilharam os sentimentos despertados pelo câncer.

Mussa (2008) publicou estudo realizado com crianças com idade entre cinco e dez anos que realizaram atividades lúdicas em ambiente hospitalar. Após tal intervenção, foi percebido que as crianças ficaram mais calmas durante os procedimentos médicos, que aumentaram sua interação com o próximo e que diminuíram algumas queixas de dores. Vale ressaltar que ocorreu uma alteração positiva no que diz respeito à movimentação; das 15 crianças participantes, nove passaram a se movimentar mais no seu próprio leito, entre os quartos e nos corredores.

Um roteiro contendo recomendações de atividade física para crianças tem sido encenado com fantoches de dedo (dedoches) no ambulatório de pediatria do Hospital Universitário da Universidade Federal da Paraíba (HU UFPB) desde março de 2010. Com a finalidade de facilitar a assimilação do conteúdo repassado, os dedoches foram nomeados como Marilú Canguru, ('personificando' o fortalecimento ósseo), Lara Pedala (atividades aeróbicas), Duda Forçuda (fortalecimento muscular) e Wado Baleado (jogos ativos). Os pais não aparecem como personagens, mas fazem parte do roteiro a fim de ressaltar o importante papel de tornar ou manter a criança fisicamente ativa ao moldar seu comportamento e suas atitudes. De março a junho de 2010, ao término de cada encenação (n = 10) de aproximadamente 10 minutos, foram realizadas entrevistas semiestruturadas para crianças (n = 18, masc. = 12 e fem. = 6; média de idade = 6,4 anos; DP=±1,3) e seus acompanhantes (n = 14; masc. = 1; fem. = 13; média de idade = 31,1 anos; DP=±8), com a finalidade de principalmente averiguar a correta assimilação do conteúdo repassado. Dentre os dados coletados encontraram-se as mensagens mais marcantes repassadas pela encenação: o combate ao sedentarismo (n = 5), a inclusão social (n = 5), a interação dos dedoches com o público (n = 2), a simbologia dos personagens (n = 1) e a variedade das atividades físicas (n = 1) foram

apontados pelos acompanhantes, enquanto as crianças referiram a simbologia dos personagens (n = 5), a variedade das atividades físicas (n = 4), a inclusão social (n = 3), o combate ao sedentarismo (n = 2) e a necessidade de equilíbrio entre brincar e estudar (n = 2). Alguns acompanhantes (n = 2) e crianças (n = 3), por razões diversas, não relataram quais mensagens da apresentação consideraram marcantes. Pelos resultados pode-se sugerir que o roteiro encenado no ambulatório de pediatria do HU UFPB apresentou importantes elementos de atração e possível memorização de conteúdos, contribuindo para a melhoria do nível de conscientização sobre a importância e as maneiras de adoção/manutenção de um estilo de vida fisicamente ativo (MARTINS et al., 2010; GUERRA et al., 2010).

Estudos como o de Baron et al. (2005) também relatam êxito ao conscientizar crianças e adolescentes com dez a 18 anos de idade através de teatro com dedoches no ambiente escolar, na presença de pais e professores. Dentre os objetivos constava a promoção da alimentação adequada não somente por meio dos dedoches, mas também de máscaras, pirâmide alimentar e degustação culinária. Os resultados mostram êxito na implementação de hábitos alimentares mais saudáveis.

A utilização de vídeos para conscientizar crianças sobre atividade física e saúde é um meio inovador e igualmente eficaz. Segundo Mórán (1995), o vídeo encontra maneiras de se comunicar com a maioria das pessoas, sejam elas crianças, jovens ou adultos, tornando-se ainda mais fascinante no formato de vídeo clipe, que pode ser entendido como exposição de conteúdo visual acompanhado por música.

HIP HOP HEALTH, além de ser vendido em DVD pela editora norte-americana *Human Kinetics* com conteúdo relacionado ao fortalecimento ósseo, muscular e atividades aeróbicas, dentre outros, também apresenta trechos disponibilizados gratuitamente pelo YouTube[®], contando com 3.805 acessos até 30 de novembro de 2010 (WELLS; JOHNSON, 2010).

Com a exibição de vídeo com fantoches e vídeo clipe com música sobre recomendações de atividades físicas para crianças na Escola Cenecista João Régis Amorim – Ernesto Geisel/João Pessoa/PB, espera-se que a presente proposta de intervenção seja efetivamente proveitosa, constituindo-se em mais

uma ferramenta que pode ser utilizada principalmente para repassar as recomendações de atividades físicas para crianças.

CONSIDERAÇÕES METODOLÓGICAS

Essa pesquisa caracteriza-se como qualitativa, visto que enfatiza a essência do fenômeno ao “compreender o significado de uma experiência dos participantes, em um ambiente específico, bem como o modo como os componentes se mesclam para formar o todo.” Vale ressaltar que a análise dos dados desse tipo de pesquisa é descritiva e interpretativa (THOMAS; NELSON; SILVERMAN, 2007, p. 298). Os vídeos de aproximadamente 10 minutos cada, que têm o objetivo de repassar as recomendações de atividade física para crianças, serão expostos para crianças e professores que se encontrarem pela manhã nas salas de aula na Escola Cenecista João Régis Amorim (CNEC). Após tal exposição, a pesquisadora participante irá realizar entrevistas (apêndice E, F, G e H) com crianças (n = 40) de ambos os gêneros com idade entre quatro e 12 anos, bem como com alguns professores (n = 40) com idade superior a 18 anos, de ambos os gêneros, utilizando aparelho celular para gravar os discursos. Vale salientar que antes da exibição dos vídeos será enviado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido/TCLE (apêndice I e J) para os responsáveis das crianças assinarem. Somente após a autorização dos pais ou responsáveis, as crianças assistirão os vídeos e poderão participar da entrevista semiestruturada. Os professores assinarão o TCLE momentos antes da realização das entrevistas. A exibição do tipo de vídeo (vídeo clipe ou vídeo com encenação) será determinada pelo sorteio das turmas e dos professores, cujas informações serão fornecidas pela diretora do CNEC. Participarão da entrevista as cinco crianças de cada turma sorteada que primeiramente se prontificarem a tal, bem como os 40 primeiros professores que forem sorteados e se dispuserem a assistir os vídeos.

