

Helma Pio Mororó José

**AVALIAÇÃO DO TREINAMENTO DE MULTIPLICADORES DO
PROGRAMA VIDA ATIVA MELHORANDO A SAÚDE -VAMOS**

Tese submetida ao Programa de Pós-Graduação em Educação Física da Universidade Federal de Santa Catarina, como pré-requisito para a obtenção do título de Doutor em Educação Física.

Orientadora: Prof.^a Dr.^a Tânia Rosane Bertoldo Benedetti

Florianópolis
2017

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor,
através do Programa de Geração Automática da Biblioteca Universitária da UFSC.

José, Helma Pio Mororó

Avaliação do treinamento de multiplicadores do
Programa Vida Ativa Melhorando a Saúde - VAMOS /
Helma Pio Mororó José ; orientadora, Tânia Rosane
Bertoldo Benedetti, 2017.

308 p.

Tese (doutorado) - Universidade Federal de Santa
Catarina, Centro de Desportos, Programa de Pós
Graduação em Educação Física, Florianópolis, 2017.

Inclui referências.

1. Educação Física. 2. Promoção da Saúde. 3. Mudança
de Comportamento. 4. Avaliação de Programas e
Projetos de Saúde. 5. Programa VAMOS. I. Benedetti,
Tânia Rosane Bertoldo . II. Universidade Federal de
Santa Catarina. Programa de Pós-Graduação em Educação
Física. III. Título.

Helma Pio Mororó José

**AVALIAÇÃO DO TREINAMENTO DE MULTIPLICADORES DO
PROGRAMA VIDA ATIVA MELHORANDO A SAÚDE - VAMOS**

Esta Tese foi julgada para obtenção do Título de “Doutor em Educação Física”, e aprovada em sua forma final pelo Programa de Pós-Graduação em Educação Física.

Florianópolis, 10 de abril de 2017.

Prof. Luiz Guilherme Antonacci Guglielmo, Dr.
Coordenador do Curso

Banca Examinadora:

Prof.^a Tânia Rosane Bertoldo Benedetti, Dr.^a
Orientadora
Universidade Federal de Santa Catarina

Prof. Fabio Araujo Marques de Almeida, Dr.
University of Nebraska Medical Center (Videoconferência)

Prof.^a Lucélia Justino Borges, Dr.^a
Universidade Federal do Paraná

Prof.^a Gelcemar Oliveira Farias, Dr.^a
Universidade Federal de Santa Catarina

Prof. Juarez Vieira do Nascimento, Dr.
Universidade Federal de Santa Catarina

Prof. Julio Cesar Schmitt Rocha, Dr.
Universidade Federal de Santa Catarina

*Dedico essa tese a Wagner, Sofia
e Beatriz, bênçãos mais
preciosas nessa vida!*

AGRADECIMENTOS

Fazer o doutorado me fez viver e experimentar um currículo para além do conhecimento acadêmico, me ensinou muito sobre amor, acolhimento, parceria, cuidado, saudade, solidão e outros que não sei ou não consigo nominar. Assim agradeço:

A Deus, Senhor da minha vida, por seu amor, cuidado e misericórdia manifestados a mim todos os dias.

A Wagner, Sofia e Beatriz, pelo apoio e amor incondicionais, mesmo quando isso significou muita saudade por conta dos afastamentos.

A Painho (Mororó), Mainha (Edith), Leila, Regi, Lane, Marquinhos, Celo, Carol, Aline, Pedro, Eteanne e Lando, por estarem sempre perto e manifestarem tanto amor nos mínimos detalhes, e que, enquanto cuidam das minhas filhas, todas às vezes, que é preciso ou simplesmente desejado, também cuidam de mim.

A João Marcos, Elisa, Dani, Heitor, Amanda, Daniel, Luca e Miguel, sobrinhos queridos que me ensinam sobre como fazer a vida sempre mais leve e alegre.

À Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), à Universidade Estadual de Santa Cruz (UESC) e à CAPES, pela realização do DINTER.

À Professora Tânia Benedetti, pelas orientações, supervisão e acolhimento no grupo de pesquisa, na Universidade e em Florianópolis.

À Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), pelas condições dadas, me liberando e concedendo a ajuda de custo para enfrentar o desafio do doutorado com mais tranquilidade e conforto. Em especial, aos professores da área de conhecimento em Educação Física, Renato Figueiredo, Franz Borba e Felipe Marta.

Aos professores Fábio Almeida, Juarez do Nascimento, Júlio Rocha e Lucélia Borges, pela cuidadosa leitura e dicas

contribuições, dadas a essa tese e, em especial, à professora Gelcemar Farias (Geo), pelo carinho com que me recebeu e me ajudou a visualizar passos para tornar meu caminhar mais seguro.

Aos amigos e às amigas Midori Tonasaki, Carla Elaine, Sofia Manta, Mônica Costa, Aline Gerage, Lisandra Konrad, Camila Tomicki, Simone Meurer, Cezar Ribeiro, Fernanda Guidarini, Carlos Alencar Júnior, Camilo Lourenço, Iane, pelo acolhimento, apoio acadêmico e logístico, mas principalmente, pela benção de serem amigos preciosos que o doutorado me deu de presente.

Aos colegas do DINTER, que foram parceiros não só de curso e disciplinas, mas verdadeiros companheiros em tantas outras demandas. Em especial, agradeço ao meu amigo Cristiano, pelo carinho e cuidado comigo e com Wagner, a Ricardo, um verdadeiro Grug que se tornou um amigo querido e a Alberto, que me incentivou e ajudou nos primeiros passos na corrida (ainda está me devendo uns treinos!).

Às queridas Profa. Dra. Ana Maria Alvarenga e Iramar Silveira, pela atenção demonstrada em muito mais que cuidar de processos e burocracias.

Aos professores e funcionários do PPGEF-UFSC, pela atenção e pelo cuidado manifestado não só nas rotinas administrativas e formais, mas nas muitas vezes que tornaram nossa estada em Floripa mais aconchegante e alegre.

A Alba, Clara e dona Berenice, por me acolherem todas às vezes que precisei fazer disciplinas na UESC. Muito obrigada!

À corrida que, no meio do processo do doutorado, se apresentou como mais um desafio e tem me mostrado que sempre posso ir um pouco adiante.

RESUMO

O presente estudo objetivou avaliar o treinamento *Online* para capacitação e certificação de multiplicadores do programa Vida Ativa Melhorando a Saúde (VAMOS). O VAMOS é um programa de promoção à saúde que motiva as pessoas a seguirem um estilo de vida saudável com relação à atividade física e alimentação, utilizando técnicas de mudanças de comportamento com base na Teoria Sócio Cognitiva. Trata-se de uma pesquisa de natureza aplicada e de caráter descritivo que constou de duas etapas. Na etapa 1, o treinamento foi avaliado quanto a pertinência e adequação dos seus objetivos e conteúdos por seis especialistas nas áreas de atividade física, alimentação e programas de mudança de comportamento e coletado registros de observações e sugestões para a melhoria do treinamento. Na segunda etapa foi avaliada a efetividade do treinamento nas dimensões de aprendizagem e reação, adaptadas do Modelo Integrado de Avaliação do Impacto do Treinamento no Trabalho (IMPACT), com aplicação de 3 questionários nos momentos pré, durante e pós realização do treinamento. Também foram coletados dados secundários gerados pela plataforma *Moodle*, contendo informações sobre padrões de acesso como: periodicidade, estimativa de tempo e nota da avaliação de certificação. Ainda na etapa 2 foram coletados dados sobre a percepção de competências adquiridas, observações e sugestões para a melhoria do treinamento. A etapa 1 evidenciou uma alta adequação dos objetivos e conteúdos do treinamento recebendo, respectivamente, 92,8% e 81,6% das avaliações entre “adequado” e “muito adequado”. Os especialistas fizeram 98 observações sobre o treinamento, destas 64,3% se referiam a sugestões de melhorias no conteúdo e 20,4% nos procedimentos instrucionais. As sugestões dos especialistas foram incorporadas ao treinamento antes do início da etapa 2 da pesquisa. Participaram da etapa 2, 125 treinandos as variáveis sexo, conhecer o VAMOS e o cargo, se associaram à aprovação e certificação do treinamento ($p=0,015$, $p=0,050$ e $p=0,029$ respectivamente). As escalas de reação por sessão, mostraram uma alta satisfação dos participantes com 85,5% das avaliações entre 7,1 a 10. As escalas de reação ao conjunto do treinamento revelaram grande satisfação com os procedimentos instrucionais (média 8,96e DP=

1,387), com a interface gráfica (média 9,0 e DP= 1,294), com o ambiente de estudo e procedimentos de interação (média 8,45 e DP= 2,140) e com os resultados (média 9,05 e DP= 1,225). Os registros de sugestões e observações somaram 127 ocorrências, destas 43% foram destaques de pontos positivos, 8% de pontos negativos e 44% de sugestões de mudanças. Na avaliação da aprendizagem, houve diferença estatisticamente significativa entre o pré e pós-teste ($p \leq 0,001$) com ganho médio de acertos de 21,5%. Este fato evidenciou a eficácia do treinamento para o ganho de conhecimento, confirmado com os registros dos participantes sobre a percepção de ganho de competências (204 ocorrências). Houve associação estatisticamente significativa com as variáveis: dias de acesso, tempo estimado de acesso e visualização das sessões com a nota mínima de 8,0 no pós-teste ($p = 0,034$, $p = 0,010$ e $p = 0,031$ respectivamente). Com base nesses resultados, concluímos que o treinamento para multiplicadores do programa VAMOS tem potencial para a capacitação e certificação de profissionais, mas ainda julgamos que são necessários alguns ajustes no treinamento, bem como ampliar a metodologia de avaliação incluindo medidas de retenção de aprendizagem e de impacto em profundidade e amplitude.

Palavras-chave: Promoção da Saúde. Mudança de Comportamento. Estilo de Vida. Avaliação de Programas e Projetos de Saúde. Atividade Física. Alimentação Saudável. Programa VAMOS.

ABSTRACT

The purpose of this study was to evaluate the e-learning training for qualification and certification of multipliers of the Vida Ativa Melhorando a Saúde (VAMOS) program. VAMOS is a health promotion program that motivates people to follow a healthy lifestyle with regard to physical activity and eating, using techniques of behavior change based on the Social Cognitive Theory. It is a research of an applied and descriptive nature that consisted of two stages. In stage 1, the training was evaluated as to the pertinence and adequacy of its objectives and contents by six specialists in the areas of physical activity, feeding and behavior change programs and collected records of observations and suggestions for improvement of the training. The second stage evaluated the effectiveness of the training in the dimensions of learning and reaction, adapted from the Integrated Model of Impact Evaluation of Work Training (IMPACT), with the application of three questionnaires at the moments before, during and after the training. Secondary data generated by the Moodle platform were also collected, containing information on access patterns such as: periodicity, time estimation and certification assessment score. Also in stage 2 data were collected on the perception of acquired skills, observations and suggestions for the improvement of the training. Stage 1 showed a high adequacy of training objectives and contents, receiving, respectively, 92.8% and 81.6% of the evaluations between "adequate" and "very adequate". The experts made 98 observations, of which 64.3% referred to suggestions for improvements in content and 20.4% in instructional procedures. The experts' suggestions were incorporated into the training prior to the start of the stage 2 of the survey. Participants in the stage 2 were, 125 trainees, the variables gender, to know the VAMOS and role were associated with training approval and certification ($p = 0.015$, $p = 0.050$ and $p = 0.029$ respectively). The reaction scales by sessions showed a high degree of satisfaction among the participants with 85.5% of the evaluations, from 7.1 to 10. The reaction scales to the training set showed great satisfaction with the instructional procedures (mean 8.96 and SD = 1.387), with the graphical interface (mean 9.0 and SD = 1.294), with the study environment and interaction procedures (mean 8.45 and SD = 2.140) and with the results (mean 9.05 and SD = 1.225). The

records of suggestions and observations totaled 127 occurrences, of these 43% were highlights of positive points, 8% of negative points and 44% of suggestions for changes. In the evaluation of learning, there was a statistically significant difference between the pre and post-test ($p \leq 0.001$) with an average of 21.5% in the increase of hits. This fact evidenced the effectiveness of the training for the knowledge gain, confirmed with the participants' records on the perception of competence gain (204 occurrences). There was a statistically significant association with the variables: access days, estimated time of access and visualization of the sessions with a minimum score of 8.0 in the post-test ($p = 0.034$, $p = 0.010$ and $p = 0.031$ respectively). Based on these results, we conclude that VAMOS multiplier training has the potential for qualification and certification of professionals, but it is still necessary to adjust training for multipliers in the VAMOS program, as well as to broaden a training evaluation methodology including Measures of learning retention and impact in depth and breadth.

Keywords: Health Promotion. Behavior Change. Lifestyle, Evaluation of Health Programs and Projects. Physical Activity. Healthy Eating. VAMOS Program.

LISTA DE FIGURAS

FIGURA 1 - PÁGINA DO TREINAMENTO PARA MULTIPLICADORES DO PROGRAMA VAMOS.....	55
FIGURA 2 - MODELO DE AVALIAÇÃO INTEGRADO E SOMATIVO – MAIS.....	63
FIGURA 3 - MODELO DE AVALIAÇÃO DO IMPACTO DO TREINAMENTO NO TRABALHO – IMPACT.....	64
FIGURA 4 - MODELO DE AVALIAÇÃO DO PRESENTE ESTUDO BASEADO NO IMPACT (BORGES-ANDRADE; ABBAD; MOURÃO, 2012).	79
FIGURA 5 - TELA NA PLATAFORMA MOODLE DO PRIMEIRO ACESO AO TREINAMENTO.....	84
FIGURA 6 - FLUXOGRAMA DOS POTENCIAIS PARTICIPANTES DO TREINAMENTO À FINALIZAÇÃO COM A RESPOSTA AO PRÉ-TESTE.....	85
FIGURA 7 - MODELO DA ESCALA DE REAÇÃO AOS PROCEDIMENTOS INSTRUCIONAIS (ERPI).....	88
FIGURA 8 - ESCALA DE REAÇÃO AOS PROCEDIMENTOS INSTRUCIONAIS UTILIZADA NA PRESENTE PESQUISA	89
FIGURA 9 - TELA INICIAL DO TREINAMENTO NA PLATAFORMA MOODLE APÓS A CONCORDÂNCIA NO TCLE	91
FIGURA 10 - TELA DO TREINAMENTO NA PLATAFORMA MOODLE.....	92
FIGURA 11 - CONCEITOS ATRIBUÍDOS PELOS ESPECIALISTAS AOS OBJETIVOS DAS SESSÕES	100
FIGURA 12 - CONCEITOS ATRIBUÍDOS PELOS ESPECIALISTAS AOS CONTEÚDOS DAS SESSÕES	103
FIGURA 13 - NÍVEL DE SATISFAÇÃO DOS PARTICIPANTES DO TREINAMENTO PARA MULTIPLICADORES DO PROGRAMA VAMOS COM AS SESSÕES CONSIDERANDO TODAS AS ESCALAS	138
FIGURA 14 - NÍVEL DE SATISFAÇÃO DOS PARTICIPANTES DO TREINAMENTO PARA MULTIPLICADORES DO PROGRAMA VAMOS.....	158
FIGURA 15 - DISTRIBUIÇÃO DO PERCENTUAL DAS NOTAS DO PRÉ (N = 124) E PÓS-TESTE (N = 81) DOS PARTICIPANTES DO TREINAMENTO PARA MULTIPLICADORES DO PROGRAMA VAMOS.....	183

LISTA DE QUADROS

QUADRO 1 - ENCONTROS DO PROGRAMA VAMOS.....	51
QUADRO 2 - SESSÕES DO TREINAMENTO PARA MULTIPLICADORES DO PROGRAMA VAMOS	56
QUADRO 3 - MATRIZ PARA ELABORAÇÃO DO TREINAMENTO PARA MULTIPLICADORES DO PROGRAMA VAMOS	71
QUADRO 4 - DISTRIBUIÇÃO DOS GRUPOS PARA APLICAÇÃO DO INSTRUMENTO 3	90
QUADRO 5 - MOMENTOS DA COLETA DE DADOS DA ETAPA 2 DA PESQUISA.....	93
QUADRO 6 - FREQUÊNCIA DOS CONCEITOS POUCO ADEQUADO ATRIBUÍDOS PELOS ESPECIALISTAS POR OBJETIVOS DAS SESSÕES DO TREINAMENTO	100
QUADRO 7 - FREQUÊNCIA DOS CONCEITOS POUCO ADEQUADO NA AVALIAÇÃO DOS CONTEÚDOS DAS SESSÕES	103
QUADRO 8 - EXEMPLO DE FALAS DAS EXPECTATIVAS DOS PARTICIPANTES RELACIONADAS AO OBJETIVO DO PROGRAMA VAMOS COM O TREINAMENTO DE MULTIPLICADORES DO PROGRAMA VAMOS	122
QUADRO 9 - FALAS SOBRE AS COMPETÊNCIAS ADQUIRIDAS DURANTE A AVALIAÇÃO DAS SESSÕES	167
QUADRO 10 - FALAS SOBRE AS COMPETÊNCIAS ADQUIRIDAS DURANTE A AVALIAÇÃO DO TREINAMENTO	168
QUADRO 11 - MOMENTOS DA COLETA DE DADOS DO ESTUDO PILOTO	288
QUADRO 12 - EXPECTATIVA DOS PARTICIPANTES DO ESTUDO PILOTO COM O TREINAMENTO DE MULTIPLICADORES DO PROGRAMA VAMOS	290

LISTA DE TABELAS

TABELA 1 - PERFIL DOS PROFISSIONAIS DO BANCO DE DADOS FORNECIDO PELO MS COM OS INSCRITOS NO CURSO DE APERFEIÇOAMENTO EM POLÍTICA NACIONAL DE PROMOÇÃO DA SAÚDE: PROGRAMA ACADEMIA DA SAÚDE	81
TABELA 2 - DESCRIÇÃO DO PERFIL DOS INSCRITOS E DOS HOMOLOGADOS.....	83
TABELA 3 - DISTRIBUIÇÃO E PERCENTUAL DAS OBSERVAÇÕES FEITAS PELOS ESPECIALISTAS ..	105
TABELA 4 - NÚMERO E PERCENTUAL DE PARTICIPANTES QUE FINALIZARAM CADA ATIVIDADE DO TREINAMENTO E/OU DA PESQUISA	113
TABELA 5 - PERFIL SOCIODEMOGRÁFICO DOS PARTICIPANTES DO TREINAMENTO PARA MULTIPLICADORES DO PROGRAMA VAMOS (N=125)	115
TABELA 6 - PERFIL DE FORMAÇÃO E ATUAÇÃO PROFISSIONAL DOS PARTICIPANTES DO TREINAMENTO PARA MULTIPLICADORES DO PROGRAMA VAMOS.....	117
TABELA 7 - PERFIL DE USO DE TECNOLOGIAS DA INFORMAÇÃO PELOS PARTICIPANTES DO TREINAMENTO PARA MULTIPLICADORES DO PROGRAMA VAMOS.....	119
TABELA 8 - ASSOCIAÇÃO DAS VARIÁVEIS SOCIODEMOGRÁFICAS COM OS DESFECHOS - NÃO APROVAÇÃO E APROVAÇÃO - DOS PARTICIPANTES NO TREINAMENTO PARA MULTIPLICADORES DO PROGRAMA VAMOS.....	124
TABELA 9 - ASSOCIAÇÃO DAS VARIÁVEIS DE PERFIL DE FORMAÇÃO E ATUAÇÃO PROFISSIONAL COM OS DESFECHOS - NÃO APROVAÇÃO E APROVAÇÃO - DOS PARTICIPANTES DO TREINAMENTO PARA MULTIPLICADORES DO PROGRAMA VAMOS.....	127
TABELA 10 - ASSOCIAÇÃO DAS VARIÁVEIS DE PERFIL DE USO DE COMPUTADOR E INTERNET COM OS DESFECHOS - NÃO APROVAÇÃO E APROVAÇÃO - DOS PARTICIPANTES DO TREINAMENTO PARA MULTIPLICADORES DO PROGRAMA VAMOS.....	130
TABELA 11 - ESCORE DAS ESCALAS ERPI, ERIG E ERR DA SESSÃO 1: O QUE É O VAMOS?	139

TABELA 12 - ESCORE DAS ESCALAS ERPI, ERIG E ERR DA SESSÃO 2: O QUE É O ATIVIDADE FÍSICA E EXERCÍCIO FÍSICO?	140
TABELA 13 - ESCORE DAS ESCALAS ERPI, ERIG E ERR DA SESSÃO 3: DIRETRIZES PARA UMA ALIMENTAÇÃO ADEQUADA E SAUDÁVEL	142
TABELA 14 - ESCORE DAS ESCALAS ERPI, ERIG E ERR DA SESSÃO 4 - EMBASAMENTO TEÓRICO DO PROGRAMA VAMOS	143
TABELA 15 - ESCORE DAS ESCALAS ERPI, ERIG E ERR DA SESSÃO 5 - PRINCÍPIOS E ESTILOS DE APRENDIZAGEM	145
TABELA 16 - ESCORE DAS ESCALAS ERPI, ERIG E ERR DA SESSÃO 6: TIPOS DE COMPORTAMENTOS DAS PESSOAS NOS GRUPOS	146
TABELA 17 - ESCORE DAS ESCALAS ERPI, ERIG E ERR DA SESSÃO 7: ESTRUTURA DOS ENCONTROS DO PROGRAMA VAMOS	148
TABELA 18 - ESCORE DAS ESCALAS ERPI, ERIG E ERR DA SESSÃO 8: AVALIAÇÃO DO PROGRAMA VAMOS ...	149
TABELA 19 - ESCORE DAS ESCALAS ERPI, ERIG E ERR DA SESSÃO 9: ADAPTAÇÕES NO PROGRAMA VAMOS	151
TABELA 20 - ESCORE DAS ESCALAS ERPI, ERIG E ERR DA SESSÃO 10: ESTRATÉGIAS DE MOTIVAÇÃO E MANUTENÇÃO DAS PESSOAS NOS GRUPOS	152
TABELA 21 - ESCORE DAS ESCALAS ERPI, ERIG E ERR DA SESSÃO 11: VAMOS ENTENDER OS FATORES ESTRESSANTES?	154
TABELA 22 - ESCORE DAS ESCALAS ERPI, ERIG E ERR DA SESSÃO 12: OS ENCONTROS DO PROGRAMA VAMOS	155
TABELA 23 - REAÇÃO AOS PROCEDIMENTOS INSTRUCCIONAIS (ERPI) DO TREINAMENTO DE MULTIPLICADORES DO PROGRAMA VAMOS	159
TABELA 24 - REAÇÃO A INTERFACE GRÁFICA (ERIG) DO TREINAMENTO DE MULTIPLICADORES DO PROGRAMA VAMOS	161
TABELA 25 - REAÇÃO AO AMBIENTE DE ESTUDO E PROCEDIMENTOS DE INTERAÇÃO (ERAPEI) DO TREINAMENTO DE MULTIPLICADORES DO PROGRAMA VAMOS	163

TABELA 26 - REAÇÃO AOS RESULTADOS (ERR) DO TREINAMENTO DE MULTIPLICADORES DO PROGRAMA VAMOS.....	166
TABELA 27 - PROPORÇÃO DE ACERTO DAS QUESTÕES DO PRÉ E PÓS-TESTE DOS PARTICIPANTES DO TREINAMENTO PARA MULTIPLICADORES DO PROGRAMA VAMOS.....	182
TABELA 28 - NOTAS MÁXIMA, MÍNIMA E MÉDIA OBTIDAS NA AVALIAÇÃO DE APRENDIZAGEM NOS MOMENTOS DO PRÉ E PÓS NO TREINAMENTO DE MULTIPLICADORES DO PROGRAMA VAMOS (N = 81)	184
TABELA 29 - PERFIL DE ACESSO À PLATAFORMA MOODLE DOS PARTICIPANTES DO TREINAMENTO PARA MULTIPLICADORES DO PROGRAMA VAMOS (N = 81)	185
TABELA 30 - ASSOCIAÇÃO DAS VARIÁVEIS DE PERFIL DE ACESSO AO TREINAMENTO COM OS DESFECHOS DE “NOTA MÍNIMA IGUAL OU MAIOR QUE 8,0” E “NOTA IGUAL OU MENOR QUE 7,9” NO PÓS-TESTE DOS PARTICIPANTES DO TREINAMENTO PARA MULTIPLICADORES DO PROGRAMA VAMOS.....	187
TABELA 31 - COMPARATIVO DOS PERCENTUAIS DE ACERTO DO PRÉ-TESTE ENTRE GRUPO DE RESPONDERAM O PRÉ-TESTE (APROVADOS, NÃO APROVADOS E REPROVADOS).....	188
TABELA 32 - ESCALA DE REAÇÃO DO PROCEDIMENTO INSTRUCIONAIS DO ESTUDO PILOTO.....	291
TABELA 33 - ESCALA DE REAÇÃO A INTERFACE GRÁFICA DO ESTUDO PILOTO	292
TABELA 34 - ESCALA DE REAÇÃO AOS RESULTADOS DO ESTUDO PILOTO	293
TABELA 35 - MÉDIA GERAL DAS ESCALAS E DO TREINAMENTO NO ESTUDO PILOTO	294
TABELA 36 - RESULTADO DO PRÉ E PÓS-TESTE NO ESTUDO PILOTO.....	294