Apenas serão entrevistados os sujeitos que se encontrarem na Escola Cenecista João Régis Amorim (Rua Adauto Toledo - Ernesto Geisel, João Pessoa/PB) durante os meses de março, abril e maio de 2011.

Serão excluídos da amostra os sujeitos que não fornecerem todas as informações relacionadas no roteiro da entrevista.

Será adotada a amostragem por conveniência (amostra não-probabilística), tendo em vista que a amostra (n = 80) será obtida pela facilidade de acesso (AYRES et al., 2008).

Os dados serão analisados por estatística descritiva e análise dos discursos.

Convém enfatizar que o presente projeto considera os aspectos éticos recomendados na resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde/CNS, regulamentando as pesquisas envolvendo seres humanos no cenário brasileiro, assim irá viabilizar para cada adulto da amostra, antes de qualquer coleta de dados, o TCLE para adultos e para crianças.

ORÇAMENTO

| MATERIAIS | PROPÓSITO | VALOR |
|-------------------------------|---|-------------------|
| 01 computador/ <i>netbook</i> | Viabilizar roteiro das entrevistas e monografia | R\$1.000,00 |
| 02 resmas de papel | Imprimir questionários, entrevistas e monografia | R\$ 30,00 |
| 01 impressora | Imprimir roteiro das entrevistas, TCLE e monografia | R\$ 300,00 |
| 01 celular Sony Ericson | Gravar entrevistas | R\$ 500,00 |
| Total | | R\$1830,00 |

OBS. 1: a Escola Cenecista João Régis Amorim do presente estudo dispõem de televisão e aparelho DVD.

OBS. 2: todos os materiais anteriormente listados serão adquiridos pela pesquisadora participante.

CRONOGRAMA

| Atividades | 2010 | | 2011 | | | | | |
|--|-------------|-----|-------------|-----|-----|-----|-----|-----|
| | nov | dez | jan/fev | mar | abr | mai | jun | jul |
| Submissão do projeto ao DEF/CCS/UFPB | x | | | | | | | |
| Submissão do projeto ao CEP HU | | x | | | | | | |
| Recesso | | x | x | | | | | |
| Piloto | | | | x | | | | |
| Coleta de dados | | | | x | x | x | | |
| Análise dos dados coletados | | | | | | x | | |
| Elaboração da conclusão | | | | | | | x | |
| Submissão de artigo à revista científica | | | | | | | | x |

REFERÊNCIAS

AYRES, Manuel; AYRES, Daniel Lima; AYRES, Lucas Lima; SANTOS, Bruno Ayres; AYRES JUNIOR, Manuel; AMARAL, Ademar Ayres. **Pequeno dicionário de biostatística**. Belém do Pará: Poligraf, 2008, 103 p.

BARON, Ticiane Pedott; SILVA, Rafaela Vidal da; OLIVEIRA, Ana Carolina S. Abreu de. **ALIMENTAÇÃO COMO FATOR PROMOTOR DA SAÚDE**. EXTENSIO - Revista Eletrônica de Extensão, número 2. 2005. Disponível em: <<http://www.journal.ufsc.br/index.php/extensio/article/view/5132/4526>>. Acesso em: 30 nov. 2010.

CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION (CDC). **Physical Activity for Everyone. How much physical activity do children need?** Disponível em: <<http://www.cdc.gov/nccdphp/dnpa/physical/everyone/recommendations/children.htm>>. Acesso em: 11 set. 2009.

CONSELHO NACIONAL DE SAÚDE. **Aprova diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos**. Resolução n. 196 de 10 de outubro de 1996. Disponível em: <<http://conselho.saude.gov.br/docs/Resolucoes/Reso196.doc>>. Acesso em: 20 jun. 1996.

CORBIN, CB; LINDSEY, R. **Fitness for life**. Champaign (IL): Human Kinetics, 2007.

FRANCHIN, Daniely Santos et al. Prática na enfermagem pediátrica: um colorido na clínica winnicottiana. Rev. SBPH, jun. 2006, vol.9, no.1, p.71-80. ISSN 1516-0858.

GRESSLER, Lori Alice. Introdução à pesquisa: projetos e relatórios. 2ª ed. São Paulo: Loyola, 2004.

GUERRA, Renata Rayanna Rolim; MACHADO, Danilo César Bendito; PRAZERES Filho, Alcides; MARTINS, Caroline de Oliveira. **Encenação com dedoches na sala de espera do Serviço de Pediatria do Ambulatório do HU UFPB. In: SEMANA DE CIÊNCIA, TECNOLOGIA, ESPORTE, ARTE E CULTURA. 6CCSDEFPE07, 2010, João Pessoa**. Resumos I Semana de Ciência, Tecnologia, Esporte, Arte e Cultura: 2010.