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

AF	-	Atividade Física
AS	-	Alimentação Saudável
DCNT	-	Doença Crônica Não Transmissível
EaD	-	Educação à Distância
IMPACT	-	Modelo de Avaliação do Impacto do Treinamento no Trabalho
MAIS	-	Modelo de Avaliação Integrado e Somativo
OMS	-	Organização Mundial de Saúde
PNPS	-	Política Nacional de Promoção a Saúde
TCLE	-	Termo de Consentimento Livre e Esclarecido
TD&E	-	Treinamento, Desenvolvimento e Educação
TSC	-	Teoria Social Cognitiva
VAMOS	-	Vida Ativa Melhorando a Saúde
VIGITEL	-	Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	27
1.1 CONTEXTUALIZAÇÃO DO PROBLEMA E JUSTIFICATIVA..	27
1.2 OBJETIVOS	31
1.2.1 Objetivo Geral	31
1.2.2 Objetivos Específicos.....	31
1.3 ESTRUTURAÇÃO E APRESENTAÇÃO DO TRABALHO FINAL	31
1.4 DEFINIÇÃO DE TEMAS	33
2. REVISÃO DE LITERATURA	35
2.1 PROMOÇÃO DE SAÚDE	35
2.1.1 Educação em saúde na promoção da saúde	42
2.2 PROGRAMAS E INTERVENÇÕES PARA MUDANÇAS DE COMPORTAMENTO EM ATIVIDADE FÍSICA E ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL.....	44
2.2.1 Programa Vida Ativa Melhorando a Saúde (VAMOS).....	48
2.3 TREINAMENTO PARA MULTIPLICADORES DO VAMOS	55
2.4 AVALIAÇÃO DE TREINAMENTO, DESENVOLVIMENTO E EDUCAÇÃO PROFISSIONAL.....	58
2.4.1 Avaliação de TD&E em Educação à Distância (EaD)	65
2.4.2 Avaliação de TD&E na área de saúde.....	66
3 METODOLOGIA	69
3.1 CARACTERÍSTICA DA PESQUISA.....	69
3.2 CAMPO DE PESQUISA.....	70
3.3 DESENHO METODOLÓGICO	75
3.3.1 Etapa 1	75
3.3.2 Etapa 2.....	77
3.4 TRATAMENTO DOS DADOS	94
3.4.1 Etapa 1.....	94
3.4.2 Etapa 2.....	94
3.5 PROCEDIMENTOS ÉTICOS EM PESQUISA	97
4 ETAPA 1 - VALIDAÇÃO DO TREINAMENTO DE MULTIPLICADORES DO PROGRAMA VAMOS: NÍVEL DE ADEQUAÇÃO DOS OBJETIVOS E CONTEÚDOS	99
4.1 RESULTADOS	99
4.1.1 Avaliação dos Objetivos do treinamento	99
4.1.2 Avaliação dos conteúdos	102

4.1.3 Sugestões e observações.....	105
4.2 DISCUSSÃO.....	107
5 ETAPA 2 - CARACTERÍSTICAS DOS PARTICIPANTES DO TREINAMENTO DE MULTIPLICADORES DO PROGRAMA VAMOS.....	113
5.1 RESULTADOS.....	113
5.1.1 Perfil dos participantes.....	114
5.1.2 Expectativa inicial dos participantes em relação ao treinamento	120
5.1.3 Associação do perfil com a aprovação no treinamento	123
5.2 DISCUSSÃO.....	131
6 ETAPA 2 - NÍVEL DE REAÇÃO DOS PARTICIPANTES AO TREINAMENTO DE MULTIPLICADORES DO PROGRAMA VAMOS.....	137
6.1 RESULTADOS.....	137
6.1.1 Reação dos participantes às sessões	137
6.1.2 Reação dos participantes ao treinamento	157
6.1.3 Percepção de aquisição de conhecimento e habilidades, satisfação com o treinamento	167
6.2 DISCUSSÃO.....	173
7 ETAPA 2 - NÍVEL DE APRENDIZAGEM DOS PARTICIPANTES DO TREINAMENTO DE MULTIPLICADORES DO PROGRAMA VAMOS.....	181
7.1 RESULTADOS.....	181
7.2 DISCUSSÃO.....	189
8 CONSIDERAÇÕES FINAIS	195
8.1 CONCLUSÕES	195
8.2 LIMITAÇÕES E CONTRIBUIÇÕES DESSA PESQUISA.....	198
8.3 SUGESTÕES PARA O TREINAMENTO E PARA PESQUISAS FUTURAS.....	199
REFERÊNCIAS	203
APÊNDICE	217
Apêndice 1: Instrumento 1.....	217
Apêndice 2: Termo de Consentimento destinado aos participantes do Estudo 1.....	234
Apêndice 3: Instrumento 2 – Questionário Pré Treinamento...	237

Apêndice 4: Instrumento 3 – Questionário Durante Treinamento	259
Apêndice 5: Instrumento 4 – Questionário Pós Treinamento..	264
Apêndice 6: Estudo Piloto.....	288
Apêndice 7: Carta convite	296
Apêndice 8: Termo de Consentimento destinado aos participantes da etapa 2 da pesquisa	297
ANEXOS.....	300
Anexo 1: Carta do Ministério da Saúde solicitando a utilização do banco com os dados dos inscritos do curso Academia da Saúde.....	300
Anexo 2: Carta do Ministério da Saúde autorizando a utilização do banco com os dados dos inscritos do curso Academia da Saúde.....	302
Anexo 3: Aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa	304

1 INTRODUÇÃO

1.1 CONTEXTUALIZAÇÃO DO PROBLEMA E JUSTIFICATIVA

As Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) representam a principal causa de mortes em todo o mundo, matando mais pessoas que todas as outras causas combinadas (WHO, 2011). No Brasil, as DCNT constituem um grave problema de saúde e correspondem a 72% das causas de morte no país, atingindo fortemente a população mais pobre (BRASIL, 2011).

A inatividade física está fortemente relacionada ao aumento do risco para o desenvolvimento de DCNT, como cardiopatias, diabetes tipo 2, câncer de mama e de cólon (LEE et al., 2012). Estudo realizado por Lee et al. (2012) estimou que, se a inatividade física mundial fosse reduzida em 10%, mais de 533.000 mortes seriam evitadas por ano; se reduzida em 25%, o número de mortes evitadas passaria de 1 milhão por ano. Além disso, segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS) (WHO, 2011), pessoas que são insuficientemente ativas têm 20 a 30% mais chance de morrer por qualquer causa que as fisicamente ativas.

No Brasil, segundo dados do inquérito, realizado pelo Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (VIGITEL) no ano de 2014 (BRASIL, 2015), 49% da população adulta (≥ 18 anos) das capitais dos Estados brasileiros e do Distrito Federal são insuficientemente ativas. Para ganhos de saúde, a OMS recomenda que todo adulto e idoso faça 150 minutos de atividade física moderada/vigorosa por semana (WHO, 2011).

Outro importante fator de risco para o desenvolvimento de DCNT está no alto consumo de sal e gorduras e o baixo consumo de frutas e hortaliças. O consumo adequado de frutas e legumes reduz o risco do desenvolvimento de doenças cardiovasculares, câncer de estômago e colo retal (WHO, 2011). Por outro lado, o consumo elevado de sal é um potencial determinante de pressão arterial elevada e risco cardiovascular e o alto consumo de gorduras saturadas e trans está ligado às doenças cardíacas (WHO, 2011).

Diante desse quadro, a OMS (WHO, 2011) convoca todos os seus Estados membros para a promoção de um estilo de vida saudável à toda população. No Brasil, o Ministério da Saúde tem

proposto importantes ações e políticas, voltadas ao controle e prevenção das DCNT, como a Política Nacional de Promoção à Saúde (PNPS), aprovada no ano de 2006 (BRASIL, 2006) e redefinida em 2014 (BRASIL, 2014a). Já na primeira versão da PNPS, documentos e orientações foram elaborados com vistas à objetivação dos temas definidos, como o Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das DCNT (2011), a Política de Alimentação e Nutrição (2011), o Programa Academia da Saúde (2011) e o Guia Alimentar para a População Brasileira (2014).

Além dos documentos elaborados, várias ações com investimento público vêm sendo desenvolvidas no sentido de operacionalização das políticas propostas e consequente mudança no cenário nacional (MALTA et al., 2014; AMORIM et al., 2013). Porém, estudos objetivando avaliar o alcance, a efetividade e a manutenção das ações, voltadas para a prática de Atividade Física (AF) e Alimentação Saudável (AS), em nível comunitário no Brasil, precisam ser realizados com vistas à consolidação e ampliação dessas ações.

Atentos à necessidade de ações comunitárias que visem mudanças no estilo de vida da população e que também caminhe ao lado das atuais políticas e estratégias de combate aos baixos índices de atividade física e a alimentação inadequada dos brasileiros, pesquisadores da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), em parceria com pesquisadores de duas universidades norte americanas - a University of Illinois at Urbana-Champaign e a VirginiaTech - e da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG), vêm estudando e desenvolvendo um programa de mudança de comportamento - Vida Ativa Melhorando a Saúde (VAMOS).

O VAMOS é um programa de promoção à saúde que motiva as pessoas a seguirem um estilo de vida saudável com relação à atividade física e à alimentação, desenvolvido com base no programa “Active Living Every Day” (ALED) (BENEDETTI et al., 2012).

O ALED é um programa comunitário de mudança de comportamento que tem como objetivo o aumento do nível de atividade física. Estudos já evidenciaram sua efetividade para mudança de comportamento (WILCOX et al., 2006; WILCOX et al., 2008; BARUTH; WILCOX, 2011), bem como para a manutenção do novo comportamento (WILCOX et al., 2009).

O Programa VAMOS tem como missão ser a referência nacional em programa de mudança de estilo de vida saudável e sua filosofia é desenvolver atitudes, habilidades e competências para promover a autonomia na escolha de um estilo de vida saudável, relacionado à atividade física e à alimentação saudável, valorizando os contextos culturais.

Para tanto, o Programa tem como base teórica a Teoria Sócio Cognitiva de Bandura (1986, 2011) e está estruturado em 11 encontros teóricos, uma apresentação e um apêndice para que grupos de adultos e idosos adquiram conhecimento e se sintam motivados a efetivarem mudanças duradouras em seu estilo de vida.

Estudos conduzidos nos Estados Unidos por Wilcox et al. (2006) e Wilcox et al. (2008) encontraram aumentos estatisticamente significantes nos níveis totais de AF, também nos níveis de AF moderada e vigorosa em participantes de dois programas de mudança de comportamento, baseados em evidências voltados para AF. O grupo que vem trabalhando no VAMOS identificou nessa proposta um modelo ainda pouco explorado no Brasil, a utilização de técnicas de mudança comportamental na promoção de AF e AS.

No estudo realizado por Benedetti et al. (2012), a análise das falas dos profissionais de saúde e usuários que estiveram envolvidos no programa VAMOS, apontou para a potencialidade do mesmo como uma atividade rotineira da rede de saúde pública, devido sua aplicabilidade e resultados. Os autores chamam atenção para a simplicidade, replicabilidade e custo desse tipo de programa, o que o torna uma boa alternativa para os sistemas públicos de saúde.

Desta forma, entendendo a potencialidade do programa VAMOS como uma estratégia que pode contribuir para a mudança do estilo de vida de adultos brasileiros, o grupo que desenvolveu o VAMOS tem se debruçado na elaboração do treinamento e certificação de seus multiplicadores, objetivando garantir que a implementação do programa seja feita de forma efetiva, mantendo suas propriedades e a qualidade pretendida.

Trata-se de um treinamento realizado via Educação à Distância (EaD), pela plataforma *Moodle* com carga horária de 20 horas, que tem como objetivo capacitar e certificar profissionais da área de saúde que atuarão como multiplicadores do programa VAMOS, em diferentes comunidades/grupos em todo Brasil,

habilitando-os para planejar, organizar, desenvolver e avaliar ações de intervenção, garantindo qualificação para o trabalho e a qualidade dos resultados.

Portanto, delineamos a seguinte questão de pesquisa: o treinamento para capacitação e certificação de multiplicadores do programa VAMOS atende adequadamente à função de formação para aplicação do programa de mudanças comportamentais do estilo de vida, como o aumento do nível de atividade física, adoção e de uma alimentação mais saudável?

Como pesquisadora em formação e agente que promove e sofre constante mudança, fui apresentada ao desafio de caminhar por estradas novas, que por muitos outros já foram abertas e pavimentadas, mas que para mim se constituíram em um processo de desbravamento.

Temas, como saúde pública, educação em saúde, Projeto VAMOS, EaD, *Moodle*, Avaliação de Treinamento, Desenvolvimento e Educação (TD&E), me foram sendo apresentados no caminhar do doutorado e que me fizeram, por vezes abrir caminhos, em outros momentos pude caminhar com tranquilidade, quiçá até tentar alguns trotes.

Neste processo de descobertas e de novas construções, a escolha deste tema vai ao encontro da necessidade do desenvolvimento e disseminação do Programa VAMOS, como importante estratégia de combate à inatividade física e a alimentação inadequada, bem como também atende à Agenda Nacional de Prioridades de Pesquisa em Saúde (BRASIL, 2011a), em especial as subagendas Doenças Não-transmissíveis, Alimentação e Nutrição e Promoção da Saúde.

O processo de avaliação proposto por esta pesquisa está ancorado nos estudos de avaliação de TD&E, tendo como base o modelo de avaliação denominado IMPACT, desenvolvido por ABBAD em 1999.

Os componentes do IMPACT que serão foco dessa avaliação são: características do treinamento com foco nos aspectos estruturais e organizacionais do treinamento; características da clientela, reação que é definida pela percepção dos treinandos sobre diversos aspectos do treinamento; e aprendizagem que é o grau de assimilação e retenção pelos treinandos dos conteúdos do evento de TD&E (BORGES-ANDRADE; ABBAD; MOURÃO, 2012; ALAVARCE, 2014).

1.2 OBJETIVOS

1.2.1 Objetivo Geral

Avaliar o processo do treinamento para a capacitação e certificação de multiplicadores do programa VAMOS.

1.2.2 Objetivos Específicos

- Identificar o nível de adequação dos objetivos e conteúdos do treinamento;
- Investigar o nível de associação entre os dados sociodemográficos, com o nível de aprovação e certificação dos treinandos;
- Avaliar o nível de satisfação dos treinandos quanto aos procedimentos instrucionais, à interface gráfica, ao ambiente de estudo, aos procedimentos de interação e aos resultados do treinamento;
- Verificar, segundo a percepção dos treinandos, a aquisição de conhecimentos e habilidades e a expectativa de implementação do programa VAMOS;
- Verificar o nível de aprendizagem acerca dos conteúdos apresentados aos treinandos;
- Investigar o nível de associação entre a periodicidade, dias e tempo de acesso à plataforma *Moodle*, com a aprovação ou não dos treinandos.

1.3 ESTRUTURAÇÃO E APRESENTAÇÃO DO TRABALHO FINAL

Em atenção à Norma 02/2008 do Programa de Pós-Graduação em Educação Física da Universidade Federal de Santa Catarina, que estabelece as instruções e procedimentos normativos para a elaboração e defesa de dissertações e teses, a presente tese foi elaborada e redigida no formato tradicional (monografia).

No texto que segue, apresentamos no capítulo 2 o referencial teórico. Nele, fazemos um breve histórico dos debates e políticas sobre promoção de saúde, mostramos algumas pesquisas sobre programas de mudança de comportamento, expomos o Programa VAMOS e o Treinamento para

Multiplicadores e encerramos o capítulo, tratando das bases da avaliação de TD&E

Na sequência, descrevemos a metodologia adotada para a realização da pesquisa, apresentando o espaço, o tempo, os participantes envolvidos, os instrumentos e métodos de coleta, tratamento e análise dos dados das duas etapas desenvolvidas.

Nosso objetivo do quarto capítulo foi apresentar os resultados e realizar a discussão da etapa 1 da pesquisa que versou sobre a avaliação da adequação dos objetivos e conteúdos do treinamento por especialistas. Apresentamos também as sugestões e observações feitas pelos participantes para a melhoria dos textos, imagens e procedimentos instrucionais.

Nos quinto, sexto e sétimo capítulos, mostramos os dados e as discussões que buscaram atender aos objetivos da etapa 2 da pesquisa. Organizamos estes capítulos, tendo como base os componentes avaliados conforme adaptação que fizemos do IMPACT, ou seja, no capítulo 5, apresentamos os dados das características dos treinandos (informações sociodemográficas, funcionais e de acesso a tecnologias da informação), as análises de associação dessas variáveis com a aprovação no treinamento e as expectativas dos participantes com curso.

No capítulo 6, apontamos os dados e a discussão das medidas de reação (escalas de reação) que avaliaram a satisfação dos participantes com os procedimentos instrucionais, a interface gráfica e os resultados por sessão individualmente e no conjunto do treinamento, as medidas de reação ao ambiente de estudo e processos de interação dos treinandos, no conjunto do treinamento e também expomos as falas da percepção de competências adquiridas e os registros de sugestões e observações, acerca das sessões e do conjunto do treinamento.

No sétimo capítulo, indicamos e discutimos os resultados da medida de aprendizagem (pré e pós testes), tanto por questão, como por média dos treinandos. Fazemos ainda uma análise de associação de alguns dados do perfil de acesso ao *Moodle* à nota de aprovação ou não no treinamento.

No oitavo e último capítulo, tecemos as considerações finais, acerca do estudo e buscamos costurar as análises dos diversos elementos do processo de avaliação do treinamento, bem como salientamos o que consideramos como contribuições e limitações do presente trabalho e alinhavamos possibilidades de novos estudos na temática.

Além desses conteúdos, o texto ainda contém as referências presentes no desenvolvimento da pesquisa, apêndices e anexos.

1.4 DEFINIÇÃO DE TEMAS

MULTIPLICADOR - Se refere à pessoa com nível superior, capacitada e certificada, responsável por conduzir o Programa VAMOS por meio de orientações de mudança de comportamento e por exercer uma estratégia educativa para resolver os problemas referentes ao programa.

CAPACITAÇÃO - Atividade sistemática, planejada, processo de preparação para atuar em função específica, dar autonomia e autoconfiança para realização de tarefa, alcançar objetivos, criar, solucionar problemas.

CERTIFICAÇÃO - Emissão de documento formal que comprova a condição de aprovados na capacitação/treinamento.

EDUCAÇÃO À DISTÂNCIA - Modalidade de educação efetivada através do intenso uso de tecnologias de informação e comunicação, onde professores e alunos estão separados fisicamente no espaço e/ou no tempo, podendo ou não apresentar momentos presenciais.

MOODLE - O Moodle (*Modular Object Oriented Dynamic Learning Environment*) é um ambiente virtual de aprendizagem baseado em Sistema Open de Gerenciamento de Cursos – *Course Management System* (CMS), desenvolvido de forma colaborativa por designers e programadores, baseado em uma concepção socioconstrutivista.

REAÇÃO - Percepção dos treinandos sobre a programação, apoio ao desenvolvimento do treinamento, aplicabilidade, resultados, expectativa de suporte organizacional, desempenho do instrutor (BORGES-ANDRADE; ABBAD; MOURÃO, 2012; ALAVARCE, 2014).

APRENDIZAGEM - Grau de assimilação e retenção pelos treinandos dos conteúdos do evento de TD&E (conhecimentos, técnicas, habilidades), medido ao final do curso através de provas ou testes (BORGES-ANDRADE; ABBAD; MOURÃO, 2012; ALAVARCE, 2014).

2. REVISÃO DE LITERATURA

2.1 PROMOÇÃO DE SAÚDE

As discussões acerca da promoção de saúde são relativamente novas, sendo definida pela OMS, no ano de 1986, durante a Primeira Conferência Internacional sobre Promoção de Saúde, na cidade de Ottawa, como:

Processo de capacitação da comunidade para atuar na melhoria de sua qualidade de vida e saúde, incluindo uma maior participação no controle deste processo. Para atingir um estado de completo bem-estar físico, mental e social os indivíduos e grupos devem saber identificar aspirações, satisfazer necessidades e modificar favoravelmente o meio ambiente (Carta de Ottawa copilado por BRASIL, 2002, p. 19).

Esta Conferência se constitui como um marco de referência na promoção de saúde e deixou claro a importância da interrelação existente entre os conceitos de atenção primária de saúde, promoção da saúde e cidades saudáveis e o entendimento da saúde como um recurso para a vida, e não como objetivo de viver. Ou seja, uma dimensão da qualidade de vida, da possibilidade de um indivíduo ou grupo ser capaz de realizar suas aspirações e satisfazer suas necessidades no tempo em que lida e modifica o meio em que vive (RIBEIRO, 2015; BUSS et al., 2000).

Ainda nessa Conferência, foram estabelecidas cinco estratégias de ação: políticas públicas saudáveis (ações do Estado); ambientes favoráveis à saúde (através de parcerias intersetoriais); ação comunitária (reforço da ação comunitária); desenvolvimento de habilidades pessoais (ações individuais); e reorientação do sistema de saúde (ações do sistema de saúde) que deveriam ser adotadas para alcançar os objetivos de promoção de saúde comunitária e individual (BUSS et al., 2000).

As bases para a discussão sobre a promoção de saúde partem do entendimento da saúde como “o estado do mais completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de enfermidade” e do reconhecimento do direito de todos

à saúde e da obrigação do Estado na sua promoção e proteção (SCLAR, 2007).

Alguns anos antes da Conferência de Ottawa, a OMS realizou a Conferência Internacional sobre os Cuidados Primários em Saúde, na cidade de Alma-Ata, no ano de 1978 e nela reconheceu a saúde como ponto central do desenvolvimento humano e trouxe a promoção de saúde como objetivo a ser perseguido pelas nações, fixando o objetivo de que, no ano 2000, toda a população do planeta deveria alcançar um nível de saúde que conduzisse a uma vida social e economicamente produtiva (RIBEIRO, 2015).

A Declaração de Alma-Ata traz que:

A promoção e proteção da saúde dos povos é essencial para o contínuo desenvolvimento econômico e social e contribui para a melhor qualidade de vida e para a paz mundial, sendo direito e dever dos povos participar individual e coletivamente no planejamento e na execução de seus cuidados de saúde (Declaração de Alma-Ata copilado por BRASIL, 2002, p. 33).

A OMS realizou outros eventos mundiais e regionais subsequentes (Adelaide, 1988; Sundsvall, 1991; Bogotá 1992; Port of Spain, 1993; Jacarta, 1997; México 1999; Bangkok, 2005; Nairobi, 2009 e Helsínquia, 2013), nos quais foram agregando novos elementos às ações internacionais e atualizando o conceito de promoção de saúde, tais como:

A responsabilidade internacional que prevê que os países mais desenvolvidos assegurem que suas próprias políticas resultem em impactos positivos sobre a saúde das nações em desenvolvimento;

A ênfase em políticas relativas à saúde da mulher, à alimentação e nutrição, ao controle do tabaco e do álcool e à criação de ambientes favoráveis;

A procura de equidade, visando superar a pobreza e lograr um desenvolvimento sustentável, com o pagamento da dívida

humana e ambiental acumulada pelos países industrializados;

O respeito à biodiversidade, tendo em vista a interdependência entre os seres vivos e as necessidades de futuras gerações, com especial referência aos povos indígenas e sua possível contribuição ambiental;

A ampliação dos determinantes da saúde, com a consideração de fatores transnacionais, a integração da economia global, os mercados financeiros e o acesso aos meios de comunicação;

A promoção da responsabilidade social com o “empoderamento” da população e aumento da capacidade da comunidade para atuar nesse campo;

A definição de espaços/ambientes para a atuação no processo de promoção da saúde (escolas, ambientes de trabalho, etc.) e o intercâmbio de informações sobre a efetividade de estratégias nos diferentes ambientes/territórios;

O impulso à cultura da saúde, modificando valores, crenças, atitudes e relações que permitam a produção e utilização de ambientes saudáveis;

A convocação e mobilização de um grande compromisso social para assumir a vontade política de fazer da saúde uma prioridade;

A construção de alianças e coordenação, especialmente com os meios de comunicação que desempenham importante papel por seu considerável poder e prestígio na formulação de políticas e programas que influem na saúde da população (BRASIL, 2002, p. 15-16).

No Brasil, acompanhando os movimentos mundiais, o processo de discussão sobre promoção de saúde remota à década de 70 do século passado com o surgimento do movimento sanitário, das produções científicas voltadas para a crítica à assistência médico-hospitalar e dos primeiros projetos de atenção primária/medicina comunitária (BUSS et al., 2000; BUSS; CARVALHO, 2009).

No ano de 1986, mesmo ano da Primeira Conferência Internacional Sobre Promoção da Saúde em Ottawa, acontece no Brasil a VIII Conferência Nacional de Saúde que envolveu grande participação de profissionais, gestores e cidadãos e que propôs as bases da chamada “reforma sanitária brasileira” (BUSS; CARVALHO, 2009) e aprova o conceito de saúde como “resultante, dentre outras, de condições de alimentação, moradia, educação, lazer, transporte e emprego, e das formas de organização social e produção” (BRASIL, 1987).

Dois anos depois, o texto da Constituição Federal Brasileira, promulgado pela Assembleia Nacional Constituinte, reconhece a saúde como um direito social (BRASIL, 1988, Artigo 6) e traz os princípios e diretrizes próximos aos conceitos centrais da promoção de saúde, que vão nortear o Sistema Único de Saúde (SUS) e colaboram para o desenvolvimento da dignidade dos cidadãos:

Art. 196. A saúde é direito de todos e dever do Estado, garantido mediante políticas sociais e econômicas que visem à redução do risco de doença e de outros agravos e ao acesso universal e igualitário às ações e serviços para sua promoção, proteção e recuperação (BRASIL, 1988).

É importante ressaltar que as discussões acerca das políticas e ações, no âmbito da saúde no cenário brasileiro naquela década, foram fortemente influenciadas pela participação social na preparação da VIII Conferência Nacional de Saúde e forte protagonismo político do “movimento sanitário” nas discussões da Constituição Federal (BUSS et al., 2000).

A década seguinte é marcada pela implantação e sistematização de ações e políticas para efetivação da proposta do sistema de saúde brasileiro. Em 1990, foi aprovada a Lei Orgânica de Saúde (Lei 8.080) que dispõe sobre as condições para a promoção, proteção e recuperação da saúde, a organização e funcionamento dos serviços de saúde e a Lei 8.142 que dispõe sobre a participação da comunidade na gestão do SUS e sobre as transferências intergovernamentais de recursos financeiros na área da saúde.