MARTINS, Caroline de Oliveira. Laboratório de Estudos e Pesquisas em Atividade Física e Saúde. **Folder de atividade física para crianças e adolescentes**. João Pessoa (PB), 2010.

MARTINS, Caroline de Oliveira; MACHADO, Danilo César Bendito; GUERRA, Renata Rayanna Rolim. Intervenção com dedoches na sala de espera do serviço de pediatria do ambulatório do hospital Universitário Lauro Wanderley – Universidade Federal da Paraíba. In: CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA, SAÚDE E CULTURA CORPORAL. 2175-6023, 2010,

Pernambuco. **Resumos IV Congresso Nacional de Educação Física, Saúde e Cultura Corporal. Pernambuco: 46, 2010.**

MÒRAN, José Manuel. **O vídeo na sala de aula.** Rev. Comunicação e educação v.1 São Paulo, 2005. Disponível em:

<<http://revistas.univerciencia.org/index.php/comeduc/article/view/3927/3685>>. Acesso em: 28 nov. 2010.

MUSSA, Claudia; MALERBI, Fani Eta Korn. **O impacto da atividade lúdica sobre o bem estar de crianças hospitalizadas.** Rev. Psicologia: Teoria e Prática, dez. 2008, vol.10, no.2, p.83-93. ISSN 1516-3687.

POLETI, Livia Capelani et al . **Recreação para crianças em sala de espera de um ambulatório infantil.** Rev. bras. enferm., Brasília, v. 59, n. 2, Apr. 2006 . Disponível

em:<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S003471672006000200021&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 05 nov. 2009. doi: 10.1590/S0034-71672006000200021>.

THOMAS, Jerry R.; NELSON, Jack K.; SILVERMAN, Stephen J.. **Métodos de pesquisa em atividade física.** Porto Alegre: Artmed, 2007. 400 p.

VIEIRA, M. L. Oficina de criatividade com pacientes e acompanhantes na sala de espera do ambulatório de oncologia: em busca de ganhos com a troca de vivências. In: Congresso Brasileiro de Psicologia da Saúde, 2007, São Paulo. **Congresso Brasileiro de Psicologia da Saúde** (9. : 2007 ; São Bernardo do Campo, SP). São Paulo, 2007: Caderno de Resumos do IX Congresso Brasileiro de Psicologia da Saúde, 2007.

WELLS, Christopher; JOHNSON, Kurtis. **Hip hop health.** Learning concepts through physical activity DVD. Disponível em:

<<http://www.youtube.com/watch?v=NXKcKwYn0Ms&playnext=1&list=PLD01EBCA0CCC8F812&index=9>>. Acesso em: 30 nov. 2010.

Apêndice A – Pirâmide com recomendações de atividade física para crianças e adolescentes (parte de dentro).



DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA - CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE - UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
Laboratório de Estudos e Pesquisas em Atividade Física e Saúde - LEPAFS

Crianças e adolescentes devem realizar atividades físicas variadas, agradáveis e apropriadas à idade durante 60 minutos ou mais todos os dias, incluindo as atividades expostas na Pirâmide da Atividade Física ⇒

Reduza atividades sedentárias

Assistir TV, navegar na internet, jogar videogame
Evite períodos inativos de 2 horas ou mais durante o dia.

FORTEALECIMENTO
Muscular Ósseo



Subir em árvores
Exercícios abdominais
Exercícios com halteres e caneleiras

Correr
Pular corda
Brincar de pula-sela e de amarelinha



Atividades que trabalham a força devem ser realizadas 3 dias por semana, no mínimo, como parte dos 60 minutos ou mais de atividade física.

Atividades que apresentam certo impacto devem ser realizadas 3 dias por semana, no mínimo, como parte dos 60 minutos ou mais de atividade física.

ATIVIDADES AERÓBICAS



Dançar
Pedalar
Jogar capoeira
Caminhar em ritmo acelerado
Praticar esportes como futebol, natação, basquete e voleibol

Atividades aeróbicas devem compor a maior parte dos 60 minutos ou mais de atividade física diária, incluindo tanto atividades de intensidade moderada quanto de intensidade vigorosa, mas as atividades aeróbicas de intensidade vigorosa devem ser realizadas 3 dias por semana, no mínimo.



ATIVIDADES FÍSICAS DIÁRIAS



Ir para escola caminhando ou pedalando
Usar as escadas ao invés do elevador
Participar de jogos ativos como taco, pega-pega e barra-bandeira



Principalmente em adolescentes, exercícios que trabalham a flexibilidade, como alongamentos sem balanceios, podem ser realizados diariamente, atuando positivamente sobre a postura corporal e prevenindo dores. Mantenha-se ativo do seu jeito, realizando atividades físicas em casa, na escola e no deslocamento ⇒ **movimente-se sempre que tiver oportunidade!**



| ESCALA DE ESFORÇO PERCEBIDO | |
|-----------------------------|--|
| 10 | Atividade extremamente vigorosa Estou completamente sem fôlego, não consigo falar |
| 9 | Atividade muito vigorosa Consigo falar apenas uma palavra por vez |
| 7-8 | Atividade vigorosa Estou sem fôlego, consigo falar uma ou duas frases |
| 4-6 | Atividade moderada Consigo conversar |
| 2-3 | Atividade leve Consigo respirar com facilidade |
| 1 | Nenhuma atividade física |

Fonte adaptada por Caroline de Oliveira Martins (LEPAFS/UEPB) do Centers for Disease Control and Prevention. Physical Activity for Children: How much physical activity do children need? Disponível em: <http://www.cdc.gov/nchs/data/press/releases/2006s008a01.htm>. Acesso em 11 set 2010 e de Collins, C.E., Lindsey, G., Powers, S.W., Champagne, D.L., Hunter, K. et al. (2007). Physical Activity for Children: How much physical activity do children need? Disponível em: <http://www.aapap.org>. Acesso em 12 set 2010.

Fonte: Martins (2010).

Apêndice B - Folder com recomendação de atividade física para crianças e adolescentes (parte de fora).

Dicas* para tornar e manter

*adaptado de CDC (2009).

Principalmente os pais podem moldar o comportamento e as atitudes de crianças e adolescentes para que tenham um estilo de vida ativo e saudável ao longo dos anos, procurando:

.Dar o exemplo: exerça uma influência positiva praticando regularmente atividades físicas;

.Inserir a atividade física como parte da rotina diária da família: caminhe ou participe em família de jogos ativos (ex.: barra-bandeira, "baleado", futebol, peteca, vôlei, capoeira, etc.);

.Incentivar comportamentos ativos: reserve um período do dia para seu filho(a) praticar esportes ou simplesmente brincar ativamente com outras crianças ou adolescentes (ex.: pega-pega, frescobol, basquete);

seu(s) filho(s) fisicamente ativo(s)

.Proporcionar comportamentos ativos:

leve seu filho(a) para praças, quadras poliesportivas ou qualquer outro espaço que permita a prática de atividades físicas;

.Motivar: seja positivo em relação às atividades físicas que seu filho(a) já pratica, além de encorajar o interesse dele(a) em outras atividades físicas;

.Divertir: torne divertida a atividade física que seu filho(a) gosta (ex.: pedalar ouvindo música);

.Sugerir atividades: encoraje seu filho(a) a praticar atividades físicas após o jantar (ex.: caminhar) ao invés de assistir televisão;

.Proteger: forneça equipamentos de proteção (ex.: capacete de ciclista) e espaço apropriado (ex.: brincar na praça e não na rua movimentada) para que seu filho(a) não se machuque ao praticar atividades físicas, certificando-se de que a atividade seja adequada à idade.

Crianças e adolescentes com necessidades especiais

(adaptado de USCHHS, 2009)

.Analisar com os profissionais que cuidam de crianças e adolescentes portadores de necessidades especiais a quantidade os tipos de atividade física mais apropriados.

.Quando possível, devem ser seguidas as recomendações de atividade física para crianças e adolescentes ou deve ser realizada tanta atividade física quanto suas condições permitirem, evitando-se a inatividade física.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Physical Activity for Everyone. How much physical activity do children need? <http://www.cdc.gov/physicalactivity/everyone/physicalactivity/everyone/faq.html>. Acesso em 11 jul 2010.

US Department of Health and Human Services (USDHHS). Physical Activity Guidelines for Americans. **Be a game, be fit!** sheet for professionals. Disponível em <http://www.health.gov/physicalactivity/physicalactivity/faq.html>. Acesso em 11 jul 2010.

Laboratório de Estudos e Pesquisas em Atividade Física e Saúde LEPAFS - DEF - CCS - UFPB

Recomendações de atividade física para crianças e adolescentes



Laboratório de Estudos e Pesquisas em Atividade Física e Saúde
LEPAFS - <http://www.ccs.ufpb.br/edfiscal/lepafs>
Departamento de Educação Física/DEF
Centro de Ciências da Saúde - Universidade Federal da Paraíba
Telefones: 55 (0xx83) 3216-7200 e 3216-7030

Fonte: Martins (2010).

Apêndice C - Roteiro com fantoches para a promoção da atividade física

WADO BALEADO: Oi pessoal, me chamo Wado Baleado, sou novo no bairro.

DUDA FORÇUDA: Oi Wado Baleado, me chamo Duda Forçada. Seja bem-vindo aqui no bairro! Como você gosta de brincar?

WADO BALEADO: Olá Duda Forçada, eu gosto mesmo é de jogar baleado.

DUDA FORÇUDA: Que legal! Vou te apresentar meus amigos; pessoal, esse aqui é Wado Baleado ele acabou de se mudar para nosso bairro.

MARILU CANGURU: Oi, Wado Baleado! Sou Marilu Canguru - me deram esse apelido porque adoro pular corda, o que deixa meus ossos super fortes.

WADO BALEADO: Ah, legal! Mas eu gosto de jogar baleado.

LARA PEDALA: Oi Wado Baleado! Sou Lara Pedala. Gosto de jogar baleado, mas adoro andar de bicicleta, gosto tanto de pedalar que vou todos os dias para a escola com a minha bicicleta.

PERGUNTA: E vocês, coleguinhas, gostam de brincar de quê?

WADO BALEADO: Que bom que você também gosta de jogar baleado, mas será que a Duda Forçada também consegue brincar?

DUDA FORÇUDA: Quem disse que eu não consigo jogar baleado? Só porque eu não tenho uma perna? Posso jogar baleado sim e ainda faço tudo que qualquer pessoa faz, só que faço do meu jeito.

PERGUNTA: Pessoal, vocês acham que Duda Forçada consegue participar de qualquer brincadeira?

WADO BALEADO: Está bem, Duda Forçada, entendi. Mas vamos deixar de conversa e vamos jogar baleado!