O SUS então é criado e começa a ser implementado e organizado em todo país, tendo como princípios fundamentais: a universalidade caracterizada pela garantia de acesso a todos os serviços de saúde pública; a equidade que diz respeito à diminuição das desigualdades onde todos terão as mesmas condições de acesso aos diversos níveis e à complexidade do sistema de saúde; a integralidade que se refere ao conjunto articulado de ações de promoção da saúde, prevenção de riscos e agravos e assistência aos doentes numa atuação intersetorial (TEIXEIRA, 2011).

Além dos princípios finalistas apontados acima, o SUS ainda tem como princípios organizacionais a descentralização, com direção única em cada esfera do governo; o atendimento integral, com prioridade para as atividades preventivas, sem prejuízo dos serviços assistenciais; e a participação da comunidade nos processos de formulação, avaliação e controle das políticas de saúde (BRASIL, 1988).

Marco importante para a promoção de saúde no Brasil foi a implantação do Programa de Saúde Família, no ano de 1997, com objetivo de:

Contribuir para a reorientação do modelo assistencial a partir da atenção básica, em conformidade com os princípios do Sistema Único de Saúde, imprimindo uma nova dinâmica de atuação nas unidades básicas de saúde, com definição de responsabilidades entre os serviços de saúde e a população (BRASIL, 1997).

Ações seguintes reconhecem e institucionalizam a Promoção de Saúde como promissor modelo de atenção à saúde, a exemplo da formalização do projeto “Promoção da Saúde, um novo modelo de atenção”, em cooperação com o Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento (PNUD), nos anos de 1998 e 1999; o lançamento da revista *Promoção da Saúde*, entre 1999 e 2002; e publicação das Cartas da Promoção da Saúde (BUSS; CARVALHO, 2009).

Em 2006, foi publicada a Política Nacional de Promoção de Saúde, redefinida em 2014 (BRASIL, 2014a) que tem como objetivo:

Promover a equidade e a melhoria das condições e modos de viver, ampliando a potencialidade da saúde individual e da saúde coletiva, reduzindo vulnerabilidades e riscos à saúde decorrentes dos determinantes sociais, econômicos, políticos, culturais e ambientais (BRASIL, 2014a).

Na PNPS, estão definidos oito temas prioritários dos quais a alimentação adequada e saudável, práticas corporais e atividades físicas fazem parte. Partindo da primeira versão da PNPS, documentos e orientações foram elaborados com vistas à objetivação dos temas definidos, como o Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (2011), a Política de Alimentação e Nutrição (2011), o Programa Academia da Saúde (2011) e o Guia Alimentar para a População Brasileira (2014).

No ano de 2008, outra importante política foi implementada na saúde pública brasileira, a criação dos Núcleos de Atenção à Saúde da Família (NASF). Com o objetivo de apoiar a consolidação da atenção básica, o NASF se configura como equipes multiprofissionais que atuam de forma integrada e incluem a possibilidade de contratação do profissional de educação física para atuar no sistema de saúde (BRASIL, 2008).

No âmbito da OMS, as discussões acerca da promoção de saúde que permearam o início do século XXI, se referiram à prevenção e controle das DCNT. Tais discussões foram motivadas pelas mudanças no perfil de morbimortalidade ocasionadas pelo desenvolvimento de vacinas e medicamentos capazes de controlar e curar as doenças transmissíveis, melhores condições sanitárias, rápida urbanização, crescimento da indústria e comércio e envelhecimento populacional, elevando as DCNT como as principais causas de morte em todo mundo na atualidade (WHO, 2011, 2014).

A OMS (WHO, 2014) aponta as DCNT como responsáveis por 38 milhões de mortes no mundo em 2012, o que corresponde a 68% de todas as mortes ocorridas naquele ano (56 milhões), mais de 40% (16 milhões) foram mortes de pessoas com idade inferior a 70 anos.

A alta incidência das DCNT e seu representativo impacto, nos índices de morbimortalidade em todo mundo (WHO, 2014),

bem como no Brasil (BRASIL, 2011b), têm representado um alto custo humano, social e econômico, levando organizações e governos a criação e efetivação de políticas e ações de prevenção e controle dessas doenças.

Diante desse quadro, a OMS vem convocando todos os seus Estados membros para o enfrentamento dos altos índices de DCNT. Em 2013, a LXVI Assembleia Mundial da Saúde adotou uma metodologia de monitorização com 25 indicadores e nove metas voluntárias globais para o ano de 2025 e também endossou o conjunto de ações organizadas em torno da OMS para a prevenção e controle de DCNT presentes no *Global action plan for the prevention and control of noncommunicable diseases 2013-2020* (WHO, 2014). As nove metas voluntárias globais são:

META 1 - Redução relativa da mortalidade geral por doenças cardiovasculares, câncer, diabetes ou pelas doenças respiratórias crônicas em 25%.

META 2 - Redução relativa do uso nocivo do álcool em pelo menos 10%, conforme o caso, no contexto nacional.

META 3 - Redução relativa da prevalência de atividade física insuficiente em 10%.

META 4 - Redução relativa da média populacional de ingestão de sal ou sódio em 30%.

META 5 - Redução relativa da prevalência do consumo atual de tabaco em 30%, em pessoas com 15 anos ou mais.

META 6 - Redução relativa de 25% na prevalência de hipertensão, ou contenção da prevalência de hipertensão, dependendo das circunstâncias do país.

META 7 – Impedir o aumento da diabetes e da obesidade.

META 8 - Tratamento farmacológico e aconselhamento (incluindo o controle glicêmico) de pelo menos 50% das pessoas que o necessitam para prevenir ataques cardíacos e acidentes cerebrovasculares.

META 9 - 80% de disponibilidade de tecnologias básicas e medicamentos essenciais, incluídos os genéricos,

necessários para tratar as principais DCNT, acessíveis em centros públicos e privados (WHO, 2014).

Como podemos observar, a promoção de saúde é hoje uma temática recorrente e necessária na prevenção e controle das doenças, mas também na busca da capacitação dos indivíduos e coletividade, para atuarem na sua qualidade de vida. Todos esses marcos legais, documentos, projetos, ações e estratégias só se farão efetivos se atuarem diretamente na vida da população, se corresponderem à melhoria da qualidade de vida de todos e refletirem nos espaços e tempos de todos e de cada um.

2.1.1 Educação em saúde na promoção da saúde

A saúde e a doença são processos relacionados com as características de cada sociedade e as condições de saúde de cada grupo da população estão relacionadas com as condições de vida e os processos que as mantêm ou transformam (BUSS, 2002). Assim, as ações de promoção de saúde devem estar vinculadas à realidade e às necessidades dos indivíduos e das comunidades nas quais estão inseridas.

As ações de promoção da saúde podem acontecer em duas esferas: no desenvolvimento de ações, estratégias, políticas estruturais e coletivas, como melhorias das condições de vida, garantia de emprego, renda suficiente para garantir as condições básicas de sobrevivência, moradia, água potável, esgotamento sanitário, educação e acesso a bens culturais, ambiente saudável, desenvolvimento sustentável, qualidade do ar, destino e tratamento do lixo, eficientes sistemas de transporte, acesso a oportunidades e ambientes de lazer, e ambientes seguros e protegidos (BUSS, 2002); como também através de atividades dirigidas para a mudança de comportamento dos indivíduos e para o autocuidado que normalmente são focadas na mudança dos estilos de vida passíveis de serem mudados e no desenvolvimento de novas habilidades que, de alguma forma, estão sobre o controle dos próprios indivíduos (BUSS, 2002).

A Carta de Ottawa trata o desenvolvimento de habilidades pessoais como importante ação de promoção à saúde, através da divulgação de informação, educação em saúde e intensificação das habilidades vitais:

Com isso, aumentam as opções disponíveis para que as populações possam exercer maior controle sobre sua própria saúde e sobre o meio ambiente, bem como fazer opções que conduzam a uma saúde melhor. É essencial capacitar as pessoas para aprender durante toda a vida, preparando-as para as diversas fases da existência, o que inclui o enfrentamento das doenças crônicas e causas externas. Esta tarefa deve ser realizada nas escolas, nos lares, nos locais de trabalho e em outros espaços comunitários. As ações devem ser realizadas por intermédio de organizações educacionais, profissionais, comerciais e voluntárias, e pelas instituições governamentais (BRASIL, 2002, p. 24).

No processo do desenvolvimento das habilidades pessoais, a educação em saúde desponta como importante ação na promoção da saúde. Definida pela OMS como “uma combinação de ações e experiências de aprendizado planejado com o intuito de habilitar as pessoas a obterem controle sobre fatores determinantes e comportamentos de saúde” (WHO, 1998, tradução nossa), a educação em saúde vai além de comunicar informações, também é responsável por fomentar motivação, aptidões e confiança para implementação das mudanças para melhorar a saúde (WHO, 1998).

Assim, se constitui em uma importante fração das atividades voltadas à promoção de saúde, com objetivos e públicos específicos, a educação em saúde pode ser desenvolvida tanto nas unidades de saúde, como escolas, locais de trabalho e outros espaços coletivos e pode ser realizada de várias maneiras, individualmente, em grupo, face a face ou através de diferentes tipos de mídias. As escolhas vão depender dos objetivos da ação, características da população e dos contextos em que irão acontecer.

Muitos são os programas e intervenções que vêm sendo realizados como estratégias de educação em saúde no manejo e desenvolvimento do autocuidado, como na prevenção de doenças cardiovasculares, na educação para a diabetes tipo 2, para a asma em crianças, educação alimentar para pré-escolar, entre outros (RIBEIRO, 2015).

2.2 PROGRAMAS E INTERVENÇÕES PARA MUDANÇAS DE COMPORTAMENTO EM ATIVIDADE FÍSICA E ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Alguns hábitos que compõe o estilo de vida das pessoas, como o uso de tabaco, álcool em excesso, alto consumo de sal e sódio e baixos níveis de atividade física, estão fortemente associados às altas taxas de prevalência das DCNT (WHO, 2013, 2014). Dentre as metas do *Global action plan for the prevention and control of noncommunicable diseases 2013-2020*, quatro se referem especificamente a mudanças comportamentais: redução do uso nocivo do álcool em pelo menos 10%; redução da prevalência de atividade física insuficiente em 10%; redução de 30% da ingestão de sal ou sódio; e redução do consumo de tabaco entre pessoas com 15 anos ou mais em 30% (WHO, 2014).

As metas traçadas pela OMS estão baseadas em fortes evidências sobre os benefícios da prática regular de AF para a saúde e a relação entre a inatividade física e o aumento do risco no desenvolvimento DCNT como cardiopatias, diabetes tipo 2 e câncer de mama e de cólon que estão bem estabelecidos (LEE et al., 2012; WHO, 2011, 2014; BRASIL, 2011b).

Estudo realizado por Lee et al. (2012) mapeou o quanto as DCNT poderiam ser evitadas e o ganho de expectativa de vida, caso as pessoas inativas se tornassem ativas. Seus resultados demonstraram que, no ano de 2008, a inatividade física causou 6% das coronariopatias, 7% do diabetes tipo 2, 10% dos casos de câncer de mama e de cólon, 9% das mortes prematuras. Estimou-se que, eliminando a inatividade física, a expectativa de vida da população mundial aumentaria em 0.68 anos.

No Brasil, segundo dados da Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (VIGITEL), realizada no ano de 2014 (BRASIL, 2015), 49,4% da população adulta (≥ 18 anos) das capitais dos Estados brasileiros e Distrito Federal não alcançaram um nível suficiente de atividades físicas. Isso significa que aproximadamente 50% da população estudada não atendem às recomendações de atividade física (AF) para a saúde da OMS e têm o risco aumentado para o desenvolvimento de DCNT.

Realizar 150 minutos de AF moderada por semana (ou equivalente) reduz em 30% o risco de ter isquemia do miocárdio,

em 27% o risco de desenvolver diabetes tipo 2 e em 21-25% o risco de desenvolver câncer de mama ou cólon. Além disso a AF reduz o risco de acidente vascular cerebral, hipertensão e depressão (WHO, 2010, 2014).

Outro hábito que também impacta nos índices das DCNT é a alimentação com alto consumo de sal/sódio. Grande parte da população mundial está consumindo uma quantidade de sal muito superior ao recomendado pela OMS, que é de menos de 5 gramas/dia (WHO, 2010, 2014). O excesso no consumo de sódio está associado ao aumento do risco de hipertensão e doenças cardiovasculares e estima-se que o excesso de ingestão de sódio foi responsável por 1,7 milhões de mortes no mundo ano de 2010 (WHO, 2014).

Estudo realizado por Sarno et al. (2013) concluiu que o consumo de sódio no Brasil mantém-se em níveis acima da recomendação máxima para esse nutriente. Os dados do VIGITEL 2014 nos mostram que, no conjunto da população brasileira estudada, 15,5% avaliaram seu consumo de sal como alto ou muito alto (BRASIL, 2015).

Além do consumo de sal/sódio, outros hábitos de alimentação que impactam na prevalência das DCNT são o baixo consumo de frutas, legumes e verduras e o alto consumo de gorduras. Dados do VIGITEL 2014 (BRASIL, 2015) apontam para uma baixa frequência (24,1%) no consumo de frutas e hortaliças, nas quantidades recomendadas pela OMS e um alto consumo de carnes com excesso de gordura (29,4%) e de leite com o teor integral de gordura (52,9%) entre a população brasileira estudada.

O consumo adequado de frutas e legumes reduz o risco do desenvolvimento de doenças cardiovasculares, câncer de estômago e câncer colo retal e o alto consumo de gorduras saturadas e trans está ligado às doenças cardíacas (WHO, 2011).

Na perspectiva da educação em saúde, de proporcionar aos indivíduos as experiências de aprendizagem e reflexão sobre suas condições e possibilidades de melhorias na saúde, a realização de programas que objetivam a mudança dos comportamentos de risco da população, pode gerar grandes benefícios individuais e coletivos no enfrentamento das DCNT e melhoria da qualidade de vida.

Na revisão sistemática realizada por Eakin et al. (2007), foram revisados 26 estudos com intervenções para mudança de comportamento para a atividade física e hábitos alimentares, cujo

telefone foi o principal método de entrega da intervenção. Foram incluídas, no estudo, 16 intervenções com atividade física, seis com hábitos alimentares e quatro com ambos comportamentos. Desses estudos, 20 relataram significativa melhorias comportamentais. Os resultados positivos foram relatados por 69% dos estudos com atividade física, por 83% dos estudos de comportamento alimentar, e por 75% dos estudos que abordaram ambos comportamentos (EAKIN et al., 2007).

Goode, Reeves e Eakin (2012) realizaram uma atualização da revisão sobre estudos com intervenções para mudança de comportamento em atividade física e hábitos alimentares cuja entrega se davam pelo menos 50% pelo telefone. Foram encontrados 27 estudos sobre 25 diferentes intervenções, sendo 16 para a atividade física, dois para hábitos alimentares e sete para intervenções combinadas. Vinte estudos encontraram evidências de mudança de comportamento logo após a realização das intervenções (GOODE; REEVES; EAKIN, 2012).

Meta-análise realizada com o objetivo de avaliar a eficácia de intervenções com adultos que utilizavam técnicas comportamentais e, ou cognitivas para o aumento dos níveis de atividade física e mudanças para uma alimentação mais saudável, concluiu que intervenções que combinaram automonitoramento com ao menos uma outra técnica derivada da teoria, foram significativamente mais efetivas (MICHIE et al., 2009).

Outro estudo importante que concluiu pela eficácia das intervenções de base comunitárias para aumento dos níveis de atividade física, principalmente as que utilizavam o aconselhamento presencial individual ou coletivo, foi a revisão sistemática realizada por Bock, Jarczok e Litaker (2014). Nesta revisão, foram identificados 55 estudos com intervenções de duração média de 1 ano e que envolviam sessões de exercícios/caminhada, aconselhamento, campanhas públicas e intervenções por *e-mail*, *internet* e telefone (BOCK; JARCZOK; LITAKER, 2014).

Como podemos observar, há indícios de que as intervenções que objetivam a mudança de comportamento para promoção de hábitos saudáveis para atividade física e alimentação podem ser eficazes. As quatro revisões aqui apresentadas apontam resultados positivos aos objetivos das intervenções, mas também apontam para a necessidade de

estudos mais robustos e bem conduzidos para comprovar tal eficácia.

Estudos conduzidos por Wilcox et al. (2006, 2008) avaliaram a efetividade de dois programas de mudança de comportamento para atividade física em contexto comunitário. Os programas foram o *Active Choice*, uma intervenção com duração de seis meses via telefone com um encontro presencial, e o *Active Living Every Day* (ALED), um programa de 12 a 20 semanas com encontros semanais em grupo. Os dados do primeiro ano mostraram aumento nos níveis de atividade física (WILCOX et al., 2006) e, em estudo posterior, (WILCOX et al., 2008) ficou evidenciado que, após 4 anos, os efeitos positivos das intervenções sobre a atividade física ainda se mantinham.

Promover a mudança de comportamento para hábitos saudáveis por meio de programas de intervenção tem se mostrado um caminho promissor para a saúde pública. No Brasil, algumas ações têm sido realizadas, objetivando o aumento da atividade física na população. No estudo de Malta et al. (2014), constatou-se que entre 2006 e 2010, o Governo Federal repassou cerca de R\$ 171 milhões às Secretarias Estaduais e, aproximadamente, à 1.500 Secretarias Municipais de Saúde de todas as regiões do país, para projetos de promoção da saúde, selecionados via editais públicos. Nestes, cerca de 70% das ações eram de promoção da atividade física, muitas vezes articulando com os outros eixos da PNPS.

Estas ações foram descritas por Amorim et al. (2013) e constatou-se uma grande variedade em todo o território nacional. As ações classificadas como de comunicação, educação e informação foram as mais frequentes e os idosos, a população alvo mais reportada. Dentre as atividades mais oferecidas, estão a caminhada orientada e as aulas de ginástica e as principais dificuldades para o funcionamento dos programas, citadas pelos entrevistados, foram a falta de estrutura e de pessoal, além da burocracia com as exigências formais e demora para utilização dos recursos.

Outros estudos ainda precisam ser realizados, objetivando avaliar o alcance, a efetividade e a manutenção das ações, voltadas para a prática de AF em nível comunitário no Brasil, bem como pesquisas que respondam questões sobre aderência e permanências das pessoas nas intervenções. Monteiro e Silva (2014) realizaram um estudo e concluíram que o tempo de

permanência dos participantes em um determinado programa comunitário de atividade física foi em média de 16 ± 7.9 meses e apenas 0,08% permaneceu durante todo o período do estudo, que foi de 26,5 meses.

2.2.1 Programa Vida Ativa Melhorando a Saúde (VAMOS)

O VAMOS é um programa de promoção de saúde, voltado para a população adulta e idosa, desenvolvido com base teórica na Teoria Sócio Cognitiva de Bandura (1986, 2008) e que tem como objetivo motivar as pessoas a adotarem um estilo de vida saudável com relação à atividade física e à alimentação, efetivando mudanças duradouras em seu estilo de vida.

A Teoria Social Cognitiva adota a perspectiva da agência humana para o autodesenvolvimento, a adaptação e a mudança. Ser agente significa influenciar o próprio funcionamento, enraizado em sistemas sociais, e as circunstâncias de vida de modo intencional, operando dentro de uma ampla rede de influências socioestruturais, nas quais, para efetivar as transações agênticas, as pessoas criam sistemas sociais para organizar, guiar e regular as atividades humanas (BANDURA, 2011).

Assim, os indivíduos são concebidos como autoorganizados, proativos, autorreflexivos e autorregulados, tendo o pensamento humano e a ação humana como produtos de uma interrelação dinâmica entre influências pessoais, comportamentais e ambientais. É o chamado determinismo recíproco, ou seja, as pessoas interpretam os resultados de seu próprio comportamento, informam e alteram os seus ambientes e os fatores pessoais que possuem, os quais, por sua vez, informam e alteram o comportamento futuro (BANDURA, 2011).

A natureza recíproca dos determinantes do funcionamento humano na teoria social cognitiva possibilita que as intervenções terapêuticas sejam direcionadas para fatores pessoais, ambientais ou comportamentais. Por exemplo, as estratégias usadas para aumentar o bem-estar podem ser voltadas para aperfeiçoar os processos emocionais, cognitivos ou motivacionais que formam as bases dos fatores pessoais do indivíduo. Ou podem ser voltadas para melhorar

capacidades e habilidades comportamentais ou ainda para alterar as condições sociais em que as pessoas vivem e trabalham (PAJARES e OLAZ, 2011, p. 98).

Assim, o ser humano é capaz de exercer um papel ativo em sua própria história. Isso é possível devido a quatro principais capacidades humanas: a simbolização que permite a representação e interpretação das próprias experiências e desempenhos, atribuindo significado individual aos mesmos, pelos quais são efetivas a comunicação e a transmissão de conhecimentos; o pensamento antecipatório que possibilita transcender o presente imediato e regular o comportamento atual em direção a objetivos e metas, por antecipação das prováveis consequências das ações futuras; a autorregulação que oferece condições de monitoramento, avaliação e controle pelo indivíduo de seu próprio comportamento, em direção aos objetivos pessoais; e a autorreflexão que permite aos indivíduos analisarem suas experiências e processos de pensamento, bem como organizarem suas autopercepções (BANDURA; AZZI; POLYDORO, 2011).

O VAMOS foi baseado no programa norte-americano *Active Living Every Day* (BLAIR et al., 2001), que foi traduzido e adaptado culturalmente à realidade brasileira. A primeira versão do Programa foi oferecida no ano de 2012¹ à população idosa de dois centros de saúde da cidade de Florianópolis, e era voltada apenas às mudanças em atividade física.

Para a condução do programa duas profissionais de educação física do NASF receberam um treinamento de 16 horas com a equipe de pesquisa do VAMOS/UFSC. Elas realizaram o treinamento e prova de certificação para facilitadores do ALED. Durante todo o processo as profissionais receberam suporte da coordenação do VAMOS que já estava certificada pela Human Kinetics® (BORGES, 2014).

Os primeiros dados dos estudos realizados sobre o VAMOS apontaram uma boa aceitação do programa por parte da população idosa e para a viabilidade e interesse de gestores e

¹ Esta oferta foi parte de um projeto de pesquisa no qual foram envolvidos mais dois centros de saúde onde foram ofertados grupos de exercício tradicional e dois centros de saúde com grupos controle.

profissionais da saúde pública, em oferecer o VAMOS à comunidade, como uma atividade de rotina. Entretanto, foram sugeridas mudanças para que o programa abarcasse também o tema da alimentação e outras faixas etárias, bem como foi apontada a necessidade de outras adaptações para melhor atender à população das diversas regiões brasileiras (BENEDETTI et al., 2012).

O estudo realizado por Borges (2014), que objetivou analisar as barreiras e os facilitadores organizacionais para implantação do VAMOS no SUS, concluiu que as principais barreiras para a implantação do programa estavam relacionadas a aspectos da organização do trabalho como a sobrecarga de atividades e o desconhecimento da proposta, enquanto os facilitadores se relacionaram ao interesse e envolvimento da Estratégia da Saúde da Família (ESF) no desenvolvimento da ação, e pelo potencial do Programa para se tornar uma estratégia que faça parte da Atenção Básica à Saúde.

Após a primeira oferta do programa, o VAMOS passou por diversas modificações como a inclusão da temática da alimentação adequada e saudável e outras adaptações de conteúdo, linguagem, imagens e fotos.

O programa foi novamente ofertado no ano de 2014 à população adulta e idosa de dois centros de saúde também da cidade de Florianópolis² tendo como multiplicadora umas das profissionais de educação física do NASF que já havia sido treinada.

O estudo realizado por Tonozaki (2016) com dados das duas primeiras ofertas do programa VAMOS mapeou melhorias pessoais como a aprendizagem em relação as questões físicas, psicológicas e socialização percebidos pelos participantes.

Antunes (2015), realizou um estudo cujo objetivo foi analisar a influência do programa VAMOS na autoeficácia para atividade física de adultos e idosos na segunda oferta do programa. Com base nos dados e análise realizadas o autor concluiu que a percepção de autoeficácia para atividade física foi positivamente influenciada após a intervenção do programa VAMOS.

Outro estudo envolvendo o programa VAMOS foi desenvolvido por Gerage (2016) que objetivou avaliar a eficácia

² Parte do projeto de pesquisa com o envolvimento de mais um centro de saúde que atuou como grupo controle.

do Programa VAMOS sobre variáveis comportamentais e de risco cardiovascular em pacientes hipertensos e concluiu que o VAMOS foi capaz de promover importantes benefícios quanto aos hábitos alimentares, à qualidade de vida, à pressão arterial e à reatividade microvascular em pacientes hipertensos. Para a realização desse estudo o programa foi ofertado pela pesquisadora, que recebeu treinamento similar aos profissionais do NASF.

Meurer (2016) realizou estudo com o VAMOS, cujo objetivo foi avaliá-lo como estratégia de promoção de AF e de alimentação adequada e saudável no Programa Academia da Saúde no município de Belo Horizonte/MG. O estudo identificou efetividade da estratégia VAMOS, no aumento do tempo médio diário de AF moderada-vigorosa dos participantes, da proporção de usuários que relataram consumo regular de legumes e verduras crus, e na redução do percentual daqueles que ingeriam regularmente temperos industrializados. A exemplo do estudo anterior, a pesquisadora recebeu treinamento e atuou como multiplicadora do VAMOS.

A versão atual do programa VAMOS está estruturado em 12 encontros assim distribuídos:

Quadro 1 - Encontros do Programa VAMOS

ENCONTRO	TEMA	OBJETIVO
Introdução	Introdução	Conhecer o Programa, o material didático e a família VAMOS.
1	VAMOS preparar?	Refletir sobre mudanças de hábitos bem-sucedidas, já realizadas; Aprender os conceitos de atividades físicas, exercícios físicos e alimentação saudável; Identificar a disponibilidade para a mudança; Discutir e refletir sobre os benefícios de uma vida saudável.