DUDA FORÇUDA: Wado Baleado, quero que você entenda que jogar baleado é legal, mas também temos que pensar nas melhorias que todas outras atividades oferecem. Quanto mais variadas e diferentes as brincadeiras forem, a gente se exercita por completo e pode crescer melhor, com mais saúde. Por exemplo, além de jogar baleado eu também brinco de cabo de guerra, o que deixa meus músculos fortes.

MARILU CANGURU: Pois é, Wado Baleado, para manter ou melhorar nossa saúde devemos brincar de um jeito que a gente gaste mais energia, evitando atividades mais paradas como assistir televisão e jogar videogame. Essas atividades podem ser realizadas, mas sem ultrapassar o limite total de duas horas por dia, no máximo.

PERGUNTA: E vocês, passam a maior parte do tempo brincando ativamente de pega-pega, amarelinha, pular corda, futebol ou assistindo TV/jogando vídeo game?

LARA PEDALA: Não gosto muito de assistir TV, prefiro mil vezes pedalar, pois andar de bicicleta pode até fazer com que meu coração funcione melhor.

WADO BALEADO: Tudo bem galera, vocês me convenceram, a partir de hoje vou brincar de várias maneiras, com vocês fazem, além de que vou passar a ir e voltar caminhado para a escola, pois sei que isso pode ser bom para minha saúde. Estou certo, galera?

TODOS DIZEM: Claaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaro que sim!

PERGUNTA: E vocês, o que acham? Devemos apenas escolher uma brincadeira ou várias para crescermos mais saudáveis?

WADO BALEADO: Bem pessoal, tenho que terminar minhas tarefas da escola, pois meu pai me ensinou que tem hora certa para estudar e hora certa para brincar.

MARILU CANGURU: OK, Wado Baleado, nós também temos que fazer nossos deveres e quando terminarmos poderemos brincar.

WADO BALEADO: Só fiquei com uma dúvida; vocês falaram tanto em brincar de várias maneiras para ter mais saúde, mas adianta brincar só durante uma hora por dia?

LARA PEDALA: Claro que adianta! O ideal é fazer atividades físicas variadas, que te agradam e que sejam de acordo com a sua idade durante 60 minutos, no mínimo, todos os dias.

WADO BALEADO: Mas e se o meu coração bater muito rápido, também é bom?

LARA PEDALA: É sim, mas tem que prestar atenção no esforço.

WADO BALEADO: Como assim, esforço?

LARA PEDALA: Quando você consegue conversar enquanto realiza uma atividade como caminhar até a escola, sente seu coração bater mais forte do que quando está parado e sente que está respirando mais rapidamente, isso é um esforço moderado.

DUDA FORÇUDA: E quando você fica sem fôlego, conseguindo falar uma ou duas frases ao mesmo tempo em que realiza uma atividade como correr, é um esforço vigoroso. Se você consegue falar apenas uma ou duas palavras durante a atividade, é porque o esforço está forte demais. Para melhorar a saúde devemos realizar atividades com esforços moderados e vigorosos.

WADO BALEADO: Ah! Podemos misturar a intensidade do esforço em atividades como caminhar, correr, pedalar, nadar, jogar capoeira, futebol, basquete e vôlei com esforço moderado E vigoroso?

MARILU CANGURU: Sim, isso mesmo! Essas atividades são chamadas de atividades aeróbicas, que devem compor a maior parte dos 60 minutos de atividade física diária. Mas as atividades de intensidade vigorosa devem ser realizadas três dias por semana, no mínimo.

LARA PEDALA: É bom lembrar que dentro desses 60 minutos também devemos realizar atividades que fortaleçam os ossos e a musculatura, como brincar de cabo de guerra, subir em árvores e pular corda, por exemplo. Mas é importante que você goste dessas atividades, que sejam bem variadas e que sejam de acordo com a sua idade.

WADO BALEADO: Por que é importante que eu goste das atividades?

DUDA FORÇUDA: Porque se a gente faz o que gosta não fica arranjando desculpa para não fazer, aumentando a chance de realizar atividades físicas ao longo da vida, entendeu?

WADO BALEADO: Ah! 'Pra diminuir a chance de virar um adulto que só gosta de ficar sentado na frente da TV e que arranja um monte de desculpas para não fazer exercícios físicos...

MARILU CANGURU: Isso mesmo! Minha mãe falou que esses adultos podem até adoecer porque não praticam exercícios físicos de três a cinco vezes por semana ou nem se dão ao trabalho de realizar o máximo de atividade física que podem, como por exemplo, subir e descer escadas ao invés de usar elevador.

WADO BALEADO: Ah! Se é assim, vou falar pra o meu pai caminhar comigo, para que ele possa melhorar sua saúde.

DUDA FORÇUDA: Boa idéia, Wado Baleado! Ele pode te levar e te buscar na escola caminhando. Desse jeito, vocês dois caminham, mas seria bom ele passar lá na Divisão de Educação física do HU, quartas e sextas, das oito ao meio dia, pois lá ele irá ter informações sobre como praticar exercícios físicos de forma segura e eficiente.

WADO BALEADO: Então, tudo certo! Tchau pessoal, foi muito bom conhecer vocês! Já volto 'pra gente brincar.

TODOS DIZEM: Tchaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaau!!!!!!

Fonte: roteiro não publicado, elaborado por Renata Rayanna Rolim Guerra, Alcides Prazeres Filho, Danilo César Bendito Machado, Caroline de Oliveira Martins (LEPAFS/DEF/CCS/UFPB).