ENCONTRO	TEMA	OBJETIVO
2	VAMOS saber mais sobre alimentação saudável?	<p>Refletir sobre a alimentação habitual atual;</p> <p>Receber informações sobre o que é uma alimentação saudável;</p> <p>Discutir sobre diferentes formas para tornar a alimentação mais saudável;</p> <p>Refletir sobre a importância de modificar alimentos e sua preparação;</p> <p>Receber instrução na elaboração inicial de um plano para mudar a alimentação;</p> <p>Receber orientação sobre a importância e como fazer o automonitoramento da alimentação.</p>
3	VAMOS decidir e praticar?	<p>Refletir sobre como otimizar o tempo e incluir atividades físicas na rotina do dia-a-dia;</p> <p>Conhecer o que são atividades leves, moderadas e vigorosas;</p> <p>Elaborar um plano inicial para a prática da atividade física;</p> <p>Aprender o automonitoramento da atividade física realizada;</p> <p>Aprender a reconhecer obstáculos que atrapalham os planos.</p>
4	VAMOS superar desafios?	<p>Refletir sobre obstáculos usuais e a aprender a identificar quais as barreiras para uma alimentação saudável e uma vida mais ativa;</p> <p>Refletir sobre a solução dos problemas que podem dificultar a mudança de comportamento.</p>

ENCONTRO	TEMA	OBJETIVO
5	VAMOS estabelecer metas?	<p>Recapitular os conceitos de diferentes intensidades de atividades físicas e o que é uma alimentação saudável;</p> <p>Aprender a monitorar o tempo gastos em atividades físicas moderadas ou vigorosas e a qualidade da alimentação;</p> <p>Pensar em mensagens positivas que estimulem as mudanças saudáveis.</p>
6	VAMOS reunir apoio e ir passo a passo?	<p>Identificar as principais fontes de apoio para as mudanças;</p> <p>Revisar o plano de atividade física;</p> <p>Aprender a usar o contador de passos.</p>
7	VAMOS ganhar confiança e revisar os objetivos?	<p>Discutir e refletir sobre o progresso que cada um experimentou até então;</p> <p>Reestabelecer metas em relação à alimentação;</p> <p>Ganhar confiança em suas ações;</p> <p>Substituir as mensagens negativas por positivas;</p> <p>Aprender técnicas de alongamento e sobre a importância do mesmo para a saúde.</p>
8	VAMOS enfrentar os obstáculos?	<p>Discutir sobre o reconhecimento e identificação dos obstáculos que podem atrapalhar a adoção de um estilo de vida mais ativo e de uma alimentação saudável;</p> <p>Aprender a se planejar para situações de alto risco;</p> <p>Conhecer a importância de adicionar atividades de fortalecimento muscular na rotina diária;</p> <p>Conhecer a importância de adicionar a culinária em suas vidas.</p>

ENCONTRO	TEMA	OBJETIVO
9	VAMOS desfazer o estresse?	<p>Aprender sobre os riscos do estresse;</p> <p>Identificar situações de estresse;</p> <p>Explorar técnicas para reduzir o estresse;</p> <p>Discutir e refletir sobre formas de administrar o tempo.</p>
10	VAMOS encontrar novas oportunidades para ter uma vida saudável?	<p>Identificar novas formas e diferentes opções de atividade física e de alimentação saudável na comunidade;</p> <p>Aprender a adicionar atividade física extra e novos alimentos na rotina;</p> <p>Saber a importância de fazer escolhas saudáveis por muito tempo;</p> <p>Aprender a estar atento e preparado para as situações de risco que podem desviar das metas traçadas.</p>
11	VAMOS realizar mudanças duradouras?	<p>Comemorar as realizações alcançadas;</p> <p>Estar motivado a procurar, sempre que necessário, experimentar novas atividades e alimentos para renovar o ânimo;</p> <p>Refletir sobre as estratégias que funcionam com cada um;</p> <p>Discutir e refletir sobre formas de solucionar problemas que estão passando ou que podem aparecer no caminho;</p> <p>Fazer um compromisso com si próprio quanto à manutenção dos novos comportamentos relacionados a atividade física e alimentação saudável.</p>

Fonte: Benedetti et al. (2014).

Em cada encontro, os participantes recebem um livreto com os temas que serão trabalhados e com as atividades a serem realizadas durante a semana. Além dos livretos dos encontros, há também um apêndice com uma coletânea de informações

complementares, cópias de formulários e sugestões de exercícios de alongamentos e fortalecimento muscular.

2.3 TREINAMENTO PARA MULTIPLICADORES DO VAMOS

Para garantir uma maior efetividade do programa VAMOS e buscando a qualidade na realização das ações e efetivas mudanças no comportamento da população, bem como a disseminação e consequente ampliação do alcance do programa, um treinamento para seus multiplicadores foi criado e está sendo implementado.

O treinamento para capacitação e certificação dos multiplicadores do VAMOS foi construído para ser realizado via EaD, ambientado na Plataforma *Moodle*, com metodologia de auto-instrução, que se caracteriza pela disponibilização do material instrucional, pelo trabalho individual, unilateral, ou seja, sem a mediação de um professor ou tutor (ALMEIDA, 2003).

A escolha pela oferta do treinamento na modalidade EaD se deu pela possibilidade de ampliar o alcance, permitindo o acesso ao curso em todo território nacional. A Figura 1 apresenta a imagem de uma das telas do treinamento.

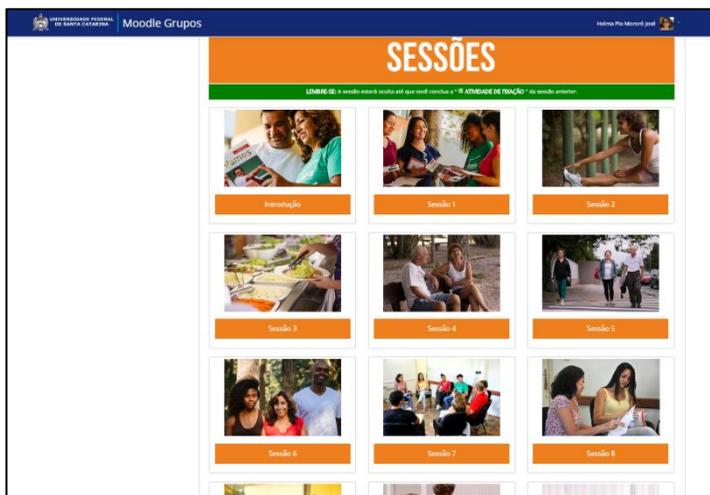


Figura 1 - Página do Treinamento para Multiplicadores do Programa VAMOS

Fonte: Treinamento para Multiplicadores do Programa VAMOS (<https://grupos.moodle.ufsc.br>).

Composto por 12 sessões e carga horária total de 20 horas, o treinamento tem como objetivo capacitar e certificar profissionais da área de saúde que atuarão como multiplicadores do Programa VAMOS em diferentes comunidades/grupos em todo Brasil, habilitando-os a planejar, organizar, desenvolver e avaliar ações da intervenção, garantindo qualificação para o trabalho e a qualidade dos resultados. O Quadro 2 apresenta temas, objetivos e conteúdos das sessões do treinamento.

Podem realizar o treinamento profissionais da área de saúde com nível superior. Para a certificação, é necessária a aprovação, com nota mínima de oito, em uma avaliação a ser realizada ao final do treinamento. A certificação tem validade de dois anos, findo esse período, nova avaliação deverá ser feita, e caso o treinamento tenha mudado, também será feito um módulo de atualização.

O treinamento é gratuito e oferecido pela Universidade Federal de Santa Catarina, com suporte teórico e técnico do Grupo de Estudo e Pesquisa em Atividade Física para Idosos (GEAFI), coordenado pela Profa. Dra. Tânia R. Bertoldo Benedetti.

Quadro 2 - Sessões do Treinamento para Multiplicadores do Programa VAMOS

SESSÕES	TEMA	OBJETIVOS
Introdução	Introdução	Compreender o processo de treinamento, os requisitos e os passos para se tornar um multiplicador do Programa VAMOS.
1	O que é o PROGRAMA VAMOS	Aprender sobre a missão e a filosofia do Programa VAMOS e compreender como a aplicação desses conceitos ajuda as pessoas a mudarem seu comportamento.
2	O que é Atividade Física e Exercício Físico?	Entender os conceitos de Atividade Física e Atividade Física para a Saúde e de Exercício Físico. Conhecer as principais diretrizes para AFS, conforme tipo, duração, intensidade e frequência. Conhecer as evidências científicas dessas diretrizes.

SESSÕES	TEMA	OBJETIVOS
3	Conceito e diretrizes de uma alimentação adequada e saudável	Dominar os conceitos de Alimentação Adequada e Saudável e Conhecer as evidências científicas e as principais diretrizes para Alimentação Saudável.
4	Embasamento teórico do Programa VAMOS	Conhecer a Teoria Sócio Cognitiva e identificar os constructos que fazem parte dela e porque ela é importante para ajudar as pessoas a mudarem seu comportamento.
5	Princípios e estilos de aprendizagem	Identificar os princípios da aprendizagem de adultos e idosos e como eles podem ser eficazes na aprendizagem para promover mudanças de comportamento duradouras.
6	Tipos de comportamentos nos grupos	Conhecer e identificar os tipos de participantes no Programa VAMOS e aprender a conduzi-los nos encontros da melhor forma possível mantendo a harmonia do grupo.
7	Estrutura dos encontros do Programa VAMOS	Conhecer a dinâmica dos encontros do Programa VAMOS e como planejá-los e organizá-los.
8	Avaliação	Reconhecer a importância do processo de avaliação e saber como e quando realizá-la.
9	Adaptações no Programa VAMOS	Entender as possibilidades de adaptações ao Programa VAMOS.
10	Estratégias de motivação e manutenção do grupo	Conhecer e saber identificar as estratégias de manutenção da frequência, motivação e interesse do grupo pelo Programa.
11	Vamos entender os fatores estressantes?	Saber o que é o estresse e como ele acontece. Identificar quais são os estágios do estresse e os principais agentes estressores. Dominar algumas estratégias para enfrentamento do estresse.

SESSÕES	TEMA	OBJETIVOS
12	Os Encontros do Programa VAMOS	Conhecer os objetivos e pontos-chaves presentes nos materiais de cada encontro do Programa VAMOS. Conhecer a sequência adotada no material e o que será transmitido nos encontros.

Fonte: Grupo de Pesquisa do Programa VAMOS.

2.4 AVALIAÇÃO DE TREINAMENTO, DESENVOLVIMENTO E EDUCAÇÃO PROFISSIONAL

Treinamento, Desenvolvimento e Educação (TD&E) são conceitos desenvolvidos e amplamente utilizados nas áreas de Administração e de Psicologia Organizacional e do Trabalho, e que se constituem em importantes ações de qualificação de pessoal, para desempenhar papéis nas organizações, por meio da aquisição de habilidades motoras ou intelectuais; do acesso a informações e no desenvolvimento de estratégias cognitivas e atitudinais (BORGES-ANDRADE, 2002).

Neste contexto, Treinamento (T) é compreendido como “um esforço despendido pelas organizações para propiciar oportunidades de aprendizagem aos seus integrantes” (BORGES-ANDRADE, 2002, p. 32), realizado de forma sistematizada e está tradicionalmente relacionado a identificar e superar deficiências no desempenho de empregados, preparar empregados para novas funções e adaptar a mão de obra à introdução de novas tecnologias no trabalho. Já, Desenvolvimento (D) tem uma definição mais abrangente, incluindo ações organizacionais que visam estimular o crescimento pessoal, não necessariamente para a melhoria do desempenho de suas funções atuais ou futuras, e está mais relacionado a autogestão da aprendizagem (BORGES-ANDRADE, 2002).

Educação (E) se refere ao esforço na formação do cidadão para a vida, não se constituindo uma responsabilidade das organizações empregadoras (PILATI, 2011). Entretanto, devido às rápidas e profundas mudanças, ocorridas no âmbito tecnológico, econômico e social que atualmente caracterizam o mundo do trabalho e das organizações, as barreiras entre as definições acima estão cada vez mais tênues e os conceitos se fundem, visto

que tanto a forma quanto a intencionalidade de realização das ações de TD&E podem ter sentidos e significados diferentes para as diversas categorias ocupacionais dentro da organização, e estes diversos sentidos e significados coexistirem de forma harmoniosa no mesmo espaço de tempo e lugar. Por exemplo:

Um treinamento cuidadosamente formulado, para resolver problemas específicos de desempenho, de um indivíduo ou uma categoria ocupacional (*treinamento*), pode ser visto, por outros indivíduos ou categorias, como uma oportunidade de desenvolvimento que garantiria melhor empregabilidade no mercado interno ou externo à organização (*desenvolvimento*) (BORGES-ANDRADE, 2002, p. 32).

Na operacionalização de TD&E, três elementos se fazem essenciais e atuam de forma interligada, mantendo um fluxo constante de informações e produtos: a avaliação de necessidades; o planejamento do treinamento e sua execução; e a avaliação do treinamento (BORGES-ANDRADE, 2002). A principal função da avaliação de treinamento é manter o provimento de informações que garanta a constante retroalimentação e aperfeiçoamento desse sistema. Assim, pode ser definida como “um processo que inclui sempre algum tipo de coleta de dados usados para se emitir um juízo de valor a respeito de um treinamento, ou um conjunto de treinamentos” (BORGES-ANDRADE, 2002, p. 32).

Em 1959, Donald Kirkpatrick (1996) desenvolveu uma metodologia de avaliação de eventos e programas de TD&E com quatro níveis: reação, aprendizagem, comportamento e resultados.

Nível 1 - reação: avalia a percepção e satisfação dos treinandos, acerca dos diversos aspectos do treinamento, ou seja, conteúdos, metodologia, carga horária, tutor (treinador), entre outros. A avaliação de reação pode indicar o quanto o programa foi aceito e obter sugestões e comentários que poderão ser levados em conta em futuros treinamentos. Ela pode ser realizada por questionários fechados ou abertos e entrevistas.

Nível 2 - aprendizagem: avalia a aquisição de novos conhecimentos, habilidades e atitudes e pode ser realizada por

meio de testes de conhecimentos, entrevistas ou observações antes e após o treinamento. A medida de aprendizagem deve estar relacionada aos objetivos do treinamento.

Nível 3 - comportamento: avalia a aplicação do aprendizado no trabalho, mensurado através das mudanças no desempenho por meio de observações, entrevistas e autoavaliação. A medida de comportamento deve envolver os próprios treinandos, colegas de trabalho, supervisores, gerentes e deve ser realizada após um certo tempo da realização do treinamento, para que seja possível que as mudanças ocorram e que sejam perceptivas.

O nível 4 - resultados: avalia o quanto as mudanças no desempenho dos treinandos contribuíram para o negócio ou ambiente organizacional, como redução de custos, aumento da produção e qualidade, diminuição de faltas e absenteísmo, entre outros indicadores que estejam relacionados aos objetivos do treinamento.

No ano de 1978, Hamblin propôs algumas alterações ao modelo de avaliação de Kirkpatrick, ampliando para cinco os níveis de avaliação. Os níveis de 1 a 3 correspondem aos propostos por Kirkpatrick, e os níveis 4 e 5 são um desdobramento do nível 4 do modelo de Kirkpatrick. Sendo o nível 4 - organização: avalia as mudanças que podem ter ocorrido na organização, como decorrência do treinamento. O nível 5 - valor final: avalia as alterações na produção, nos serviços prestados e ou outros benefícios sociais e econômicos, decorrentes do treinamento realizado (BORGES-ANDRADE; ABBAD; MOURÃO, 2012).

Vale observar que os dois primeiros níveis de avaliação, propostos nos modelos de Kirkpatrick e Hamblin, podem gerar resultados imediatos e os outros dois ou três, a depender do modelo, proporcionam efeitos em longo prazo.

Em 1982, Borges-Andrade publicou o Modelo de Avaliação Integrado e Somativo (MAIS) que propõem que outras características e variáveis devem compor o processo de avaliação de TD&E, visto que necessidades de desempenhos, características individuais, procedimentos e processos do Treinamento, ações de disseminação e de apoio à ação são preditoras dos resultados imediatos e efeitos a longo prazo. Desta forma, o MAIS se caracteriza por um modelo de avaliação somativa, por não se deter apenas a avaliar o alcance dos objetivos e verificar os resultados e efeitos, mas por ser um meio

capaz de prever tais resultados e efeitos (BORGES-ANDRADE; ABBAD; MOURÃO, 2012).

O MAIS engloba cinco componentes: insumos, procedimentos, processos, resultados e ambiente.

Insumos – fatores físicos e sociais e estados comportamentais e cognitivos que podem afetar o evento de treinamento ou ainda a seus resultados. Exemplos:

- Nível de escolaridade dos participantes;
- Idade dos participantes;
- Autoeficácia (crença na capacidade de realização das ações com sucesso);
- Cargo que ocupa no trabalho;
- Compromisso com a carreira e com a organização onde trabalha;
- Uso de estratégias de aprendizagem;
- Crenças individuais a respeito do treinamento (cinismo);
- Domínio de competências que são pré-requisitos para o treinamento;
- Motivação para aprender e para transferir para o trabalho;
- Percepção de aplicabilidade do que será aprendido.

Procedimentos – se referem as operações necessárias para facilitar ou produzir a aprendizagem e alcançar os objetivos da ação de treinamento. Exemplos:

- Sequência de ensino dos objetivos;
- Clareza e precisão dos objetivos;
- Adequação das aulas;
- Adequação dos materiais;
- Metodologias ensino e avaliação;
- Discussão de casos e jogos.

Processos – comportamento do aprendiz à medida que os procedimentos são implementados. Exemplos:

- Resultados de testes intermediários ou exercícios práticos;
- Quantidade de tempo dedicada à instrução;
- Relações interpessoais estabelecidas entre aprendizes e entre estes e os instrutores, tutores e coordenadores;
- Motivação desenvolvida durante o evento;
- Quantidade de pessoas que abandonam o evento;

- Registro de atrasos e ausências de participantes.

Resultados – se referem ao desempenho final imediato, decorrente do evento ou programa de TD&E. Correspondem aos dois primeiros níveis dos modelos de Kirkpatrick e Hamblin.

Exemplo:

- Aquisição de conhecimentos, habilidades e atitudes.

Ambiente – Refere-se a todas as condições, atividades e eventos na sociedade, na comunidade, na organização ou na escola. Este componente determina e modifica TD&E e por ele é afetado. O Ambiente é dividido em quatro subcomponentes: Necessidade, Apoio, Disseminação e Resultados em Longo Prazo.

Necessidade: Se refere às lacunas importantes entre desempenhos esperados e realizados e à definição de prioridades para diminuí-las. Exemplos: aquisição de um novo conhecimento, desenvolvimento de uma habilidade ou atitude específica.

Apoio: É o conjunto das variáveis que ocorrem no lar do aprendiz, na organização ou na comunidade e que exerce influência sobre os componentes de insumos, procedimentos e processos. Exemplos: local onde é realizado o treinamento; parcerias inter-organizacionais; formação e experiência dos instrutores; equipamentos e materiais instrucionais; posto de trabalho; incentivo dos superiores; interação com os colegas.

Disseminação – Objetiva adoção bem-sucedida do evento ou programa de TD&E e pode influenciar todos os demais componentes do MAIS. Exemplos: estratégias de divulgação das informações sobre o programa, métodos e fontes de divulgação.

Efeitos em Longo Prazo – são as consequências ambientais, apresentadas na medida do desempenho do programa ou evento, ao tentar alcançar suas metas traçadas, objetivando atender às necessidades previamente levantadas. Exemplos: melhoria na realização de uma tarefa, criação de uma nova área na organização, incremento na produtividade.

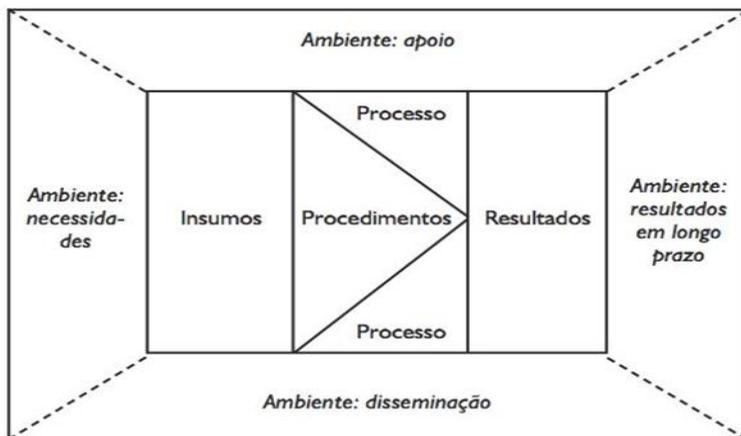


Figura 2 - Modelo de avaliação integrado e somativo – MAIS
 Fonte: Borges-Andrade; Abbad; Mourão (2012).

Outro importante modelo de avaliação de TD&E é o IMPACT (Modelo Integrado de Avaliação do Impacto do Treinamento no Trabalho), desenvolvido por Abbad, no ano 1999, criado para testar a relação que existe entre as variáveis relativas ao indivíduo, ao treinamento, ao contexto, aos resultados imediatos e ao impacto do treinamento no trabalho. Possui sete componentes: suporte organizacional, características do treinamento, características da clientela, reação, aprendizagem, suporte à transferência e impacto do treinamento no trabalho (BORGES-ANDRADE; ABBAD; MOURÃO, 2012; ALAVARCE, 2014).

Suporte organizacional – Multidimensional e busca a percepção do indivíduo sobre a gestão de desempenho, valorização do empregado e apoio gerencial ao treinamento.

Características do treinamento – Avalia aspectos estruturais e organizacionais do treinamento como: tipo e área do curso, conteúdo, carga horária, objetivos propostos, formação e desempenho do instrutor.

Características da clientela – Informações sociodemográficas, funcionais, motivacionais e atitudinais dos treinandos.

Reação – Percepção dos treinandos sobre a programação, apoio ao desenvolvimento do treinamento, aplicabilidade, resultados, expectativa de suporte organizacional, desempenho do instrutor.

Aprendizagem – Grau de assimilação e retenção pelos treinandos dos conteúdos do evento de TD&E (conhecimentos, técnicas, habilidade), medido ao final do curso através de provas ou testes.

Suporte à transferência – Opinião dos participantes a respeito do suporte ambiental no trabalho, ao uso dos novos conteúdos e habilidades adquiridas.

Impacto do treinamento no trabalho – Autoavaliação feita pelo treinando sobre os efeitos a longo prazo, produzidos pelo treinamento em seu desempenho, motivação, autoconfiança e abertura às mudanças no processo de trabalho.

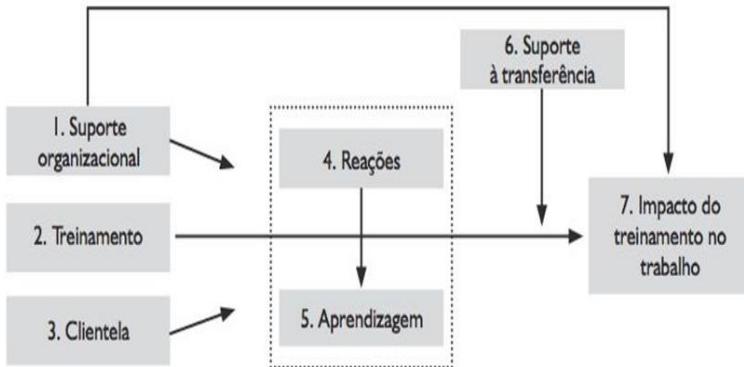


Figura 3 - Modelo de avaliação do impacto do treinamento no trabalho – IMPACT

Fonte: Borges-Andrade; Abbad; Mourão (2012).

Neste estudo, serão avaliados dois componentes do resultado do Treinamento para Multiplicadores do Programa VAMOS: a reação e a aprendizagem. Estes são dois componentes que estão presentes em todos os modelos de avaliação de TD&E aqui apresentados, entretanto, para este estudo, será utilizado como referencial teórico o IMPACT, proposto por Abbad. Tal escolha se justifica por este modelo permitir investigar possíveis relações existentes entre as variáveis relativas ao indivíduo, ao treinamento e aos resultados imediatos (BORGES-ANDRADE; ABBAD; MOURÃO, 2012; ALAVARCE, 2014).

Assim, assume-se reação como o nível de satisfação dos participantes com a programação, o apoio ao desenvolvimento do curso, a aplicabilidade, a utilidade e os resultados do treinamento

e aprendizagem como o grau de assimilação dos conteúdos ensinados no treinamento, medido em termos de escores, obtidos pelo participante em testes ou provas aplicadas no final do curso (ABBAD; GAMA; BORGES-ANDRADE, 2000, p. 26).

2.4.1 Avaliação de TD&E em Educação à Distância (EaD)

A utilização dos recursos de EaD em eventos e programas de TD&E tem crescido significativamente, dadas às possibilidades de acesso por um grupo muito grande de pessoas ao mesmo tempo, ainda que distantes fisicamente, e à redução de custos, sem prejudicar a aquisição de conhecimento (CARVALHO; ABBAD, 2006), democratizando o acesso às oportunidades de treinamento, além de apresentar condições de ensino adequadas para adultos e permitir o desenho de eventos educativos para situações específicas (ABBAD; ZERBINI; SOUZA, 2010).

Para Zerbini e Abbad (2005. p. 3), treinamento à distância pode ser entendido como:

Um conjunto de ações educacionais, sistematicamente planejadas, desenvolvidas na maior parte do tempo no contexto de flexibilidade espacial e temporal entre professor e aluno, de sincronidade e assincronidade, de interação e interatividade e de abertura dos espaços físicos, utilizando-se de meios tecnológicos que facilitam o aperfeiçoamento e a aquisição de conhecimentos, habilidades e atitudes (CHAs) por meio do autogerenciamento da aprendizagem do indivíduo.

Sallorenzo et al. (2004) falam da importância de avaliação dos eventos de TD&E à distância e ressalta que esta modalidade requer alguns cuidados para identificar os fatores que garantem a eficácia dos mesmos, não bastando a utilização dos modelos tradicionais de avaliação de TD&E que enfatizam apenas os resultados. Se faz necessário um processo de avaliação com característica multivariada e somativa que permitam avaliar processo e possíveis relações entre variáveis, incluindo o perfil dos participantes e o suporte institucional à transferência de aprendizagem, por exemplo.

A revisão da produção de conhecimento sobre EaD, no Brasil foi o foco do estudo realizado por Abbad, Zerbini e Souza (2010). Este estudo mostra a necessidade de mais pesquisas na área de educação corporativa, qualificação profissional e avaliação em EaD, bem como sobre o desenho instrucional dos cursos e sua influência na memorização, na aprendizagem e na transferência de aprendizagem.

Dentre alguns dos estudos realizados, o de Carvalho e Abbad (2006) avaliou o curso “Iniciando um Pequeno Negócio”, oferecido pelo SEBRAI (Serviço Brasileiro de Apoio às Micro e Pequenas Empresas) de forma gratuita, em nível nacional, mediado pela *Internet* e material impresso. Para seu estudo, as autoras utilizaram o IMPACT como modelo de avaliação e concluíram que os cursistas que participaram mais nos *chats*, que acessaram mais vezes o ambiente do curso e que consideraram curso mais aplicável e generalizável, tiveram maiores escores de aprendizagem.

Em estudo que objetivou investigar a avaliação de reação ao ensino à distância, baseado na *web*, em ambiente assíncrono entre professor e aluno, Carswell e Venkatesh (2002) coletaram dados de 540 estudantes, utilizando um questionário *on-line* e os resultados apontaram que a percepção positiva da tecnologia estaria associada a melhores resultados na percepção de aprendizagem do aluno, e a intenção de uso posterior da tecnologia.

2.4.2 Avaliação de TD&E na área de saúde

Alguns esforços têm sido feitos para avaliação de eventos de treinamento profissional na área de saúde. Ortrenti (2011) realizou uma revisão integrativa e selecionou 19 artigos publicados entre os anos de janeiro de 2000 a julho de 2010. Em seu estudo, concluiu que até então não era utilizada uma metodologia validada e sistematizada para avaliar processos educativos formais em saúde e que o foco das avaliações foram principalmente o aprendizado dos participantes com pouca atenção aos processos de ensino e ao impacto nas organizações de trabalho.

Santos (2012) realizou a avaliação de satisfação (reação), aprendizagem e impacto do Curso “Introdutório à Estratégia Saúde da Família” em uma instituição filantrópica do Estado de

São Paulo e encontrou dados que demonstraram bons escores de satisfação com o curso, diferença estatística significativa na aprendizagem, comparando os testes pré e pós curso, e associação entre o grau de satisfação e a aprendizagem, entretanto, não houve diferença estatística quanto a autoavaliação de impacto. A pesquisadora concluiu pela importância da realização de mais investigações, acerca de avaliação de programas de treinamento na área da saúde.

No estudo conduzido por Mira et al. (2011), que objetivou analisar as avaliações de aprendizagem relativas a seis treinamentos realizados em dois hospitais, os resultados apontaram para a eficácia dos treinamentos quanto a aprendizagem, mas também demonstraram a necessidade de proposição de uma metodologia de avaliação com critérios, instrumentos e indicadores consistentes.

Pantoja, Lima e Borges-Andrade (2001) realizaram um estudo que objetivou verificar o impacto de treinamento sobre o desempenho de profissionais médicos e paramédicos de uma instituição de saúde da área de reabilitação do aparelho locomotor. Os resultados encontrados evidenciaram o impacto dos cursos sobre o desempenho de 73% dos profissionais treinados e constatou-se que variáveis explicativas, relativas às categorias Características Individuais, Treinamento e Suporte Psicossocial estão significativamente relacionadas ao impacto, com ênfase nos condicionantes psicossociais.

O estudo de Alavarce (2014), realizado com 40 profissionais dos SUS, objetivou avaliar o impacto do treinamento *on-line* “Identificação da Demência em Idosos” e concluiu pelo ganho estatisticamente significativo de aprendizagem, com reflexo positivo no impacto e associação positiva entre reação e a aprendizagem e entre reação e impacto.

O Treinamento para multiplicadores do Programa VAMOS é uma importante estratégia para a disseminação do Programa e, conseqüentemente, de oferta, a um público cada vez maior, de uma ação que objetiva auxiliar os participantes a terem mais autonomia para a escolha de modos saudáveis de vida, estando motivados à prática de atividade física e da alimentação saudável.

A avaliação do presente Treinamento poderá contribuir para um olhar mais aprofundado sobre aspectos organizacionais e de funcionamento, bem como, poderá contribuir para entender as relações estabelecidas entre os profissionais e o Treinamento

através das variáveis de motivação, reação, aprendizagem e expectativa.

3 METODOLOGIA

3.1 CARACTERÍSTICA DA PESQUISA

Trata-se de uma pesquisa de natureza aplicada e de caráter descritivo exploratório que teve como problema investigar se o treinamento para capacitação e certificação de multiplicadores do programa VAMOS desempenha a função de formação para aplicação do programa de mudança de comportamento.

A natureza aplicada desta pesquisa se caracteriza pela intencionalidade de utilização de seus resultados para avaliação e possíveis adequações do programa de treinamento desenvolvido. A interpretação dos dados foi realizada de forma descritiva (MINAYO, 2012).

A presente pesquisa está situada no campo de análise que entende a historicidade do objeto da pesquisa, isto é, o fenômeno aqui estudado, existe em um determinado espaço e tempo e está em constante transformação pelo próprio dinamismo da sociedade em que está inserido. Nesta pesquisa, também buscamos uma síntese explicativa que possibilite realimentar o processo do conhecimento e estimular novas buscas e novas sínteses (PÁDUA, 2008).

A abordagem e tratamento dos dados se deram de forma quantitativa e qualitativa, buscando a complementariedade das informações e a sua triangulação, bem como compreender a dinâmica do processo e não só o seu resultado final.

Por meio da abordagem quantitativa procuramos informações que nos possibilitaram avaliar a qualidade dos objetivos e conteúdos do treinamento, descrever o perfil dos treinandos e a associação das variáveis com o desfecho de aprovação no treinamento, a reação dos participantes à diversos aspectos do treinamento e a medida de aprendizagem.

Com a abordagem qualitativa foi possível diagnosticar pontos positivos e negativos do treinamento, sugestões que podem contribuir na melhoria dos aspectos dos conteúdos, procedimentos instrucionais, navegação e outros. Também foi possível descrever o impacto do treinamento na percepção de ganho de competências de conhecimento e de habilidades dos profissionais treinados.

A triangulação dos dados permitiu visualizar o processo de treinamento em diversos aspectos, e assim, desenhar um quadro

avaliativo que possibilita apontar os ajustes, adequações e adaptações necessários.

A presente pesquisa consta de duas etapas que se complementam e que buscam responder à questão de pesquisa e aos objetivos propostos. Cada etapa tem grupos distintos de participantes, diferentes técnicas e instrumentos para coleta de dados e, diferentes tratamentos dos dados coletados. Contudo, fizemos um esforço no sentido de manter a integralidade da pesquisa procurando, no processo de triangulação dos dados, relações entre as variáveis e caminhos de interpretação do fenômeno estudado.

3.2 CAMPO DE PESQUISA

A presente pesquisa tem como campo a primeira edição do treinamento para certificação de multiplicadores para aplicação do programa VAMOS.

Organizado em 12 sessões mais a introdução, o treinamento foi construído a partir de uma matriz que serviu de esqueleto para a elaboração das sessões e delineou o objetivo geral e os temas, objetivo e conteúdos de cada sessão, pensados como essenciais para a formação de um multiplicador.

A matriz, Quadro 3, foi construída em diversas rodadas de discussão e deliberação pelo grupo de pesquisa que vem trabalhando no programa VAMOS.

Quadro 3 - Matriz para elaboração do treinamento para multiplicadores do programa VAMOS

<p>Objetivo Geral: capacitar e certificar profissionais da área de saúde que atuarão como multiplicadores do programa VAMOS em diferentes comunidades/grupos de todo Brasil, habilitando-os a planejar, organizar, desenvolver e avaliar ações da intervenção, garantindo qualificação para o trabalho e a qualidade dos resultados.</p>			
Sessões	Tema	Objetivos	Conteúdos
Introdução	Aspectos organizacionais e funcionais do treinamento	Compreender o processo de treinamento, os requisitos e os passos para se tornar um multiplicador do programa VAMOS.	O Treinamento de Multiplicadores do Programa VAMOS. Requisitos básicos para ser um multiplicador do programa VAMOS. Dinâmica do treinamento e conteúdos abordados em cada sessão.
I O que é o PROGRAMA VAMOS	Conhecendo o programa VAMOS, missão e filosofia	Aprender sobre a missão e a filosofia do programa VAMOS e compreender como a aplicação desses conceitos ajuda as pessoas a mudarem seu comportamento.	Missão, filosofia e objetivos do programa VAMOS e como funciona a intervenção. Potencialidade de uma intervenção voltada a mudanças de comportamento para ajudar as pessoas.
II O que é Atividade Física e Exercício Físico?	Conceito de atividade física, atividade física para a saúde e exercício físico.	Entender os conceitos de atividade física e atividade física para a saúde e de exercício físico. Conhecer as principais diretrizes para AFS, conforme tipo, duração, intensidade e frequência. Conhecer as evidências científicas dessas diretrizes.	Conceito de atividade física e atividade física para a saúde. Conceito de exercício físico. Diretrizes da atividade física para a saúde.

Objetivo Geral: capacitar e certificar profissionais da área de saúde que atuarão como multiplicadores do programa VAMOS em diferentes comunidades/grupos de todo Brasil, habilitando-os a planejar, organizar, desenvolver e avaliar ações da intervenção, garantindo qualificação para o trabalho e a qualidade dos resultados.

Sessões	Tema	Objetivos	Conteúdos
III Conceito e diretrizes de uma alimentação adequada e saudável	Conceitos de alimentação adequada e saudável e as diretrizes para alimentação saudável.	Dominar os conceitos de alimentação adequada e saudável e conhecer as evidências científicas e as principais diretrizes para alimentação saudável.	Conceito de alimentação adequada e saudável. Diretrizes para alimentação saudável. Guia alimentar para a população brasileira.
IV Embasamento teórico do Programa VAMOS	Teoria sócio cognitiva	Conhecer a teoria sócio cognitiva e identificar os constructos que fazem parte dela e porque ela é importante para ajudar as pessoas a mudarem seu comportamento.	Teoria sócio cognitiva e como seus constructos auxiliam a compreender e promover a mudança e manutenção de comportamentos.
V Princípios e estilos de aprendizagem	Princípios e estilos de aprendizagem.	Identificar os princípios da aprendizagem de adultos e idosos e como eles podem ser eficazes na aprendizagem para promover mudanças de comportamento duradouras.	Princípios e estilos de aprendizagem com adultos. Características de aprendizagem dos participantes e estas interferem na condução dos encontros do programa VAMOS.

Objetivo Geral: capacitar e certificar profissionais da área de saúde que atuarão como multiplicadores do programa VAMOS em diferentes comunidades/grupos de todo Brasil, habilitando-os a planejar, organizar, desenvolver e avaliar ações da intervenção, garantindo qualificação para o trabalho e a qualidade dos resultados.			
Sessões	Tema	Objetivos	Conteúdos
VI Tipos de comportamentos nos grupos	Tipos de comportamentos nos grupos	Conhecer e identificar os tipos de participantes no programa VAMOS e aprender a conduzi-los nos encontros da melhor forma possível mantendo a harmonia do grupo.	Estilos de comportamento dos participantes no grupo e como isso interfere na condução dos encontros do programa VAMOS no processo de aprendizagem.
VII Estrutura dos encontros do Programa VAMOS	Estrutura dos encontros do programa VAMOS	Conhecer a dinâmica dos encontros do programa VAMOS e como planejá-los e organizá-los.	Estrutura e funcionamento dos encontros do programa VAMOS.
VIII Avaliação	Avaliação	Reconhecer a importância do processo de avaliação e saber como e quando realizá-la.	Processo de avaliação no programa VAMOS e como conduzi-la durante todas as etapas do programa.
IX Adaptações no Programa VAMOS	Possíveis adaptações no programa VAMOS.	Entender as possibilidades de adaptações ao programa VAMOS.	Adaptações possíveis no programa VAMOS.

Objetivo Geral: capacitar e certificar profissionais da área de saúde que atuarão como multiplicadores do programa VAMOS em diferentes comunidades/grupos de todo Brasil, habilitando-os a planejar, organizar, desenvolver e avaliar ações da intervenção, garantindo qualificação para o trabalho e a qualidade dos resultados.			
Sessões	Tema	Objetivos	Conteúdos
X Estratégias de motivação e manutenção do grupo	Estratégias de motivação e manutenção do grupo.	Conhecer e saber identificar as estratégias de manutenção da frequência, motivação e interesse do grupo pelo programa.	Estratégias de manutenção da motivação do grupo evitando a evasão.
XI Vamos entender os fatores estressantes?	Fatores Estressantes	Saber o que é o estresse e como ele acontece. Identificar quais são os estágios do estresse e os principais agentes estressores. Dominar algumas estratégias para enfrentamento do estresse.	Conceito de estresse, seus estágios e principais agentes estressores. Estratégias para o enfrentamento do estresse.
XII Os Encontros do Programa VAMOS	Os encontros do programa VAMOS	Conhecer os objetivos e pontos-chaves presentes nos materiais de cada encontro do programa VAMOS. Conhecer a sequência adotada no material e o que será transmitido nos encontros.	Conteúdo dos livretos do programa VAMOS.

Fonte: Grupo de pesquisa e trabalho do Programa VAMOS.

O treinamento foi ofertado na modalidade de EaD, ambientado na plataforma do *Moodle* e hospedado no domínio da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC). Não existe a figura do tutor no treinamento e as interações pessoais estão previstas nos fóruns e por mensagem. Ressaltamos que os fóruns não são previstos como procedimento de aprendizagem, mas para divulgação de notícias e outras comunicações.

As sessões do treinamento foram programadas para seguir uma sequência obrigatória de ações. As atividades foram programadas para serem liberadas à medida em que os requisitos obrigatórios da atividade anterior fossem cumpridos. Para que a sessão posterior fosse liberada, foi obrigatória a conclusão da atividade de fixação da sessão anterior, caso contrário a sessão continuava oculta para o treinando. Para realizar a avaliação de certificação de multiplicador do programa VAMOS, era necessário ter concluído as atividades de fixação de todas as 12 sessões.

A avaliação para certificação foi composta por 50 questões, apresentadas na plataforma *Moodle*, de forma aleatória para cada treinando, a partir de um banco de 70 questões. O tempo máximo de resposta era de uma hora, passado esse tempo, não era mais possível registrar respostas nem navegar entre as questões. A nota mínima para aprovação era de 8,0.

3.3 DESENHO METODOLÓGICO

3.3.1 Etapa 1

A etapa 1 da pesquisa objetivou identificar o nível de adequação dos objetivos e conteúdos do treinamento. Nesta etapa, também recolhemos dados que nos possibilitaram a realização de alguns ajustes no treinamento por meio das sugestões e observações, feitas pelos participantes.

a) Participantes (Especialistas)

Os participantes da etapa 1 foram seis especialistas na área de programas para mudança de comportamento em atividade física e alimentação que atenderam aos seguintes critérios:

- Título de doutor ou mestre;

- Atuar na área de programas de mudança de comportamento;
- Vinculados a universidades ou outras instituições de pesquisa;
- Habilidade de leitura e de interpretação em língua portuguesa.

b) Instrumentos

Para atender aos objetivos dessa etapa, elaboramos um questionário (Instrumento 1 – Apêndice 1), a partir da matriz de planejamento e construção do treinamento (Quadro 3). Este questionário foi dividido em 13 partes (introdução e as 12 sessões do treinamento). Em cada uma das partes, haviam questões sobre os objetivos e os conteúdos das sessões.

Nas questões que versavam sobre os objetivos da sessão, estes foram apresentados e, em seguida, foi avaliada sua adequação ao objetivo geral do treinamento, utilizando uma escala tipo *Likert* com as opções: nada adequado, pouco adequado, adequado e muito adequado. A questão seguinte era aberta na qual era solicitado o registro de sugestões e observações sobre os objetivos.

As questões sobre os conteúdos apresentavam os temas de cada conteúdo previsto e perguntávamos se eles estavam presentes no texto do treinamento. Em seguida, os conteúdos foram avaliados quanto ao seu grau de adequação, aos objetivos específicos da sessão, aqui também, utilizando a escala tipo *Likert*, com as opções: nada adequado, pouco adequado, adequado e muito adequado. A última questão era aberta para que os participantes registrassem observações e sugestões sobre os conteúdos que achassem pertinentes e que poderiam contribuir para a melhoria do treinamento.

O instrumento 1 foi submetido aos participantes do nosso grupo de pesquisa para avaliação e sugestões. As sugestões encaminhadas pelo grupo foram apreciadas e incorporadas. Após efetuadas as mudanças, o instrumento foi novamente encaminhado a todos os membros do programa VAMOS, para nova avaliação. A segunda rodada de avaliação foi realizada em reunião e todas as sugestões incorporadas foram aprovadas pelos presentes.

O grupo de pesquisa envolvido com o programa VAMOS é liderado pela Profa. Dra. Tânia Rosane Bertoldo Benedetti e no momento da elaboração dos instrumentos era composto por dois docentes do Departamento de Educação Física da UFSC, cinco alunos de doutorado, quatro de mestrado e dois da graduação que se reuniam semanalmente para discussão e estudos sobre o programa.

c) Coleta de dados

Doze especialistas foram contatados via *e-mail* para participarem da etapa 1 da pesquisa e, por decisão arbitrária devido ao tempo, estipulou-se o número mínimo de seis retornos positivos para encerramento da coleta. O prazo de retorno dos questionários foi em um primeiro momento de 30 dias e, posteriormente, ampliado para 60 dias, visto que não tivemos o retorno do número mínimo estipulado no prazo inicial.

Após o retorno dos especialistas aceitando participar da pesquisa, foi encaminhado a todos o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE – Apêndice 2), o instrumento 1 em formato *Word®*, *login* e senha para acesso ao *Moodle Grupos*, além das instruções de acesso ao treinamento e preenchimento dos questionários.

Os participantes devolveram os TCLE devidamente assinados e, durante os 60 dias em que tiveram acesso ao treinamento, foram realizados vários contatos via *e-mail*, para sanar as dúvidas sobre o preenchimento do questionário e, ou resolver questões de problemas de acesso ao treinamento.

Para responder aos questionários, os especialistas acessaram e leram todo material do treinamento (introdução e 12 sessões).

Durante um período de aproximadamente 4 meses, foram realizadas as alterações de ajuste no conteúdo, correções de português, correções de tabelas e figuras, entre outras, que foram sugeridas pelos participantes da etapa 1 (especialistas). Também foram feitas as configurações no *Moodle*, para adequá-lo às especificidades da coleta de dados da etapa 2.

3.3.2 Etapa 2

A etapa 2 da pesquisa pode ser caracterizada por um estudo quase-experimental de delineamento único, no qual foram realizados um pré-teste, um tratamento (treinamento) e um pós-teste no que se refere à avaliação do nível de conhecimento e habilidades dos participantes. Esta etapa atendeu aos seguintes objetivos:

- Investigar o nível de associação entre os dados sociodemográficos, com a explicação da aprovação e certificação dos treinandos;
- Avaliar o nível de satisfação dos treinandos quanto aos procedimentos instrucionais, à interface gráfica, ao ambiente de estudo, aos procedimentos de interação e aos resultados do treinamento;
- Verificar, segundo a percepção dos treinandos, a aquisição de conhecimentos e habilidades e a expectativa de implementação do programa VAMOS;
- Verificar o nível de aprendizagem acerca dos conteúdos apresentados aos treinandos;
- Investigar o nível de associação entre a periodicidade, dias e tempo de acesso à plataforma *Moodle*, com a aprovação ou não dos treinandos.

A Figura 4 apresenta os grupos de variáveis observadas na etapa 2 da pesquisa, tendo como base o modelo de avaliação de treinamento denominado IMPACT, desenvolvido por Abbad (1999).

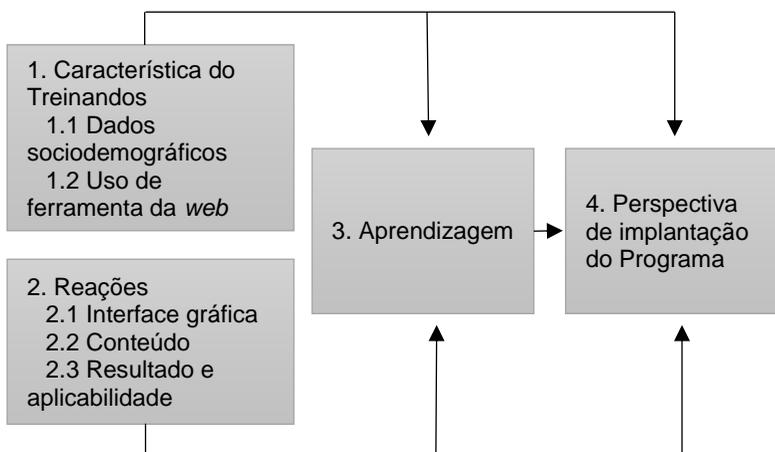


Figura 4 - Modelo de avaliação do presente estudo baseado no IMPACT (BORGES-ANDRADE; ABBAD; MOURÃO, 2012).

Fonte: Elaboração própria

Ainda, durante a etapa 2, foram coletados dados secundários, gerados pela plataforma *Moodle* com informações sobre dias e horários dos acessos dos participantes, bem como as páginas visualizadas e ações efetivadas. Também foram coletados os dados referentes às notas da avaliação para certificação.

Antes da etapa 2 da pesquisa, realizamos um estudo piloto com profissionais de Educação Física que atuavam nos centros de saúde da cidade de Florianópolis. O estudo objetivou testar o funcionamento do treinamento na plataforma *Moodle*, testar o preenchimento dos instrumentos 2, 3 e 4 (Apêndices 3, 4, e 5 respectivamente) e realizar uma pré-avaliação de conteúdos e apresentação das sessões do treinamento (informações e dados no apêndice 6).

As observações e sugestões feitas pelos participantes do estudo piloto também foram utilizadas para correções, ajustes no texto, imagens e navegação do treinamento.

Ainda foram feitos testes pela equipe de pesquisa e mais dois voluntários, simulando todo o processo de criação do cadastro no sistema de pessoas da UFSC, inscrição no treinamento pelo sistema de inscrições, acesso ao *Moodle* Grupos da UFSC e preenchimento dos questionários. Estas simulações

foram realizadas para testar o funcionamento dos aspectos de navegabilidade e das trilhas de aprendizagem.

a) Participantes (treinandos)

Os participantes da etapa 2 da pesquisa foram profissionais de nível superior da área da saúde que foram convidados a fazer parte do estudo, a partir da lista com 2.725 contatos, composta pelos inscritos para o Curso de Aperfeiçoamento em Política Nacional de Promoção da Saúde: Programa Academia da Saúde, realizado pelo Ministério da Saúde (MS) junto à Universidade Federal de Santa Catarina. Além desse, participaram outros profissionais também da área de saúde que solicitaram inscrição, independente do convite.

Para o acesso aos contatos dos inscritos no supracitado curso, foi encaminhada correspondência ao MS, apresentando o Programa VAMOS e explicando o funcionamento do treinamento e da pesquisa (Anexo 1). Os contatos foram liberados pelo Ministério (Anexo 2) com o compromisso, por parte dos pesquisadores, de não efetuarem nenhum tipo de cadastro prévio, em nenhum tipo de plataforma ou sistema e também a não divulgação ou utilização dos mesmos para outros fins.

A escolha por usar a referida lista se deu por conveniência, visto que havia representantes de todas as regiões geográficas brasileiras e por serem profissionais ou gestores de saúde que atuavam no SUS. Além disso, como eram profissionais e gestores que se inscreveram para realizar o Curso de Aperfeiçoamento em Política Nacional de Promoção da Saúde: Programa Academia da Saúde, potencial local para ser ofertado o programa, acreditamos que esses teriam um maior interesse em conhecer o programa VAMOS. A Tabela 1 apresenta alguns dados de perfil dos profissionais que fazem parte do referido cadastro.

Tabela 1 - Perfil dos Profissionais do banco de dados fornecido pelo MS com os inscritos no Curso de Aperfeiçoamento em Política Nacional de Promoção da Saúde: Programa Academia da Saúde

Variável	n	%
Titulação		
Graduação	1.261	46,3
Especialização	1.357	49,8
Mestrado	93	3,4
Doutorado	13	0,5
Não informado	1	0,04
Graduação		
Educação Física	884	32,4
Enfermagem	517	19,0
Nutrição	211	7,7
Fisioterapia	362	13,3
Psicologia	116	4,3
Outra na área de saúde	357	13,1
Outra área	278	10,2
Servidor Efetivo		
Sim	1.339	49,1
Não	1.386	50,9
Região Geográfica		
Norte	202	7,4
Nordeste	1.046	38,4
Centro Oeste	238	8,7
Sudeste	833	30,6
Sul	406	14,9

Fonte: Elaboração própria.

Encaminhamos o primeiro lote de convites (Apêndice 7), via *e-mail*, aos 2.725 profissionais e gestores, chamando-os para conhecerem o Programa VAMOS, se inscreverem no treinamento e participarem da pesquisa.

Antes do envio dos convites aos contatos liberados pelo MS, quando do cadastro do treinamento no sistema de inscrições da UFSC para a realização de testes, haviam 35 inscrições realizadas, destas 29 atendiam aos requisitos para fazer o curso. Para estes, encaminhamos *e-mails*, explicando que o treinamento

se encontrava em fase de ajustes e testes, e solicitamos que aguardassem a conclusão dessa etapa.

O período de inscrições no treinamento foi em torno de 2 meses (6 de julho a 15 de setembro de 2016). Durante este período, encaminhamos os convites mais duas vezes, com intervalo de 12 dias entre os envios. Também encaminhamos três *e-mails*, com intervalos semelhantes, para todos os que constavam com a inscrição “incompleta” no sistema de inscrições da UFSC. Nestes *e-mails*, comunicamos o *status* da inscrição e orientamos que concluíssem o processo para posterior análise e homologação.