Apêndice D - Letra da música 'Atividades físicas para crianças'

Se você gosta de brincar, saia logo do sofá
Alegria e diversão fazem bem ao coração

Para que a criança permaneça com saúde e disposição
Deve praticar exercícios físicos e ter boa alimentação

REFRÃO: Vamos brincar, vamos jogar, vamos dançar, nos animar
Mas não podemos vacilar, também temos que estudar

Evite ficar mais de duas horas na frente da TV
Procure arranjar brincadeiras ativas ípra você fazer

Mamãe também não pode ficar parada
Toda vez que der, faça caminhada
Papai também não deve ficar de fora
Sempre que puder, vá jogar bola

REFRÃO: Vamos brincar, vamos jogar, vamos dançar, nos animar
Mas não podemos vacilar, também temos que estudar

Com brincadeiras variadas mais benefícios terá
Melhorando o fôlego e também o sistema osteomuscular
Pega-pega, pular corda e cabo de guerra, é tão bom brincar!
Com pulmões, ossos e músculos fortes você irá ficar

REFRÃO: Vamos brincar, vamos jogar, vamos dançar, nos animar
Mas não podemos vacilar, também temos que estudar

Preste atenção na mensagem, não poderá se esquecer:
60 minutos por dia de atividades físicas fazem bem ípra você

Escolha várias atividades de acordo com sua idade
Preferindo as brincadeiras que mais gosta de fazer

REFRÃO: Vamos brincar, vamos jogar, vamos dançar, nos animar
Mas não podemos vacilar, também temos que estudar

Fonte: música não publicada, elaborada por Alcides Prazeres Filho, Danilo César Bendito Machado, Renata Rayanna Rolim Guerra, Caroline de Oliveira Martins, Frankaio Nunes Gomes, Fabrício Jácome Gonçalves.

Apêndice E- Roteiro de Entrevista Semiestruturada sobre Encenação

(adulto)

1- Características do sujeito

a) Codinome:

b) Estado civil: _____ c) Gênero: _____ d) Idade: _____
anos

e) Filhos

(idade): _____

f) Escolaridade:

g) Cargo/função no trabalho:

h) Formação:

i) Tempo de trabalho: _____

j) Outra atividade? _____ Qual? _____ Onde?

2- Questões norteadoras para os adultos entrevistados na Escola

Cenecista João Régis Amorim – Ernesto Geisel/João Pessoa/PB

2.1) O que o(a) senhor(a) achou dessa encenação/teatro?

2.2) Quais foram as mensagens mais marcantes na encenação que acabou de assistir?

2.3) O(a) senhor(a) pretende mudar algo em sua rotina ou na de sua família após ter assistido essa encenação? O que?

2.4) O que o(a) senhor(a) melhoraria nessa encenação?

2.5) O que mais gostaria de falar e como o senhor(a) se sentiu com a entrevista?

Apêndice F- Roteiro de Entrevista Semiestruturada sobre Encenação (criança)

1- Características do sujeito

a) Codinome: _____ b) Gênero:

c) Idade: _____ anos d) Escolaridade:

2- Questões norteadoras para as crianças entrevistadas na Escola Cenecista João Régis Amorim – Ernesto Geisel/João Pessoa/PB

2.1) O que você achou desse teatro?

2.2) O que você achou importante saber assistindo esse teatro?

2.3) Você acha que vai mudar o seu jeito depois de ter assistido esse teatro? O que?

2.4) O que mais você gostaria de ver nesse teatro?

2.5) Você quer falar algo mais?

2.6) Como você se sentiu com a entrevista?

Apêndice G- Roteiro de Entrevista Semiestruturada sobre música (adulto)

1- Características do sujeito

a) Codinome:

b) Estado civil: _____ c) Gênero: _____ d) Idade: _____
anos

e) Filhos

(idade): _____

f) Escolaridade:

g) Cargo/função no trabalho:

h) Formação:

i) Tempo de trabalho: _____

j) Outra atividade? _____ Qual? _____ Onde?

2- Questões norteadoras para os adultos entrevistados na Escola Cenecista João Régis Amorim – Ernesto Geisel/João Pessoa/PB

2.1) O que você achou da música?

2.2) O que você achou importante saber ao escutar a música?

2.3) O que você acha que vai mudar o seu jeito depois de ter escutado essa música?

2.4) O que mais você gostaria de ouvir na música?

2.5) Você quer falar algo mais?

2.6) Como você se sentiu com a entrevista?

Apêndice H - Roteiro de Entrevista Semiestruturada sobre música (criança)

1- Características do sujeito

a) Codinome: _____ b) Gênero:

c) Idade: _____ anos d) Escolaridade:

2- Questões norteadoras para as crianças entrevistadas na Escola Cenecista João Régis Amorim – Ernesto Geisel/João Pessoa/PB

2.1) O que você achou da música?

2.2) O que você achou importante saber ao escutar a música?

2.3) O que você acha que vai mudar o seu jeito depois de ter escutado essa música?

2.4) O que mais você gostaria de ouvir na música?

2.5) Você quer falar algo mais?

2.6) Como você se sentiu com a entrevista?

Apêndice I - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (adulto)

Prezado(a) Senhor(a);

Esta pesquisa trata sobre Intervenção com vídeos sobre atividade física na Escola Cenecista João Régis Amorim - João Pessoa/PB e está sendo desenvolvida por Renata Rayanna Rolim Guerra, sob a orientação da Profa. Dra. Caroline de Oliveira Martins, ambas do Curso de Educação Física da Universidade Federal da Paraíba.