Foram realizadas 401 inscrições para o treinamento. Todas foram analisadas e aquelas que atenderam ao critério de possuir graduação em curso da área de saúde, comprovando pelo envio de cópia do diploma ou da carteira funcional, foram homologadas, também era obrigatório anexar documento oficial com foto para a validação do cadastro dos inscritos no Sistema de Cadastro de Pessoas na UFSC.

Das 401 inscrições, 218 foram homologadas. A não homologação das 183 inscrições restantes se deu pelo fato das mesmas não atenderem ao critério de ser profissional graduado na área de saúde, ou por não estarem completas. Durante o prazo de inscrição no treinamento, encaminhamos dois *e-mails* para os contatos inscritos e não homologados para que pudessem completar ou ajustar suas inscrições e assim proceder a análise e posterior homologação.

Após a homologação de cada inscrição, o sistema de inscrições da UFSC sincronizou automaticamente os dados e os homologados já poderiam ter acesso ao treinamento na plataforma *Moodle* Grupos UFSC. Neste momento, encaminhamos *e-mail*, informando aos homologados que já podiam acessar o treinamento. Este retorno se fez necessário, visto que o sistema de inscrição não faz isso automaticamente. A Tabela 2 apresenta alguns dados de perfil dos inscritos e dos que tiveram a inscrição homologada.

Tabela 2 - Descrição do perfil dos inscritos e dos homologados

Variável	Inscritos (n = 401)		Homologados (n= 218)	
	n	%	n	%
Homologadas				
Sim	218	54,4		
Não	183	45,6		
Sexo				
Feminino	299	74,6	159	72,9
Masculino	92	22,9	59	27,1
Não informado	10	2,5		
Região Geográfica				
Norte	8	2,0	6	2,8
Nordeste	102	25,4	67	30,7
Centro Oeste	27	6,7	12	5,5
Sudeste	81	20,4	57	26,1
Sul	158	39,4	76	34,9
Não informado	25	6,2		
Idade				
Média	36,5		35,7	
Desvio Padrão	8,8		8,5	
Menor	20		22	
Maior	65		64	

Fonte: Elaboração própria.

No primeiro acesso ao treinamento, os homologados visualizaram o *link* para abrir e aceitar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE - Apêndice 8). A Figura 5 apresenta a tela do primeiro acesso ao treinamento.

The screenshot displays the Moodle interface for the 'Treinamento VAMOS 2016' course. The top navigation bar includes the UFSC logo and the text 'Moodle Grupos'. The left sidebar contains a 'MENU VAMOS' section with a list of sessions (Sessão 1 to Sessão 12) and a 'Webcam' link. Below this are sections for 'PESQUISAR NOS FÓRUMS' (with a search input and 'Pesquisas Assinadas' link), 'ÚLTIMAS NOTÍCIAS' (with a link to 'PESQUISA DE AVALIAÇÃO DO TREINAMENTO'), 'NAVEGAÇÃO' (with a breadcrumb trail: 'Página inicial de este curso', 'Página do perfil', 'Curso atual', 'VAMOS 2016', 'Participantes', 'Emblemas', 'Meus nomes'), and 'ADMINISTRAÇÃO' (with options for 'Administração do curso', 'Notas', 'Inserir papel para...', and 'Reservar um novo papel normal'). The main content area is mostly empty, featuring a large orange banner at the top right that reads 'Termos de Consentimento Livre e Esclarecido'.

Figura 5 - Tela na plataforma Moodle do primeiro acesso ao treinamento
 Fonte: Pesquisa de avaliação do treinamento para multiplicadores do programa VAMOS (<https://grupos.moodle.ufsc.br/>).

Ao clicar o botão laranja do TCLE, uma página com o texto do Termo era aberta e, ao final do texto, foram disponibilizadas as opções “Concordo” e “Não Concordo” para que o homologado registrasse sua escolha. Somente após a concordância em participar da pesquisa, clicando na opção “Concordo” e confirmando em “Verificar”, foi que os homologados tiveram acesso às etapas seguintes da pesquisa e do treinamento.

É importante registrar que o TCLE continuou disponível na página do treinamento para consulta e impressão em qualquer momento durante todo o período de realização da pesquisa.

Dos 218 homologados, 34 (15,6%) nunca acessaram a página do treinamento, 19 (8,7%) acessaram a página, mas não preencheram e enviaram sua resposta ao TCLE, 165 responderam positivamente ao TCLE, 149 responderam o questionário sociodemográfico e 125 ao pré-teste.

A Figura 6 apresenta um fluxograma do alcance da divulgação dos convites encaminhados e acessados via página da UFSC, desde a etapa de inscrição, homologação até o fechamento do número participantes após o preenchimento do

pré-teste, quando efetivamente os participantes tiveram acesso ao treinamento.



Figura 6 - Fluxograma dos potenciais participantes do treinamento à finalização com a resposta ao pré-teste
Fonte: Elaboração própria.

b) Instrumentos

Para a coleta dos dados sobre perfil dos treinandos, grau de satisfação com os mais diversos aspectos do treinamento (reação), motivação, percepção de ganho de conhecimento e habilidade, e para realizar a medida de aprendizagem, foram utilizados três instrumentos diferentes (instrumento 2, instrumento 3 e instrumento 4). Estes instrumentos foram aplicados via plataforma *Moodle* antes, durante e após a realização do Treinamento.

O instrumento 2 foi um questionário composto por duas partes. A primeira parte objetivou coletar os dados acerca das características sociodemográficas e econômicas dos treinandos e as expectativas deles quanto ao treinamento. A segunda parte foi composta por questões que buscavam realizar uma avaliação de domínio do conteúdo para a realização da medida de aprendizagem (pré-teste).

A exemplo do instrumento 1, o instrumento 2 foi elaborado e submetido à apreciação do nosso grupo de pesquisa que fez correções e sugestões em dois momentos. Individualmente cada participante do grupo encaminhou sugestões que foram sistematizadas e incorporadas ao instrumento. Em seguida, o instrumento foi discutido e apreciado em reunião quando foram realizadas outras modificações.

O instrumento 3 foi um questionário composto por quatro partes que objetivou avaliar as sessões especificamente. As três primeiras partes foram adaptadas de Zerbini, Borges-Ferreira e Abbad (2012) para as medidas de reação dos treinandos aos procedimentos instrucionais (ERPI), à interface gráfica (ERIG) e aos resultados (ERR). A quarta parte foi composta por duas questões abertas, a primeira sobre percepção de competências adquiridas na sessão e a segunda foi aberta a observações que julgassem importante para a melhoria da sessão.

O instrumento 4 foi um questionário composto por seis partes e objetivou avaliar todo o treinamento. As quatro primeiras partes, objetivaram realizar medidas de reação aos procedimentos instrucionais (ERPI), à interface gráfica (ERIG), ao ambiente de estudo e procedimentos de interação (ERAPEI) e aos resultados (ERR).

A quinta parte do instrumento 4 foi composta por 4 questões que versaram sobre atendimento ou não das expectativas iniciais dos participantes, acerca do treinamento e percepção das competências adquiridas. A sexta parte (pós-teste) foi composta pelas mesmas questões do instrumento 2 (pré-teste), para realizar a medida de aprendizagem dos conteúdos previstos no treinamento.

As escalas de medidas de reação presentes nos instrumentos 3 e 4 foram adaptadas dos instrumentos validados por Zerbini, Borges-Ferreira e Abbad (2012) para avaliação de treinamento *online*.

A ERPI visa mensurar a satisfação dos participantes quanto aos procedimentos instrucionais adotados no treinamento. A ERIG objetiva avaliar a satisfação dos participantes quanto ao ambiente eletrônico de cursos à distância e utilizam uma escala tipo *Likert* de 11 pontos, que varia de 0 (péssimo) a 10 (excelente), com todos os itens apresentando assertivas afirmativas. Assim, quanto maior a média obtida nos itens das escalas, maior é a satisfação do

participante em relação à qualidade do aspecto descrito no item (ZERBINE; BORGES-ANDRDE; ABBAD, 2012).

A ERR objetiva medir a satisfação dos participantes quanto à assimilação dos conteúdos ensinados e à capacidade de aplicar o conhecimento aprendido em diferentes situações e de transmiti-los a outras pessoas. Ela utiliza uma escala que varia de 0 (nenhuma) a 10 (muita). As assertivas são todas afirmativas, desta forma, quanto maior a média obtida nos itens da escala, maior é a contribuição do curso para a aprendizagem do participante (ZERBINE; BORGES-ANDRDE; ABBAD, 2012).

A ERAEPI objetiva avaliar a satisfação dos participantes quanto aos aspectos relacionados ao seu próprio ambiente de estudo e aos procedimentos de interação do treinamento que podem dificultar sua permanência no curso. A exemplo das demais escalas a ERAEPI utiliza escala tipo *Likert* de 11 pontos que varia de 0 (dificultou minha permanência no curso) a 10 (não dificultou minha permanência no curso). Quanto maior a média obtida nos itens da escala, menor é a dificuldade de permanecer no curso, em função do aspecto descrito nos itens (ZERBINI; BORGES-FERREIRA; ABBAD, 2012).

Para essa etapa, foram feitas algumas adaptações nas referidas escalas. As adaptações corresponderam à retirada de itens que não se aplicavam ao modelo do treinamento avaliado e na reescrita de alguns itens para adaptar as avaliações específicas de sessões. Por exemplo, na ERPI original o item 13 corresponde a “discussões nos *chats*”, como não existem *chats* na proposta de treinamento aqui avaliada, esse item foi retirado do instrumento.

Na mesma escala, o item 1 traz a seguinte redação “ligação entre o conteúdo proposto e os objetivos do curso”, para a escala de avaliação das sessões, adaptamos a redação para “ligação entre o conteúdo e os objetivos desta sessão”, e para a escala de avaliação do treinamento, adaptamos para “ligação entre o conteúdo proposto e os objetivos do treinamento”.

Para manter todas as atividades do treinamento e da pesquisa na plataforma *Moodle*, foram necessárias algumas adaptações na formatação e apresentação das escalas, as Figuras 7 e 8 apresentam, respectivamente, o modelo da ERIG original (ZERBINI; BORGES-FERREIRA; ABBAD, 2012, p. 104) e adaptação feita para a presente pesquisa.

Anexo 6B										
ESCALA DE REAÇÃO AOS PROCEDIMENTOS INSTRUCIONAIS (ERPI)										
Precisamos que você avalie os procedimentos do curso. Utilize a escala abaixo que varia de 0 (péssimo) a 10 (excelente). Leia atentamente os itens listados, escolha o ponto da escala (0, 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9 ou 10) que melhor representa a sua opinião sobre a qualidade do curso que você realizou. Registre sua resposta à direita de cada item com o número escolhido. Por favor, não deixe questões em branco.										
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Péssimo										Excelente
Itens										Nota
1. Ligação entre o conteúdo proposto e os objetivos do curso.										
2. Ligação entre o conteúdo do curso e os seus objetivos pessoais.										
3. Sequência de apresentação dos módulos.										
4. Linguagem utilizada no material do curso.										
5. Leituras recomendadas.										
6. Novidades e lembretes divulgados no ambiente do curso (<i>mural</i>).										
7. Links disponibilizados no ambiente eletrônico do curso.										
8. Exercícios de fixação (obrigatórios).										
9. Atividades propostas ao final dos capítulos.										
10. Orientação para solução de erros em exercícios de fixação (obrigatórios).										
11. Quantidade de conteúdo para cada módulo.										
12. Quantidade de horas de estudo sugerida para cada capítulo.										
13. Discussões nos <i>chats</i> .										
14. Discussões na <i>comunidade</i> de aprendizagem.										
15. Banco de perguntas mais frequentes sobre o curso e suas respostas (<i>FAQ</i>).										

Figura 7 - Modelo da escala de reação aos procedimentos instrucionais (ERPI)

Fonte: Zerbini; Borges-Ferreira; Abbad (2012, p. 104).

pos Helma Pio Mororó José 

ERPI

Dando seguimento ao Estudo que objetiva avaliar o Treinamento para Multiplicadores do VAMOS convidamos você para preencher um questionário, que está dividido em quatro pequenas etapas, cujo objetivo é avaliar a Sessão que você acabou de concluir. Suas respostas são muito importantes para nós. Não deixe de responder nenhuma questão. Lembramos que nosso objetivo é a avaliação do Treinamento e não dos participantes do Estudo.

Precisamos que você avalie os **procedimentos do Treinamento** para Multiplicadores do VAMOS. Utilize a escala que varia de 0 (péssimo) a 10 (excelente).

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Péssimo					Excelente					

Leia atentamente os itens listados, escolha o ponto da escala (0, 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9 ou 10) que melhor representa a sua opinião sobre a qualidade da sessão que você acabou de concluir. Registre sua resposta abaixo de cada item com o número escolhido.

- 1 • Ligação entre o conteúdo e os objetivos desta sessão.
- 2 • Ligação entre o conteúdo desta sessão e os seus objetivos pessoais.
- 3 • Linguagem utilizada no material desta sessão.
- 4 • Leituras recomendadas.
- 5 • Exercícios de fixação (obrigatórios).
- 6 • Quantidade de conteúdo nesta sessão.
- 7 • Tempo que você levou para concluir a sessão.

Figura 8 - Escala de reação aos procedimentos instrucionais utilizada na presente pesquisa

Fonte: Pesquisa de avaliação do treinamento de multiplicadores do programa VAMOS (<https://grupos.moodle.ufsc.br/>).

c) Coleta de dados

Após a análise e homologação das inscrições, os participantes foram distribuídos em seis diferentes grupos que corresponderam as seis trilhas de aprendizagem na plataforma *Moodle*. Cada uma das trilhas foi configurada para o preenchimento do instrumento 3, em duas diferentes sessões. O Quadro 4 apresenta os grupos das trilhas, o número de treinandos em cada um e quais as sessões que foram avaliadas por eles.

Quadro 4 - Distribuição dos grupos para aplicação do instrumento 3

GRUPO	SESSÕES	TREINANDOS (n)
1	1 e 7	37
2	2 e 8	37
3	3 e 9	36
4	4 e 10	36
5	5 e 11	36
6	6 e 12	36

Fonte: Elaboração própria.

Para distribuímos os participantes de forma aleatória e procurando manter quantidades equivalentes de pessoas em cada uma das trilhas, diariamente, e à medida em que as inscrições foram homologadas, acessamos a lista das homologações, colocamos os nomes em ordem alfabética e distribuímos um a um entre os seis grupos, com menos participantes já alocados e seguindo a ordem crescente dos grupos.

Por exemplo, no dia 7 de julho homologamos 10 inscrições e já haviam 34 participantes no treinamento distribuídos da seguinte forma: seis nos grupos de 1 a 4 e cinco nos grupos 5 e 6. Assim, colocamos a lista das 10 inscrições em ordem alfabética e começamos a distribuição pelo grupo 5, seguindo para 6, 1, 2 e assim sucessivamente até que os 10 foram alocados nos grupos. Desta forma no dia 7 de julho tínhamos oito participantes nos grupos 1 e 2, e sete participantes nos grupos 3 a 6, totalizando 44 inscrições homologadas.

No período da pesquisa, os instrumentos 2, 3 e 4 foram inseridos na sequência do treinamento. Assim, para seguir no treinamento, foi obrigatório, não só cumprir os requisitos do próprio treinamento, mas também o preenchimento e envio dos questionários. Ou seja, realizar o treinamento estava condicionado à participação na pesquisa, fato esclarecido no TCLE.

Como já esclarecemos anteriormente, todos que tiveram as inscrições homologadas, mas não responderam positivamente ao TCLE, não tiveram acesso aos instrumentos da pesquisa e ao treinamento. Na Figura 9, apresentamos a tela inicial do treinamento após a concordância em participar da pesquisa.

Nessa tela, foram disponibilizadas as duas partes do instrumento 2 (sociodemográfico e pré-teste).

The screenshot shows the Moodle interface for the 'Treinamento VAMOS 2016' course. The top navigation bar includes the logo of the Universidade Federal de Santa Catarina and the text 'Moodle Grupos'. The main content area is divided into several sections:

- Menu VAMOS:** A list of pages including 'Página inicial', 'Introdução', and sessions 1 through 12, plus 'Websteck'.
- Pesquisar nos Fóruns:** A search bar with a 'Vai' button and a 'Pesquisa Avançada' link.
- Últimas Notícias:** A section titled 'Pesquisa de Avaliação do Treinamento' with a date of '27 Nov 2016' and a link to 'Tópicos antigos...'
- Navegação:** A panel with links for 'Página inicial do site', 'Página do site', 'Curso atual', 'VAMOS 2016', 'Participantes', 'Emblemas', and 'Meus cursos'.
- Administração:** A panel with links for 'Administração do curso', 'Notas', 'Mudar papel para...', and 'Retornar ao meu papel normal'.

The main content area features three orange boxes at the top: 'Termo de Consentimento Livre e Esclarecido', 'Informações sócio-demográficas', and 'Pré-teste'. Below these is a large orange banner with the text 'BOAS VINDAS'. Underneath the banner is a cartoon character wearing a green shirt with the word 'Vamos' on it. A speech bubble next to the character says: 'Oi! Seja bem-vindo (a) ao VAMOS! O VAMOS é um programa de mudança de comportamento, com 12 encontros presenciais, que tem como objetivo auxiliar as pessoas a adotarem novos hábitos de vida com relação a prática de atividade física e a alimentação saudável e contribuir para a promoção da saúde.'

Figura 9 - Tela inicial do treinamento na plataforma Moodle após a concordância no TCLE

Fonte: Treinamento para multiplicadores do programa VAMOS (<https://grupos.moodle.ufsc.br/>).

Após o preenchimento e envio das duas partes do instrumento 2 (sociodemográfico e pré-teste), os participantes tiveram acesso à página das sessões do treinamento.

A Figura 10 apresenta a página do treinamento após o preenchimento e envio das duas partes do instrumento 1. Este exemplo apresenta a configuração do treinamento para os participantes que estavam alocados no grupo 1 (trilha 1 de aprendizagem), os links de acesso às quatro partes do instrumento 3 para preenchimento dos questionários e avaliação da sessão, estavam presentes após a sessão 1.

Figura 10 - Tela do treinamento na plataforma *Moodle*

Fonte: Treinamento de multiplicadores do programa VAMOS (<https://grupos.moodle.ufsc.br/>).

Com o instrumento 3, buscamos avaliar a reação dos participantes a duas diferentes sessões, e para o preenchimento do referido instrumento, programamos que o treinando só deveria seguir nas sessões, após o registro das respostas e envio dos questionários. Infelizmente este bloqueio não funcionou e, para evitar que estes questionários ficassem sem respostas, acompanhamos o progresso dos participantes e solicitamos àqueles que passavam sem responder os questionários para que voltassem e respondessem, apenas um participante se negou a fazê-lo.

Por fim, o terceiro momento da coleta de dados na etapa 2 se deu quando o participante finalizou todas as sessões do treinamento e antes de responder a avaliação para a certificação. A exemplo dos instrumentos anteriores, o instrumento 4 também seguiu uma sequência obrigatória na ordem de respostas às suas diversas partes, ou seja, a segunda parte do questionário (ERPI) só ficou disponível após a conclusão da primeira parte (ERIG) e assim seguiu até o pós-teste.

Somente após o preenchimento e envio de todo o instrumento 4, a avaliação para certificação foi disponibilizada e o participante pôde concluir seu treinamento e certificação.

O Quadro 5 traz o resumo dos momentos da coleta de dados e das variáveis pesquisadas durante a etapa 2 do desenho metodológico. O objetivo desses três momentos foi possibilitar a comparação entre os indicadores anteriores e posteriores, realizando uma avaliação com característica somativa, com foco no rendimento final, na efetividade do treinamento e na reação (satisfação) dos participantes com o mesmo.

Quadro 5 - Momentos da coleta de dados da etapa 2 da pesquisa

Pré-treinamento Instrumento 2	Durante o treinamento Instrumento 3	Pós- imediato Instrumento 4
Análise do Perfil	Reação aos procedimentos instrucionais, à interface gráfica e aos resultados em cada sessão.	Reação aos procedimentos instrucionais, à interface gráfica, ao ambiente de estudo e procedimentos de interação, e aos resultados do treinamento.
Expectativas	Percepção de competências adquiridas em cada sessão.	Percepção de competências adquiridas e motivação para implementação do programa VAMOS.
Avaliação da aprendizagem (pré-teste)		Avaliação da aprendizagem (pós-teste).

Fonte: Elaboração própria.

O treinamento ficou aberto durante 3 meses. Nesse período, acompanhamos diariamente a progressão dos treinandos, na realização das atividades e no preenchimento dos questionários. Periodicamente, encaminhamos *e-mails* incentivando-os a continuarem o treinamento e a pesquisa, principalmente àqueles que ainda não tinham acessado o treinamento ou que ficava muito tempo sem acessar.

Além dos *e-mails*, também utilizamos o fórum de notícias para dar avisos referentes a prazos, sobre problemas e dúvidas no decorrer do treinamento e outros temas que julgamos importante. Ainda mantivemos plantão constante nos retornos aos *e-mails*, buscando agilidade e resolutividade das questões postas pelos participantes.

3.4 TRATAMENTO DOS DADOS

3.4.1 Etapa 1

Todos os dados da etapa 1 foram transcritos e organizados no programa *Microsoft Excel*®. Em seguida, foi realizada a análise de frequência e percentual com os dados das questões que utilizaram a escala tipo *Likert* e avaliaram a adequação dos objetivos e conteúdos. Também foi feita análise de frequência com os dados da questão sobre a presença ou não dos conteúdos nas sessões.

Os dados das questões abertas que solicitavam o registro de sugestões e observações sobre os objetivos e conteúdos, foram organizados e categorizados em cinco temas: correções, mudanças ou acréscimos de conteúdo; formatação ou dinâmica de apresentação dos conteúdos; correções de grafia ou gramática; correções ou mudanças das imagens e infográficos; pontos positivos.

3.4.2 Etapa 2

Na etapa 2, os dados geraram planilhas diretamente da plataforma *Moodle*, em formato compatível com o programa *Microsoft Excel*® ou em bloco de nota. Após o *download* das respostas, os dados foram organizados e tratados conforme as características de cada parte dos instrumentos.

Os dados da primeira parte do instrumento 2 (sociodemográfico) foram organizados e acrescidos dos dados quanto à situação de aprovação no treinamento (variável desfecho), ainda no programa *Microsoft Excel*®. Em seguida, foram transportados para o programa *SPSS*® versão 21, organizados e categorizados, para realização das análises descritivas (frequência, média, desvio padrão) e o teste qui quadrado.

O teste qui quadrado foi realizado objetivando avaliar possíveis associações das variáveis de perfil, com o desfecho de aprovação no treinamento, adotando um nível de significância de 5%. As hipóteses para esta parte do estudo foram:

H0 = as características sociodemográficas não estão associadas a aprovação no treinamento.

H1 = as características sociodemográficas estão associadas a aprovação no treinamento.

A segunda parte do instrumento 2 (pré-teste) objetivou uma avaliação de domínio dos conteúdos, para realizar a medida de aprendizagem. Os dados foram organizados no programa *Microsoft Excel*®, analisado por frequência de acertos e gerado uma nota segundo o percentual de acertos dos participantes.

Os dados do pré-teste também foram analisados e conjunto com os dados do pós-teste (sexta parte do instrumento 4). Detalharemos as análises realizadas em conjunto posteriormente.

Os dados das três primeiras partes do instrumento 3 e das quatro primeiras partes do instrumento 4 (escalas de reação) foram organizados no programa *Microsoft Excel*® e analisados no programa *SPSS*® versão 21, e receberam tratamento de forma agrupada (médias e medianas), considerando os desvios (variância e desvio padrão).

A quarta parte do instrumento 3 (questões abertas) teve suas respostas organizadas e categorizadas também no programa *Microsoft Excel*®. Na questão um, as categorias foram a percepção de conhecimentos adquiridos e a percepção de habilidade adquiridas. Na questão dois, as observações registradas foram categorizadas em sugestões, acerca dos conteúdos, dos procedimentos instrumentais e da navegação; registros de pontos positivos, de pontos negativos e de problemas, ocorridos com a navegação.

Os dados oriundos das quatro primeiras partes do instrumento 4 (escalas de reação) receberam tratamento similar aos do instrumento 3. As três primeiras questões da quinta parte do instrumento 4 (satisfação com o treinamento) receberam tratamento de frequência no programa *SPSS*®. As respostas da quarta questão (percepção de aquisição de conhecimentos e habilidades) foram organizadas de forma similar às questões da quarta parte do instrumento 3.

Os dados da sexta parte do instrumento 4 (pós-teste) foram organizados e tratados de forma semelhante aos dados do pré-

teste (segunda parte do instrumento 2) e, para a medida de efetividade do treinamento, fizemos o teste de diferença de proporção entre os percentuais de acerto no pré e pós-teste, utilizando o programa estatístico *MedCalc*® versão 16.8.4. Foi adotado um nível de significância de 5%. Hipóteses:

H0 = O treinamento não muda o grau de conhecimento dos treinandos acerca dos conteúdos nele abordados.

H1 = O treinamento muda o grau de conhecimento dos treinandos acerca dos conteúdos nele abordados.

Para a medida de efetividade de aprovação realizamos o teste Wilcoxon de amostras relacionadas com as notas do pré e pós-testes no programa *SPSS*® versão 21, adotando o nível de significância de 5%. A escolha do teste não paramétrico se deu pela não normalidade dos dados. Hipóteses:

H0 = O treinamento não impactará na nota do pós-teste em relação ao pré-teste.

H1 = O treinamento impactará na nota do pós-teste em relação ao pré-teste.

Além dos dados coletados via questionários, ao final do treinamento também foram coletadas informações sobre os acessos (*logs*) dos participantes. Estas informações são dados secundários, gerados pelo próprio *Moodle* em formato csv.

O *Moodle* gerou uma planilha com mais de 62.000 linhas, ou seja, mais de 62.000 eventos ocorridos durante o treinamento. Esses dados foram organizados e tratados no *Microsoft Excel*® no qual, num primeiro momento realizamos uma limpeza, excluindo os eventos anteriores a 06 de julho de 2016, quando oficialmente o treinamento foi aberto para inscrições e início do curso. Em seguida, excluímos as ações da equipe que trabalhou na confecção e validação do treinamento e todas as ações automáticas do sistema como, inserção do treinando no curso, geração de relatórios e atualizações.

Em seguida, contabilizamos, por participante, quantos dias o treinamento foi acessado, estimamos o tempo de permanência logado e quantas vezes as sessões foram visualizadas.

Utilizamos a conclusão do pós-teste como ponto de corte para finalizar a contabilidade dos *logs*, tendo em vista que alguns participantes não realizaram a avaliação final (3), outros fizeram a certificação apenas uma vez (20) e outros acabaram por solicitar nova chance para realizar a avaliação de certificação. Assim, esses responderam a prova duas vezes (58, desses 24 foram

aprovados), gerando uma demanda diferenciada dos acessos até a finalização do treinamento, enquanto que o pós-teste só pôde ser feito uma única vez.

Em seguida, os dados de acesso foram transportados para o programa SPSS® versão 21, para realização das análises descritivas (frequência, média, desvio padrão) e o teste qui quadrado.

O teste qui quadrado foi realizado, objetivando avaliar possíveis associações das variáveis de perfil de acesso com o desfecho da faixa de nota no pós-teste. Assumimos como ponto de corte para a dicotomização dos participantes a obtenção de nota igual ou maior que 8,0, visto que essa é a nota mínima, exigida pelo programa VAMOS para a certificação de seus multiplicadores.

Para o teste de qui quadrado, adotamos um nível de significância de 5% e trabalhamos com as seguintes hipóteses:

H0 = as características de perfil de acesso não estão associadas à obtenção de nota igual ou maior que 8,0 no pós-teste.

H1 = as características de perfil de acesso estão associadas à obtenção de nota igual ou maior que 8,0 no pós-teste.

3.5 PROCEDIMENTOS ÉTICOS EM PESQUISA

A presente pesquisa foi realizada de acordo com a Resolução 466/12, do Conselho Nacional de Saúde, obedecendo aos princípios éticos. Os participantes envolvidos na pesquisa foram informados sobre os objetivos da pesquisa, a participação voluntária não remunerada, a preservação da sua identidade, da fonte de informação e sobre a possibilidade de recusa e/ou desistência em qualquer momento da pesquisa.

O projeto intitulado “Programa VAMOS – Vida Ativa Melhorando a Saúde” foi aprovado em 25 de janeiro de 2016, pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Santa Catarina (CEPSH/UFSC), pelo parecer 1.394.492 e CAAE 47789015.8.0000.0121 (Anexo 3). Este projeto é a continuidade, de uma forma mais ampliada, da pesquisa intitulada “Projeto VIA – descobrindo caminhos saudáveis” que foi registrada na Comissão Nacional de Ética em Pesquisa (CONEP) sob o nº 480560 e aprovada em 03 de fevereiro de 2012, pelo CEPSH/UFSC sob o processo nº 2.387.

4 ETAPA 1 - VALIDAÇÃO DO TREINAMENTO DE MULTIPLICADORES DO PROGRAMA VAMOS: nível de adequação dos objetivos e conteúdos

Neste capítulo, apresentamos os resultados da etapa 1 que objetivou analisar o treinamento quanto o nível de adequação dos seus objetivos e conteúdos e recolher observações e sugestões que possibilitaram a realização de ajustes no mesmo.

A etapa 1 da pesquisa é uma validação dos objetivos e conteúdos do treinamento, uma avaliação externa com a participação de especialistas da área de programas de mudança de comportamento. O instrumento utilizado foi desenvolvido por nós e avaliado semanticamente pelo nosso grupo de pesquisa, como explicitado no capítulo 3.

Participaram dessa etapa seis especialistas, sendo quatro homens e duas mulheres, quanto à titulação, quatro deles possuíam o título de doutorado e dois de mestrado. Quatro participantes eram graduados em educação física, um em nutrição e um em educação física e fisioterapia e todos eram docentes de universidades.

4.1 RESULTADOS

Apresentamos os resultados da etapa 1 em três diferentes subitens: no primeiro estão os dados da avaliação dos objetivos; no segundo, os dados de avaliação dos conteúdos; e no terceiro subitem, os dados das questões abertas, nas quais foram realizadas sugestões e observações acerca do treinamento.

4.1.1 Avaliação dos Objetivos do treinamento

A primeira questão do instrumento 1 versava sobre o grau de adequação do objetivo das sessões em relação ao objetivo geral do treinamento. As opções de respostas eram: nada adequado, pouco adequado, adequado e muito adequado.

A Figura 11 apresenta o gráfico com a frequência de cada conceito para o conjunto dos objetivos. Foram avaliados 23 objetivos distribuídos nas 12 sessões mais a introdução, gerando 138 ocorrências de respostas, destas, 92,8% ficaram entre “adequado” e “muito adequado”.

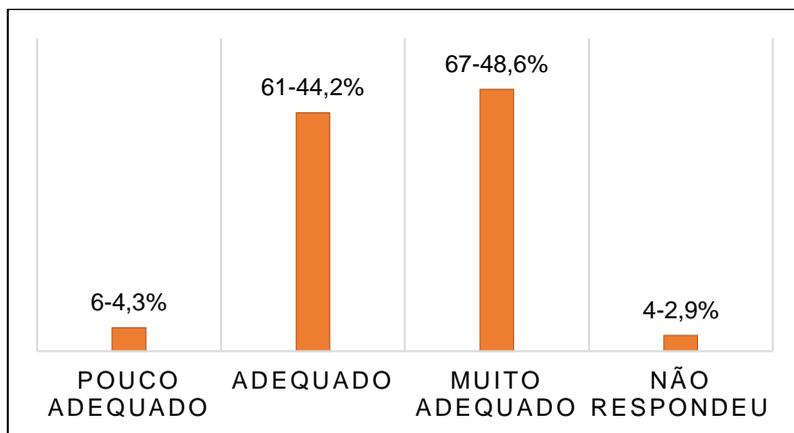


Figura 11 - Conceitos atribuídos pelos especialistas aos objetivos das sessões

Fonte: Elaboração própria.

A estatística descritiva dos dados nos mostra que a avaliação dos objetivos foi positiva. Apenas seis objetivos receberam o conceito “pouco adequado”, sendo cada um de uma sessão diferente. Ou seja, nenhum objetivo foi avaliado como “pouco adequado” por mais de um especialista. A distribuição do referido conceito por objetivo e por sessão está apresentada no Quadro 6.

Quadro 6 - Frequência dos conceitos pouco adequado atribuídos pelos especialistas por objetivos das sessões do treinamento

Sessão	n	Objetivo
Introdução	1	Compreender o processo de treinamento, os requisitos e os passos para se tornar um multiplicador do programa VAMOS.
1	1	Aprender sobre a missão e filosofia do programa VAMOS.
2	1	Conhecer as principais diretrizes para atividade física relaciona à saúde, saber classificá-las e organizá-las conforme tipo, duração, intensidade e frequência.
3	1	Dominar os conceitos de alimentação adequada e saudável.
7	1	Saber planejar e organizar os encontros do programa VAMOS.

Sessão	n	Objetivo
10	1	Conhecer e saber identificar as estratégias de manutenção da frequência e interesse do grupo pelo programa VAMOS.

Fonte: Elaboração própria.

Os especialistas que atribuíram o conceito “pouco adequado” aos objetivos não fizeram sugestões de nova redação ou comentários sobre os objetivos avaliados. Neste espaço, alguns deles realizaram observações sobre as lacunas no conteúdo ou na forma em que estes conteúdos foram apresentados e que podiam contribuir para melhorar o objetivo proposto, como no exemplo abaixo:

Faltou destacar os requisitos.³ Sugestão de reestruturação do texto da introdução, em tópicos: 1) agradecimento em participar do treinamento de Multiplicadores do Programa VAMOS; 2) o que é um multiplicar; 3) importância do multiplicador em ações e para o VAMOS; 4) requisitos para ser um multiplicador (passo a passo dos módulos com conteúdo); 5) requisitos para receber a certificação (passo a passo); 6) frase motivacional para dar continuidade ao treinamento (Especialista 5 em relação ao primeiro objetivo da Introdução).

Foram registradas seis sugestões de mudanças específicas para os objetivos, todas elas feitas por especialistas que atribuíram o conceito “adequado”, por exemplo:

O verbo dominar é muito forte na sua aplicação, sugiro mudar para um mais aplicável (Especialista 4 em relação ao primeiro objetivo da sessão 3).

³ Os requisitos aqui referidos são aqueles necessários para estar habilitado a fazer o treinamento de multiplicadores do programa VAMOS.

Foram registradas 27 observações nessa parte do estudo. Destas, 20 se referiram a sugestões de mudanças ou acréscimos de conteúdos. No subitem 4.1.3 estas observações serão apresentadas em conjunto com as realizadas na avaliação dos conteúdos. Optamos por essa forma de apresentação, visto que, foram realizadas apenas seis sugestões especificamente para os objetivos e todas elas sugeriram alterar o verbo utilizado para descrever o objetivo.

4.1.2 Avaliação dos conteúdos

A segunda questão do instrumento 1 foi dividida em duas partes e estava relacionada aos conteúdos do treinamento. Inicialmente, perguntamos se o conteúdo pretendido estava presente na sessão, sendo que o participante deveria assinar “sim” ou “não” no questionário. Depois perguntamos qual o grau de adequação desses conteúdos aos objetivos específicos da sessão avaliada. As opções de respostas eram: muito adequado, adequado, pouco adequado e nada adequado.

Foram avaliados 28 conteúdos distribuídos nas 12 sessões mais a introdução, totalizando 168 ocorrências. 156 repostas apontaram a presença dos conteúdos, uma que não estava presente e 22 respostas foram deixadas em branco. A reposta negativa se referiu ao conteúdo “como funcionam as avaliações do treinamento” da introdução. Entretanto, os outros cinco participantes o julgaram como presente no texto.

A Figura 12 apresenta um gráfico com a frequência dos conceitos atribuídos para o conjunto dos conteúdos. Destes, 81,6% receberam avaliação entre “adequado” e “muito adequado” e 17 (10,1%) ocorrências julgaram os conteúdos como “pouco adequado”.

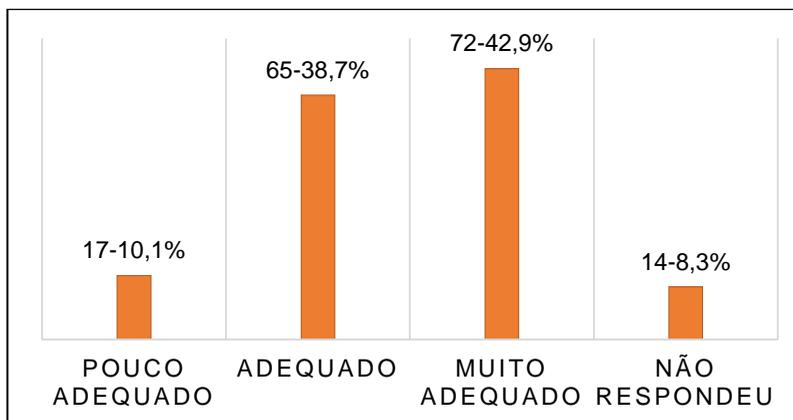


Figura 12 - Conceitos atribuídos pelos especialistas aos conteúdos das sessões

Fonte: Elaboração própria.

Seguindo a tendência dos objetivos, a estatística descritiva dos dados nos mostra que a avaliação dos conteúdos também foi positiva. As 17 ocorrências do conceito “pouco adequado” foram atribuídas a 14 diferentes conteúdos de nove sessões, tendo um conteúdo da introdução recebido três avaliações como “pouco adequado” e um da sessão 3, duas avaliações. Todos os outros conteúdos obtiveram apenas uma ocorrência, conforme apresentamos no Quadro 7.

Quadro 7 - Frequência dos conceitos pouco adequado na avaliação dos conteúdos das sessões

Sessão	N	Conteúdo
Introdução	3	O que é o treinamento para multiplicadores do programa VAMOS
	1	Quais os requisitos básicos para ser um multiplicador do programa VAMOS.
1	1	Missão, filosofia e objetivos do programa VAMOS.
	1	Como funciona a intervenção (programa VAMOS).
	1	Como a aplicação dos conceitos do programa VAMOS ajuda as pessoas a mudarem seu comportamento.
2	1	O que é atividade física relacionada à saúde.

Sessão	N	Conteúdo
	1	Diretrizes da atividade física para saúde.
3	1	O que é alimentação adequada e saudável.
	2	Guia alimentar para a população brasileira.
5	1	Quais as características de aprendizagem dos participantes e como isso interfere na condução dos encontros do programa VAMOS.
6	1	Estilos de comportamento dos participantes no grupo.
7	1	Estrutura e funcionamento dos encontros do programa VAMOS.
9	1	Adaptações possíveis no programa VAMOS.
10	1	Estratégias de manutenção da motivação do grupo evitando a evasão.

Fonte: Elaboração própria.

Mesmo com 17 ocorrências de conceitos “pouco adequado”, a avaliação da adequação dos conteúdos foi muito positiva. O conteúdo “O que é o treinamento para multiplicadores do programa VAMOS”, constante da introdução, recebeu avaliação negativa por 50% dos especialistas e o conteúdo “Guia alimentar para a população brasileira”, da sessão 3, recebeu a mesma avaliação por 33,3% deles.

Para 14 dos 17 conteúdos considerados “pouco adequado”, foram realizadas sugestões para a melhoria dos mesmos, como por exemplo:

No texto “Como multiplicador do VAMOS, você será responsável por conduzir os encontros do VAMOS e orientar as pessoas a adquirirem novos hábitos e superarem possíveis barreiras encontradas durante o Programa”. Creio que deveria destacar o que é ser um multiplicador de uma ação e qual a sua importância para depois dizer a frase acima sobre o que ele será responsável. A frase que está no final deveria ser colocada no início junto com a importância [...]. Seu papel de multiplicador é muito importante para potencializar a mudança de comportamento

das pessoas e contribuir para a promoção de saúde (Especialista 5 em relação ao primeiro conteúdo da introdução).

4.1.3 Sugestões e observações

No conjunto de dados do grupo de especialistas, catalogamos 98 diferentes observações acerca dos objetivos, conteúdos e outros itens do treinamento que os participantes avaliaram como importante comentar. Estas observações foram organizadas em cinco diferentes temas para análise descritiva e de conteúdo.

Tabela 3 - Distribuição e percentual das observações feitas pelos especialistas

Temas	n	%
Sugestões de correções, mudanças ou acréscimos de conteúdos.	63	64,29
Formatação ou dinâmica de apresentação dos conteúdos.	20	20,41
Correções de grafia ou gramática.	06	6,12
Correções ou mudanças das imagens e infográficos.	04	4,08
Pontos positivos.	05	5,10
Total	98	100,00

Fonte: Elaboração própria.

Os cinco temas de análise foram: sugestões de correções, mudanças ou acréscimos de conteúdos; formatação ou dinâmica de apresentação dos conteúdos; correções de grafia ou gramática; correções ou mudanças das imagens e infográficos e destaques de pontos positivos. A Tabela 3 apresenta a distribuição das observações registradas.

As sugestões de correção, mudança ou acréscimo de conteúdos foi o tema mais recorrente das observações realizadas pelos especialistas, configurado 64,3% do total dos registros, seguido das sugestões de mudanças na formatação ou dinâmica da apresentação dos conteúdos (20,4%). A Tabela 4 apresenta exemplos de registros em todos os cinco temas.

Destacamos algumas falas dos especialistas que exemplificaram cada um dos temas de análise.

Sugestões de correções, mudanças ou acréscimos de conteúdos:

Adaptação em qual sentido, cardiovascular, muscular[...]. Deixar mais claro. Destaco que algumas terminologias são ainda pouco conhecidas pelo sujeito que será avaliado (Especialista 4).

Para a intensidade poderia ser indicado algum parâmetro, como por exemplo, percepção subjetiva do esforço e/ou controle da frequência cardíaca (Especialista 1).

Sugiro que falem um pouco mais do guia e coloquem o *link* do mesmo, para que as pessoas possam entender um pouco mais caso tenham interesse (Especialista 3).

Formatação ou dinâmica de apresentação dos conteúdos:

No geral, senti falta de algumas figuras que pudessem ajudar na fixação do conteúdo (Especialista 1).

As pessoas não têm apenas só um tipo de aprendizagem, elas podem ter mais de uma e com tendência maior para um tipo. Isto está no texto “Cada sujeito pode ter a aprendizagem influenciada pelos três estilos/estímulos ou por até dois, mas um deles será predominante” Isto merece ser destacado (Especialista 5).

O tópico “PRINCÍPIOS DE APRENDIZAGEM” deveria vir antes do tópico “ESTILOS DE APRENDIZAGEM” (Especialista 2).

Correções de grafia ou gramática:

Na regra de ouro falta a letra “i” em industrializados e “com” está separado (Especialista 1).

Correções ou mudanças das imagens e infográficos:

A fotografia do grupo colocada abaixo deve ser diminuída pois destaca-se mais que o texto” (Especialista 5).

Pontos positivos:

Bastante pertinente a forma de aplicação (Especialista 4).

A atividade de fixação está adequada (Especialista 1).

Eu consigo identificar como trabalhar e nortear a aprendizagem nos encontros (Especialista 3).

As observações e sugestões apresentadas pelos especialistas foram repassadas para o grupo que elaborou o treinamento e as adequações julgadas pertinentes pelos pesquisadores foram feitas antes da realização da etapa 2 desta pesquisa.

4.2 DISCUSSÃO

No contexto da promoção de saúde, o programa VAMOS se constitui em um potencial de ação no alcance das metas da OMS para a prevenção e controle de DCNT presentes no *Global action plan for the prevention and control of noncommunicable diseases 2013-2020* (WHO, 2014), mais diretamente no que se refere as metas 3 e 4. Estas metas tratam da redução relativa da prevalência de atividade física insuficiente em 10% e redução relativa da média populacional de ingestão de sal ou sódio em 30%, respectivamente.

Sabendo do impacto da inatividade física e alimentação inadequada para a saúde (LEE et al., 2012; WHO, 2011, 2014; BRASIL, 2011b), o alcance das duas metas acima citadas

refletirão diretamente no alcance das metas 1 - redução relativa da mortalidade geral por doenças cardiovasculares, câncer, diabetes ou pelas doenças respiratórias crônicas em 25%; 6 - redução relativa de 25% na prevalência de hipertensão, ou contenção da prevalência de hipertensão, dependendo das circunstâncias do país; e 7 - impedir o aumento da diabetes e da obesidade (WHO, 2014).

Destarte, é importante criar condições para que o programa VAMOS seja disseminado e implementado, buscando a qualidade na realização das ações e efetivas mudanças no comportamento da população. Dentre as condições básicas para a implementação e desenvolvimento do programa da maneira para o qual foi desenvolvido está a oferta de um treinamento de multiplicadores que seja de qualidade e efetivo.

A etapa 1 da pesquisa tem a característica de validação do treinamento de multiplicadores do programa VAMOS, com a utilização de instrumento desenvolvido especialmente para esse fim.

Cavalheiro (2007) realizou um estudo cujo objetivo foi analisar os fatores críticos para a implementação de treinamento na modalidade *e-learning*, verificando quais as principais ações que deveriam ser tomadas para garantir os resultados esperados. O autor concluiu que as ações podem contribuir para as empresas atingirem os objetivos desejados com o treinamento. Algumas das ações sugeridas estão muito ligadas aos treinamentos dentro de contextos organizacionais, mas, dentro da ação de preparação para o lançamento do treinamento, a revisão do curso é uma etapa que precisa ser realizada, evitando possíveis erros que podem comprometer a credibilidade do curso.

Assim, o estudo que apresentamos nesse capítulo atende a esta etapa da preparação do treinamento, na medida em que todos os objetivos, conteúdos e atividades foram submetidos à especialistas para avaliação e sugestões.

Os dados coletados nos mostram uma avaliação bastante positiva do treinamento, haja visto o alto percentual de conceitos “adequados” e “muito adequados” (86,6%) atribuídos pelos especialistas ao conjunto dos objetivos e conteúdos.

É importante ressaltarmos que os especialistas avaliaram os objetivos das sessões. Portanto, foi solicitado para que o fizessem tendo como parâmetro a sua adequação ao objetivo geral do treinamento que foi: capacitar e certificar profissionais da área de

saúde que atuarão como multiplicadores do Programa VAMOS em diferentes comunidades/grupos em todo Brasil, habilitando-os a planejar, organizar, desenvolver e avaliar ações da intervenção, garantindo qualificação para o trabalho e a qualidade dos resultados.

Assim, apenas seis (13,8%) dos 23 objetivos específicos das sessões que compõe o treinamento foram avaliados como “pouco adequado” pelos especialistas. Vale ressaltar que todos os seis foram assim avaliados por apenas um participante, não havendo recorrência no conceito, o que nos pareceu um baixo índice de insatisfação com os objetivos apresentados.

Nenhum dos especialistas que avaliaram os objetivos como “pouco adequados” fez sugestões de mudanças para os mesmos, mas todos realizaram observações e sugestões de alteração nos conteúdos relacionados a estes objetivos. Tal constatação nos leva a inferir que o problema não estava nos objetivos em si, mas na forma e qualidade dos conteúdos relacionados aos mesmos.

Foram realizadas seis observações diretas aos objetivos, sendo todas elas sugestões de mudanças no verbo utilizado. Algumas observações destacaram a necessidade de mudar o verbo utilizado e outras já sugeriam um novo verbo a ser empregado.

Nas ações educativas, os objetivos direcionam processo de aprendizagem, definem os conhecimentos, habilidade e atitudes a serem desenvolvidos e facilita o processo de avaliação. Assim, objetivos bem delimitados, claros e coerentes contribuem para a definição dos conteúdos, estratégias de ensino-aprendizagem.

Os estudos realizados por Rabeh et al. (2012) e Ribeiro e Lopes (2006), cujos objetivos foram de validar treinamentos desenvolvidos para serem aplicados em EAD, também optaram pela metodologia de submeter os treinamentos à especialistas para avaliação.

No estudo de Rabeh et al. (2012), o objeto de estudo foi o módulo educativo para terapia tópica em feridas crônicas e, para o processo de validação, este foi submetido à avaliação, quanto aos aspectos pedagógicos e técnicos por 13 especialistas. As autoras julgaram que o processo de validação com a participação de *experts* foi adequado à avaliação do curso e possibilitou a adequação do mesmo por meio de conceitos dados e também com as sugestões de ajustes, que foram acatadas em sua maioria.

Ribeiro e Lopes (2006) desenvolveram, aplicaram e avaliaram um curso de educação à distância sobre tratamento de feridas. Os especialistas que participaram da validação do curso consideram o mesmo adequado, mas que, de forma geral, precisava de pequenas reformulações.

No presente estudo, os conteúdos foram avaliados pelos especialistas tendo como parâmetro os objetivos específicos das sessões, ou seja, se os conteúdos das sessões eram adequados aos objetivos propostos.

Os dados nos mostraram uma avaliação bastante positiva de adequação dos conteúdos. 42,9% dos conceitos atribuídos foram “muito adequados” e 38,7% foram “adequados”. Apenas 10,1% foram “pouco adequados” e nenhum, “nada adequado”.

A distribuição dos conceitos “pouco adequado” pelos conteúdos nos mostrou que o conteúdo “O que é o treinamento para multiplicadores do programa VAMOS”, da sessão de introdução, foi o que estava mais inadequado ao objetivo proposto, tendo em vista que 50% dos especialistas o avaliou como “pouco adequado” e 66,6% deles fizeram sugestões de mudanças e acréscimo no texto.

A exemplo do resultado do nosso estudo, Alavarce et al. (2015) conduziram um estudo, cujo objetivo foi o de desenvolver e avaliar o curso *on-line* sobre cateterismo urinário para profissionais e estudantes de enfermagem. O curso foi avaliado por juízes (especialistas na área), obtendo aprovação de 93% dos itens avaliados e foram feitas algumas recomendações de ajustes.

Oliveira (2015), Holanda (2014) e Frota (2012) também conduziram estudos que realizaram validação de conteúdo por especialistas. Estes três estudos trataram do desenvolvimento e avaliação de hipermídias para capacitação de enfermeiros e estudantes de enfermagem. As pesquisadoras submeteram as hipermídias a enfermeiros com especialidade nas áreas específicas dos conteúdos abordados e concluíram pela importância da participação destes no processo, inclusive pelas sugestões de mudanças feitas e que foram em sua grande parte acatadas.

Neste contexto de avaliação ainda temos, como exemplo, o estudo conduzido por Tamashiro e Peres (2014) que objetivou a validação de um Objeto de Aprendizagem (OA) ambientado no *Moodle*, voltado para a capacitação de estudantes de enfermagem. Neste estudo, o OA foi submetido à avaliação por

um grupo de enfermeiros e estudantes de enfermagem. O instrumento utilizado apresentou avaliação dos critérios relativos aos aspectos educacionais (relevância do tema, objetivos e textos/hipertextos), interface do ambiente (navegabilidade, acessibilidade e *design* das telas) e recursos didáticos (interatividade e apresentação dos recursos), por meio de uma escala tipo *Likert* composta por quatro níveis numéricos representados por: 1 – insatisfatório; 2 – razoável; 3 – satisfatório; 4 – excelente. Também foi solicitada a descrição de possíveis comentários e sugestões dos participantes para a melhoria do OA.

Diante do exposto, consideramos que a submissão do treinamento de multiplicadores do programa VAMOS à especialista para a sua avaliação e validação foi uma escolha metodológica acertada, que permitiu adequação do material, especialmente quanto aos conteúdos, agregando ainda mais qualidade ao mesmo.

Destacamos ainda que no total, foram registradas 98 observações e sugestões pelos especialistas, sendo aproximadamente 95% delas referentes à necessidade de algum tipo de ajuste no treinamento e um pouco mais de 5% destaques de pontos positivos.