O objetivo desta pesquisa é verificar se o conteúdo de vídeos é capaz de transmitir as recentes recomendações de atividades físicas para crianças e professores que se encontram na Escola Cenecista João Régis Amorim.

A finalidade desta pesquisa é contribuir para o repasse de informações que incentivem a manutenção de um estilo de vida fisicamente ativo principalmente em crianças.

Solicitamos sua colaboração para ser entrevistado(a) sobre o conteúdo de vídeos com recomendações de atividade física para crianças, gravando-se apenas sua voz com um aparelho celular. Igualmente pedimos sua autorização para apresentar os resultados em eventos da área de saúde, além de publicá-los em revista científica. Por ocasião da publicação dos resultados, seu nome será mantido em sigilo. Informamos que os procedimentos adotados neste projeto não oferecem riscos previsíveis para a sua saúde e consideram os aspectos éticos recomendados na resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde/CNS, que regulamenta as pesquisas envolvendo seres humanos no cenário brasileiro.

Esclarecemos que sua participação na pesquisa é voluntária e, portanto, o(a) senhor(a) não é obrigado(a) a fornecer as informações e/ou colaborar com as atividades solicitadas pelas pesquisadoras. Caso decida não participar da pesquisa, não sofrerá dano algum.

As pesquisadoras estarão à sua disposição para qualquer esclarecimento que considere necessário em qualquer etapa da pesquisa.

Diante do exposto, declaro que fui devidamente esclarecido(a) e dou o meu consentimento para participar da pesquisa e para publicação dos resultados. Estou ciente de que receberei uma cópia desse documento.

Assinatura do Participante da Pesquisa
ou Responsável Legal

Contato com a Pesquisadora Responsável:

Caso necessite de maiores informações sobre o presente estudo, favor ligar para a pesquisadora Caroline de Oliveira Martins no (83) 3216-7030 ou procurá-la em seu setor de trabalho, situado no Departamento de Educação Física da Universidade Federal da Paraíba.

Atenciosamente:

Assinatura da Pesquisadora Responsável

Assinatura da Pesquisadora Participante

Apêndice J- Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (criança)

Prezado(a) Senhor(a);

Esta pesquisa trata sobre Intervenção com vídeos sobre atividade física na Escola Cenecista João Régis Amorim - João Pessoa/PB e está sendo desenvolvida por Renata Rayanna Rolim Guerra, sob a orientação da Profa. Dra. Caroline de Oliveira Martins, ambas do Curso de Educação Física da Universidade Federal da Paraíba.

O objetivo desta pesquisa é verificar se o conteúdo de vídeos é capaz de transmitir as recentes recomendações de atividades físicas para crianças e professores que se encontram na Escola Cenecista João Régis Amorim.

A finalidade desta pesquisa é contribuir para o repasse de informações que incentivem a manutenção de um estilo de vida ativo em crianças.

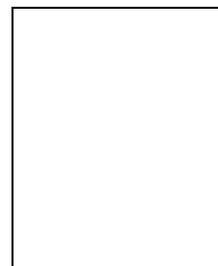
Solicitamos sua colaboração para que seu filho(a) seja entrevistado(a) sobre o conteúdo de vídeos com recomendações de atividade física para crianças, gravando-se apenas a voz do seu filho(a) com um aparelho celular. Igualmente pedimos sua autorização para apresentar os resultados em eventos da área de saúde, além de publicá-los em revista científica. Por ocasião da publicação dos resultados, o nome do seu filho(a) será mantido em sigilo. Informamos que os procedimentos adotados neste projeto não oferecem riscos previsíveis para a saúde do seu filho (a) e consideram os aspectos éticos recomendados na resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde/CNS, que regulamenta as pesquisas envolvendo seres humanos no cenário brasileiro.

Esclarecemos que a participação do seu filho(a) na pesquisa é voluntária e, portanto o(a) mesmo(a) não é obrigado(a) a fornecer as informações e/ou colaborar com as atividades solicitadas pelas pesquisadoras. Caso decida não deixar seu filho(a) participar da pesquisa, o(a) mesmo(a) não sofrerá dano algum.

As pesquisadoras estarão à sua disposição para qualquer esclarecimento que considere necessário em qualquer etapa da pesquisa.

Diante do exposto, declaro que fui devidamente esclarecido(a) e dou o meu consentimento para meu filho (a) participar da pesquisa e para publicação dos resultados. Estou ciente de que receberei uma cópia desse documento.

Assinatura do Participante da Pesquisa
ou Responsável Legal



Impressão
dactiloscópica

Assinatura da Testemunha

Contato com a Pesquisadora Responsável:

Caso necessite de maiores informações sobre o presente estudo, favor ligar para a pesquisadora Caroline de Oliveira Martins no (83) 3216-7030 ou procurá-la em seu setor de trabalho, situado no Departamento de Educação Física da Universidade Federal da Paraíba.

Atenciosamente:

Assinatura da Pesquisadora Responsável

Assinatura da Pesquisadora Participante

Apêndice L - Carta de anuência Escola Cenecista João Régis Amorim – Ernesto Geisel/João Pessoa/Pb

Eu, Adaluza Barboza de Lima, autorizo realização da pesquisa de Renata Rayanna Rolim Guerra que será efetuada no período compreendido entre março e maio de 2011, intitulada 'Intervenção com vídeos sobre atividade física na Escola Cenecista João Régis Amorim - Ernesto Geisel/ João Pessoa/PB', orientada pela Prof^a Dr^a Caroline de Oliveira Martins. A pesquisa, que proporcionará a elaboração de trabalho de conclusão do curso de Educação Física da Universidade Federal da Paraíba, tem como objetivo principal verificar se o conteúdo de vídeos é capaz de transmitir as recentes recomendações de atividades físicas para crianças e professores que se encontrarem na Escola Cenecista João Régis Amorim.

Adaluza Barboza de Lima
Coordenadora e Psicóloga da Escola Cenecista João Régis Amorim

João Pessoa, de de 2010.

APÊNDICE

APÊNDICE A- Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

Prezado(a) Senhor(a);

Esta pesquisa trata sobre Intervenção com vídeos sobre atividade física na Escola Cenecista João Régis Amorim - João Pessoa/PB e está sendo desenvolvida por Renata Rayanna Rolim Guerra, sob a orientação da Profa. Dra. Caroline de Oliveira Martins, ambas do Curso de Educação Física da Universidade Federal da Paraíba.

O objetivo desta pesquisa é verificar se o conteúdo de vídeos é capaz de transmitir as recentes recomendações de atividades físicas para crianças e professores que se encontram na Escola Cenecista João Régis Amorim.

A finalidade desta pesquisa é contribuir para o repasse de informações que incentivem a manutenção de um estilo de vida ativo em crianças.

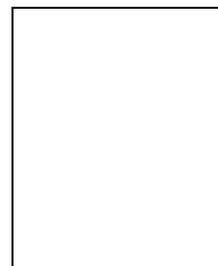
Solicitamos sua colaboração para que seu filho(a) seja entrevistado(a) sobre o conteúdo de vídeos com recomendações de atividade física para crianças, gravando-se apenas a voz do seu filho(a) com um aparelho celular. Igualmente pedimos sua autorização para apresentar os resultados em eventos da área de saúde, além de publicá-los em revista científica. Por ocasião da publicação dos resultados, o nome do seu filho(a) será mantido em sigilo. Informamos que os procedimentos adotados neste projeto não oferecem riscos previsíveis para a saúde do seu filho (a) e consideram os aspectos éticos recomendados na resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde/CNS, que regulamenta as pesquisas envolvendo seres humanos no cenário brasileiro.

Esclarecemos que a participação do seu filho(a) na pesquisa é voluntária e, portanto o(a) mesmo(a) não é obrigado(a) a fornecer as informações e/ou colaborar com as atividades solicitadas pelas pesquisadoras. Caso decida não deixar seu filho(a) participar da pesquisa, o(a) mesmo(a) não sofrerá dano algum.

As pesquisadoras estarão à sua disposição para qualquer esclarecimento que considere necessário em qualquer etapa da pesquisa.

Diante do exposto, declaro que fui devidamente esclarecido(a) e dou o meu consentimento para meu filho (a) participar da pesquisa e para publicação dos resultados. Estou ciente de que receberei uma cópia desse documento.

Assinatura do Participante da Pesquisa
ou Responsável Legal



Impressão
dactiloscópica

Assinatura da Testemunha

Contato com a Pesquisadora Responsável:

Caso necessite de maiores informações sobre o presente estudo, favor ligar para a pesquisadora Caroline de Oliveira Martins no (83) 3216-7030 ou procurá-la em seu setor de trabalho, situado no Departamento de Educação Física da Universidade Federal da Paraíba.

Atenciosamente:

Assinatura da Pesquisadora Responsável

Assinatura da Pesquisadora Participante

APÊNCIDE B – Instrumento de coleta de dados para o vídeo com fantoches

Roteiro de Entrevista Semiestruturada sobre vídeo com fantoches

1- Características do sujeito

a) Codinome: _____ b) Gênero:

c) Idade: _____ anos d) Escolaridade:

2- Questões norteadoras para as crianças entrevistadas na Escola Cenecista João Régis Amorim – Ernesto Geisel/João Pessoa/PB

2.1) O que você achou desse teatro?

2.2) O que você achou importante saber assistindo esse teatro?

2.3) O que você acha que vai mudar o seu jeito depois de ter assistido esse teatro?

2.4) De acordo com o vídeo que você acabou de assistir quais são os tipos de esforços (intensidade do esforço) que devem ser realizados ao praticar atividades físicas?

2.5) Quantos dias por semana devem ser realizados os exercícios físicos?

2.6) Quais os tipos de exercícios que devem ser realizados?

2.7) O que mais você gostaria de acrescentar nesse teatro?

2.8) Você quer falar algo mais?

2.9) Como você se sentiu com a entrevista?

APÊNCIDE C – Instrumento de coleta de dados para o *videoclip*

Roteiro de Entrevista Semiestruturada sobre videoclip

1- Características do sujeito

a) Codinome: _____ b) Gênero:

c) Idade: _____ anos d) Escolaridade:

2- Questões norteadoras para as crianças entrevistadas na Escola Cenecista João Régis Amorim – Ernesto Geisel/João Pessoa/PB

2.1) O que você achou do vídeo?

2.2) O que você achou importante saber ao assistir o vídeo?

2.3) O que você acha que vai mudar o seu jeito depois de ter assistido esse vídeo?

2.4) De acordo com o vídeo que você acabou de assistir quais são os tipos de esforços (intensidade do esforço) que devem ser realizados ao praticar atividades físicas?

2.5) Quantos dias por semana devem ser realizados os exercícios físicos?

2.6) Quais os tipos de exercícios que devem ser realizados?

2.7) O que mais você gostaria de ouvir nesse vídeo?

2.8) Você quer falar algo mais?

2.9) Como você se sentiu com a entrevista?