Acreditamos que esse percentual reflete a preocupação do grupo de especialistas em contribuir com a adequação do treinamento ao propósito para que foi desenvolvido e demonstra a atenção e cuidado com o texto, primando pela qualidade dos conteúdos.

Assim, após a análise da validação por especialistas e modificações e ajustes realizados, concluímos que o treinamento tem potencial para capacitar e certificar os multiplicadores, contribuindo para habilitá-los a implementar e conduzir o programa VAMOS em suas comunidades.

Concluímos também que o objetivo da etapa 1 da presente pesquisa foi alcançado. Os objetivos e conteúdos do treinamento para multiplicadores do programa VAMOS foram submetidos à avaliação por especialistas e as sugestões e observações realizadas pelos participantes permitiram pequenos ajustes e correções em um importante processo de retroalimentação do planejamento e adequações dos objetivos, conteúdo, procedimento instrucional, formato, entre outros aspectos, visando a qualidade do curso, bem como maior alcance e efetividade do mesmo.

5 Etapa 2 - CARACTERÍSTICAS DOS PARTICIPANTES DO TREINAMENTO DE MULTIPLICADORES DO PROGRAMA VAMOS

Neste capítulo, apresentamos o perfil dos participantes da etapa 2 da pesquisa. Os resultados e a discussão dos dados coletados respondem ao objetivo de investigar o nível de associação entre os dados sociodemográficos e a aprovação no treinamento.

O presente capítulo está estruturado em duas seções: na primeira apresentaremos os resultados e na segunda faremos a análise e discussão dos dados coletados, buscando dialogar com outros estudos realizados.

5.1 RESULTADOS

Ao final do período de inscrição para realizar o treinamento de multiplicadores do programa VAMOS via EAD, totalizamos 218 participantes com inscrições homologadas. Desses, 125 tiveram acesso ao treinamento após o envio das respostas do pré-teste e foram definidos como participantes do estudo para efeito de descrição do perfil e análise de associação.

No decorrer do tempo, alguns participantes evadiram do treinamento e, conseqüentemente, da pesquisa. A Tabela 4 apresenta os números de participantes que finalizaram cada atividade do treinamento e, ou da pesquisa.

Tabela 4 - Número e percentual de participantes que finalizaram cada atividade do treinamento e/ou da pesquisa

Respondeu o pré-teste n = 125		
Atividade	n	%
Sessão 1	108	86,4
Sessão 2	103	82,4
Sessão 3	99	79,2
Sessão 4	97	77,6
Sessão 5	95	76,0
Sessão 6	94	75,2
Sessão 7	94	75,2
Sessão 8	93	74,4
Sessão 9	91	72,8
Sessão 10	91	72,8
Sessão 11	89	71,2

Sessão 12	89	71,2
Instr. 4 - parte 6 (pós-teste)	82	65,6
Avaliação	79	63,2
Aprovados (média $\geq 8,0$)	44	35,2

Fonte: Elaboração própria.

Os dados apresentam um índice de efetividade de 63,2% (79) de conclusão do treinamento e de 35,2% de eficácia com a aprovação de 44 participantes.

Verificamos que um número elevado de participantes evadiu na primeira sessão com uma taxa de desistência de 13,6% (17). Observamos que até a sessão 3, 26 pessoas evadiram do treinamento, representando um pouco mais de um quinto dos participantes (20,8%).

Outro momento de grande evasão foi quando do preenchimento e envio dos questionários do instrumento 4 da pesquisa. Sete participantes não concluíram os questionários e, portanto, não tiveram acesso a avaliação de certificação e assim não concluíram o treinamento.

5.1.1 Perfil dos participantes

Responderam ao pré-teste 125 participantes, destes 79 concluíram o treinamento e 46 evadiram em algum momento do curso.

A Tabela 5 apresenta os dados do perfil sociodemográfico dos participantes em sua totalidade e também por grupo dos concluintes e dos evadidos.

Participaram do treinamento 85 (68%) mulheres e 40 homens. A idade média dos participantes foi de 35,3 anos, com o mínimo de 22 e máximo de 60 anos (DP = 8,32). O percentual do sexo feminino no grupo dos concluintes foi de 67,1% e no grupo de evadidos 69,6%, e a média de idade de foi de 35, 5 (DP = 8,3) e 35 (DP = 8,4), anos, respectivamente.

Tabela 5 - Perfil sociodemográfico dos participantes do treinamento para multiplicadores do programa VAMOS (n=125)

VARIÁVEL	Total (n=125)		Concluintes (n=79)		Evadidos (n=46)	
	n	%*	n	%*	n	%*
Sexo						
Feminino	85	68,0	53	67,1	32	69,6
Masculino	40	32,0	26	32,9	14	30,4
Faixa etária						
22 a 39 anos	97	77,6	60	75,9	37	80,4
40 a 60 anos	28	22,4	19	24,1	9	19,6
Estado civil						
Sem companheiro(a)	59	47,2	39	49,4	20	43,5
Com companheiro(a)	66	52,8	40	50,6	26	56,5
Renda familiar						
1 até 3 SM**.	22	17,6	10	12,7	12	26,1
> 3 até 5 SM	28	22,4	18	22,8	10	21,7
> 5 até 10 SM	41	32,8	26	32,9	15	32,6
> 10 até 20 SM	25	20,0	18	22,8	7	15,2
Sem informação	9	7,2	7	8,9	2	4,3
Região geográfica						
Norte	2	1,6	0	0	2	4,3
Nordeste	34	27,2	21	26,6	13	28,3
Centro Oeste	9	7,2	6	7,6	3	6,5
Sudeste	33	26,4	17	21,5	16	34,8
Sul	47	37,6	35	44,3	12	26,1
Motivo que levou ao treinamento						
Convite por e-mail	41	32,8	28	35,4	13	28,3
Incrementar o trabalho	73	58,4	45	57,0	28	60,9
Outro	11	8,8	6	7,6	5	10,9
Já conhecia o VAMOS						
Sim	11	8,8	9	11,4	2	4,3
Não	114	91,2	70	88,6	44	95,7
Já trabalhou com PMC***						
Sim	53	42,4	33	41,8	20	43,5
Não	72	57,6	46	58,2	26	56,5

Fonte: Elaboração própria.

*Percentual na coluna.

Salário Mínimo. *Programa de Mudança de Comportamento.

Quanto ao estado civil, a frequência de pessoas com e sem companheiro(a) foi de 52,8% e 47,2% no total dos participantes, de 50,6% e 49,4% no grupo dos concluintes e 56,5% e 43,5% no grupo dos evadidos, respectivamente.

Em relação a renda familiar, aproximadamente um terço dos participantes estavam na faixa entre 5 e 10 salários mínimos, dado que se repete dentro dos grupos de concluintes e evadidos. Entretanto, nos extratos de até três e acima de 10 salários, os percentuais entre os grupos se diferem, tendo no grupo dos concluintes 12,7% na faixa mais baixa e 22,8% na mais alta e no grupo dos evadidos 26,1% na faixa até três salários e 15,2% na faixa entre 10 e 20 salários mínimos. Vale ressaltar que o valor do salário mínimo na época da coleta dos dados era de R\$ 880,00 (aproximadamente 280,00 dólares).

As cinco regiões geográficas brasileiras tiveram participantes no treinamento. Entretanto, a representatividade das regiões Norte e Centro Oeste foram pequenas (1,6% e 7,2% respectivamente) e a região Sul foi a que teve maior número de participantes (n = 47 – 37,6%).

Entre os grupos de concluintes e evadidos destacamos a não conclusão dos participantes da região Norte, um percentual alto de evadidos da região Sudeste e um percentual significativo de concluintes da região Sul (44,3%).

No que se refere ao questionamento sobre os motivos que os levaram a participar do treinamento, a maioria tanto no total dos participantes (58,4%), como no grupo dos concluintes (57%) e no grupo dos evadidos (60,9%) respondeu que foi por ser uma possibilidade de incrementar o seu trabalho.

Ao interrogar os participantes se eles já conheciam o programa VAMOS, 11 (8,8%) deles responderam que sim e declaram ter conhecido por meio de: programa de pós-graduação (2); grupo de estudo e, ou pesquisa (3); Google; apresentado pela professora Tânia (2); indicação de amigos; quando o programa foi aplicado no centro de saúde do Estreito (Florianópolis, 2015); um não informou como. Destacamos que 9 dos 11 participantes que declaram conhecer o VAMOS antes do treinamento concluíram o mesmo.

Mais de 40% dos participantes, tanto do total como dentro dos grupos, declaram já terem trabalhado com programas de

mudança de comportamento e os programas citados foram: ações voltadas para pessoas com algumas patologias: dor crônica (2), obesidade (2), hipertensão arterial, diabetes (2); ações para populações específicas: idosos (2), escolares (3), mulheres, gestantes, pessoas com privação de liberdade (2); ações voltadas para comportamentos de risco: tabagismo (6), uso de álcool e drogas (5), inatividade física (22), má alimentação (3); outras ações de educação em saúde (4).

Na Tabela 6, estão apresentados os dados do perfil de formação e atuação profissional, da totalidade dos participantes também por grupo dos concluintes e dos evadidos.

Observamos que os participantes com formação em educação física foram a maioria 43,2% (54) dos treinandos. Dentre o grupo dos concluintes o percentual foi um pouco maior representando 44,3% (35). A segunda graduação mais presente entre os participantes foi a de enfermagem que no total dos participantes representou 16% (20) e entre o evadidos 21,7% (10). Também participaram da pesquisa graduados em nutrição (16), psicologia (15), fisioterapia (7), serviço social (4), odontologia (2), medicina veterinária (1), terapia ocupacional (1), medicina (1), gestão em saúde (1) e fonoaudiologia (1). Observamos que o percentual de graduados em Fisioterapia e Nutrição é maior entre o grupo dos concluintes que no dos evadidos.

Tabela 6 - Perfil de formação e atuação profissional dos participantes do treinamento para multiplicadores do programa VAMOS

VARIÁVEL	Total (n=125)		Concluintes (n=79)		Evadidos (n=46)	
	n	%*	n	%*	n	%*
Graduação						
Educação Física	54	43,2	35	44,3	19	41,3
Enfermagem	20	16,0	10	12,7	10	21,7
Fisioterapia	7	5,6	6	7,6	1	2,2
Nutrição	16	12,8	11	13,9	5	10,9
Psicologia	15	12,0	8	10,1	7	15,2
Outros	13	10,4	9	11,4	4	8,7
Tempo de graduação						
≤ 5 anos	46	36,8	29	36,7	17	37,0
6 a 10 anos	41	32,8	26	32,9	15	32,6
11 a 15 anos	19	15,2	11	13,9	8	17,4
≥ 16 anos	19	15,2	13	16,5	6	13,0

Titulação						
Graduação	31	24,8	17	21,5	14	30,4
Especialista	77	61,6	54	68,4	23	50,0
Mestrado	17	13,6	8	10,1	9	19,6
Área de trabalho						
Saúde Pública	88	70,4	57	72,2	31	67,4
Saúde	17	13,6	11	13,9	6	13,0
Outras	20	16,0	11	13,9	9	19,6
Tempo que atua na área						
≤ 5 anos	70	56,0	45	57,0	25	54,3
6 a 10 anos	34	27,2	21	26,6	13	28,3
11 a 15 anos	10	8,0	7	8,9	3	6,5
≥ 16 anos	11	8,8	6	7,6	5	10,9
Cargo que ocupa						
Chefia	26	20,8	12	15,2	14	30,4
Profissional	87	69,6	59	74,7	28	60,9
Outros	12	9,6	8	10,1	4	8,7
Carga horária semanal de trabalho						
≤20 horas semanais	36	28,8	22	27,8	14	30,4
>20 horas semanais	89	71,2	57	72,2	32	68,6

Fonte: Elaboração própria.

*Percentual na coluna.

O tempo médio de conclusão da graduação foi de 9,3 anos, sendo o menor tempo de dois participantes com menos de um ano e maior de 32 anos. Na Tabela 6 podemos observar que a maior quantidade de participantes se encontra na faixa com menos de 10 anos de graduado, tanto no total dos participantes como no grupo de concluintes e de evadidos o percentual foi de 69,6% participantes nessa faixa de tempo.

O grupo total foi formado com mais de 74% de profissionais pós-graduados, desses 61,6% com especialização e 13,6% com mestrado. Dentro do grupo de concluintes o percentual de pós-graduados foi de 78,5% e entre os evadidos de 69,6%. Destacamos que 9 dos 17 participantes com mestrado desistiram do treinamento.

A área de trabalho da maioria dos participantes tanto no total (70,4%) como nos dois grupos (72,2% e 67,4%), foi a saúde pública. Dentre as outras áreas de trabalho citadas, tivemos: assistência social (2), educação e, ou escolar (7), acompanhante de idoso, saúde mental e gerência (1 cada). Destacamos que o

percentual de profissionais que atuavam em outras áreas que não eram da saúde ou da saúde pública foi maior no grupo dos evadidos que no de concluintes.

Com referência ao tempo que atuavam na área, mais da metade dos participantes trabalhavam a cinco anos ou menos na área informada. Quanto ao cargo que ocupavam na época do treinamento, 69,6% (87) de todos os participantes ocupavam cargo de profissional e 20,8% (26) cargo de chefia. Quando observamos os dados dos grupos de concluintes e evadidos verificamos que mais da metade dos que ocupavam cargo de chefia desistiram do treinamento comparado com menos de um terço dos que ocupavam cargo técnico. Os outros cargos citados foram docência, pesquisador, técnico-administrativo e vigilância sanitária.

Quanto a carga horária de trabalho no cargo de referência, 71,2% do total dos participantes trabalhavam mais de 20 horas por semana. Entre os concluintes esse percentual foi de 72,2% e entre os evadidos um pouco mais baixo sendo 68,6%.

Ainda, sobre o perfil dos participantes, a Tabela 7 nos apresenta os dados sobre o uso de tecnologias da informação.

Tabela 7 - Perfil de uso de tecnologias da informação pelos participantes do treinamento para multiplicadores do programa VAMOS

VARIÁVEL	Total (n=125)		Concluintes (n=79)		Evadidos (n=46)	
	n	%*	n	%*	n	%*
Uso semanal de internet						
≤ 3 dias	5	4,0	4	5,1	1	2,2
4 a 6 dias	10	8,0	8	10,1	2	4,3
Diariamente	110	88,0	67	84,8	43	93,5
Uso diário da internet						
≤ 2 horas	27	21,6	20	25,3	7	15,2
+ que 2 até 4 horas	48	38,4	32	40,5	16	34,8
+ que 4 até 6 horas	30	24,0	14	17,7	16	34,8
+que 6 horas	20	16,0	13	16,5	7	15,2
Onde usa computador						
Casa	116	92,8	75	94,9	41	89,1
Trabalho	93	74,4	59	74,7	34	73,9
Lanhouse	1	0,8	0	0	1	2,2
Outro	5	4,0	4	5,1	1	2,2

Faz uso de redes sociais						
Sim	122	97,6	76	96,2	46	100,0
Não	3	2,4	3	3,8	0,	0
Quais redes sociais						
<i>WhtasApp</i>	115	92,0	71	89,9	44	95,7
<i>Facebook</i>	109	87,2	67	84,8	42	93,3
<i>Instagram</i>	52	41,6	28	35,4	24	52,2
<i>Linkedin</i>	22	17,6	11	13,9	11	23,9
Já fez curso EaD						
Sim	108	86,4	67	84,8	41	89,1
Não	17	13,6	12	15,2	5	10,9
Já usou o Moodle						
Sim	91	72,8	57	72,2	34	73,9
Não	34	27,2	22	27,8	12	25,1

Fonte: Elaboração própria.

*Percentual na coluna.

Em relação ao perfil de uso da *internet*, 88% do total dos participantes faziam uso da *internet* diariamente, entre os grupos de concluintes e evadidos os percentuais foram de 84,4% e 93,5% respectivamente. Quanto ao tempo diário de acesso à rede, 40% do total dos participantes declaram permanecerem *on-line* no mínimo 4 horas por dia. Observamos que no grupo dos concluintes esse percentual cai para 34,3% e no grupo dos evadidos sobe para 50%.

O percentual de participantes que faziam uso de redes sociais foi maior que 96%, dos que usavam computador em casa maior que 89% e dos que usavam no trabalho de aproximadamente 74% em todos os grupos.

Quanto a ter realizado cursos na modalidade EaD, 86,4% do total dos participantes declararam já ter realizado algum tipo de curso nessa modalidade, e entre os grupos de concluintes e evadidos os percentuais foram 84,8% e 89,1% respectivamente. Em relação a já ter utilizado o *Moodle* os percentuais variaram entre 72,2% e 73,9% entre os grupos.

5.1.2 Expectativa inicial dos participantes em relação ao treinamento

Quanto às expectativas sobre o treinamento, 16 participantes não se interessaram em registrar suas expectativas. Os 109 registros foram organizados nos quatro temas mais

recorrentes: a realização do treinamento com o objetivo de melhorar o trabalho que já desempenha (63); o treinamento como uma possibilidade de capacitação para ações futuras (27); o treinamento com o foco de poder ofertar um trabalho mais qualificado para seus clientes ou pacientes (26); e outros (6) como: contribuir com a pesquisa, curiosidade, elaborar projeto de pós-graduação.

É importante ressaltar que em muitas falas, dois ou até os três temas acima citados estavam presentes, ou seja, alguns participantes verbalizaram a expectativa de se capacitar para incrementar o trabalho que já desempenhavam com foco na melhoria de vida dos alunos/clientes/pacientes.

Abaixo, transcrevemos algumas falas que exemplificam os temas de análise:

(...) de acordo com o que vi, este Treinamento tem muito a ver com o trabalho desenvolvido por mim, sendo assim acredito que irá me trazer muito conhecimento para melhor desenvolver o meu trabalho (Participante 102).

Ampliar meu conhecimento em programas que visam a mudança de comportamento através da atividade física e alimentação (Participante 115).

Oferecer aos usuários estratégias para mudança de comportamentos para terem hábitos saudáveis e assim melhorar a qualidade de vida dessas pessoas (Participante 98).

Observamos também várias falas sobre as expectativas com o treinamento que estavam relacionadas com os objetivos do Programa Vamos e do treinamento de multiplicadores. O Quadro 8 traz exemplos dessas falas.

Quadro 8 - Exemplo de falas das expectativas dos participantes relacionadas ao objetivo do programa VAMOS com o treinamento de multiplicadores do programa VAMOS

Objetivo do programa VAMOS	
	Motivar as pessoas a adotarem um estilo de vida saudável.
Exemplo de falas	
_	Como fisioterapeuta de uma equipe que é o NASF, quero aplicar esse programa nos meus dois locais de trabalho. Mudar hábito dos seres humanos é uma das tarefas mais difíceis. Espero ter grandes resultados com esse programa (Participante 73);
_	Quero aplicar nos meus centros de saúde onde trabalho, para ser mais resolutiva na questão de mudança de comportamento (Participante 70);
_	Conseguir motivar grandes grupos de pessoas para a mudança de um comportamento sedentário para uma vida mais ativa (Participante 123).
Objetivo do treinamento de multiplicadores	
	Capacitar e certificar profissionais da área de saúde para atuarem como multiplicadores do Programa VAMOS em diferentes comunidades/grupos em todo Brasil, habilitando-os a planejar, organizar, desenvolver e avaliar ações da intervenção, garantindo qualificação para o trabalho e a qualidade dos resultados.
Exemplo de falas	
_	Estar capacitado para desenvolver o programa no meu setor de trabalho, pois nosso trabalho envolve mudanças em comportamento, objetivando atitudes saudáveis (Participante 75);
_	Então, entendo e espero que sendo uma multiplicadora do VAMOS conseguirei agregar conhecimentos e instrumentos que vão de encontro com o que estamos pensando fazer em nossa comunidade (Participante 113);
_	Ampliar minhas possibilidades no trabalho com a mudança de comportamento na atividade física, dificuldade encontrada diariamente nas UBS (Participante 43);
_	Espero que com o treinamento, eu me sinta segura em aplicá-lo em qualquer parte do país e em qualquer população e realidade (Participante 80);
_	Adquirir conhecimento, ser multiplicadora desenvolvendo atitudes, habilidades e competências para promover a autonomia da população na escolha de um estilo de vida saudável relacionado a atividade física e alimentação adequada (Participante 124).

Fonte: Elaboração própria.

5.1.3 Associação do perfil com a aprovação no treinamento

Neste subitem, apresentaremos os resultados dos dados que buscaram atender ao objetivo de investigar o nível de associação entre os dados sociodemográficos e a aprovação no treinamento.

Para a análise de associação, a variável de desfecho foi ter concluído o treinamento com aprovação (Aprovados, $n = 44$) ou ter concluído com reprovação e não ter concluído por terem evadido do treinamento em qualquer etapa (Não aprovados, $n = 81$). Para dicotomização das duas categorias, consideramos os concluintes com aprovação todos os que foram aprovados na avaliação de certificação e, portanto, estão habilitados a atuarem como multiplicadores do programa VAMOS.

As hipóteses para esta parte do estudo foram: H_0 = as características sociodemográficas não estão associadas à aprovação no treinamento e H_1 = as características sociodemográficas estão associadas à aprovação no treinamento, e adotamos um nível de significância de 5%.

A Tabela 8 apresenta os resultados da análise de associação (qui quadrado) das variáveis de desfecho com os dados de perfil sociodemográfico dos participantes.

Tabela 8 - Associação das variáveis sociodemográficas com os desfechos - não aprovação e aprovação - dos participantes no treinamento para multiplicadores do programa VAMOS

Variáveis	Não aprovados		Aprovados		p ^{††}
	n (%) [†]	IC95%	n (%) [†]	IC95%	
Total	81 (64,8)	56,4-73,2	44 (35,2)	26,8-43,6	
Sexo					0,015
Mulheres	49 (57,6)	48,9-66,3	36 (42,4)	33,7-51,1	
Homens	32 (80,0)	73,0-87,0	8 (20,0)	13,0-27,0	
Faixa etária					0,701
22-39 anos	62 (63,9)	55,5-72,3	35 (36,1)	27,7-44,5	
40-60 anos	19 (67,9)	59,7-76,1	9 (32,1)	23,9-40,3	
Região Geográfica					0,058^{†††}
Norte	2 (100)	100	0 (0)	--	
Nordeste	25 (73,5)	65,8-81,2	9 (26,5)	18,8-34,2	
Centro Oeste	6 (66,7)	58,4-75,0	3 (33,3)	25,0-41,6	
Sudeste	25 (75,8)	68,3-83,3	8 (24,2)	16,7-31,7	
Sul	23 (48,9)	40,1-57,7	24 (51,1)	42,3-59,9	
Estado Civil					0,931
Sem companheiro(a)	38 (64,4)	56,0-72,8	21 (35,6)	27,2-44,0	
Com companheiro(a)	43 (65,2)	56,8-73,6	23 (34,8)	26,4-43,2	

Variáveis	Não aprovados		Aprovados		p ^{††}
	n (%) [†]	IC95%	n (%) [†]	IC95%	
Renda Familiar					0,448
1 a 3 SM*	15 (68,2)	60,0-76,2	7 (31,8)	23,6-40,0	
>3 a 5 SM	19 (67,9)	59,7-76,1	9 (32,1)	23,9-40,3	
>5 a 10 SM	29 (70,7)	62,7-78,7	12 (29,3)	21,3-37,3	
>10 SM	13 (52,0)	43,2-60,8	12 (48,0)	39,2-56,8	
Motivo que levou a realizar o treinamento					0,883 ^{†††}
Convite por e-mail	28 (68,3)	60,1-76,5	13 (31,7)	23,5-39,9	
Incrementar o trabalho	46 (63,0)	54,5-71,5	27 (37,0)	28,5-45,4	
Outro	7 (63,6)	55,2-72,0	4 (36,4)	28,0-44,8	
Já conhecia o programa VAMOS					0,050 ^{†††}
Sim	4 (36,4)	28,0-44,8	7 (63,6)	55,2-72,0	
Não	77 (67,5)	59,3-75,7	37 (32,5)	24,3-40,7	
Já trabalhou com PMC**					0,804
Sim	35 (66,0)	57,7-74,3	18 (34,0)	25,7-42,3	
Não	46 (63,9)	55,5-72,3	26 (36,1)	27,7-44,5	

Fonte: Elaboração própria.

† percentual na linha. †† x² test. ††† Exato de Fisher

IC95%: intervalo de confiança de 95%

*SM: Salário Mínimo, **PMC: Programa de Mudança de Comportamento

Na análise de associação com as variáveis sociodemográfica, verificamos que houve associação estatisticamente significativa ($p \leq 0,05$) com o sexo ($p = 0,015$) e com o fato de já conhecer o programa VAMOS antes de realizar o treinamento ($p = 0,050$). Para este grupo, ser mulher e conhecer o VAMOS foram significantes para a aprovação no treinamento.

Observamos que a análise de associação da aprovação com a região geográfica se aproximou muito do nível de significância adotado para esse estudo ($p = 0,058$), revelando que, para o grupo estudado morar na região Norte quase se associou a não aprovação e morar na região Sul à aprovação.

Não se associou ao desfecho de aprovação no curso: a faixa etária, o estado civil, a renda, o motivo que levou a realizar o treinamento e o fato de já ter trabalhado com programas de mudança de comportamento.

A Tabela 9 apresenta os resultados da análise de associação (qui quadrado) das variáveis de desfecho com os dados de perfil de formação e atuação profissional dos participantes.

Tabela 9 - Associação das variáveis de perfil de formação e atuação profissional com os desfechos - não aprovação e aprovação - dos participantes do treinamento para multiplicadores do programa VAMOS

Variáveis	Não aprovados		Aprovados		p ^{††}
	n (%) [†]	IC95%	n (%) [†]	IC95%	
Total	81 (64,8)	56,4-73,2	44 (35,2)	26,8-43,6	
Graduação					0,061 ^{†††}
Educação Física	32 (59,3)	50,7-67,9	22 (40,7)	32,1-49,3	
Enfermagem	16 (80,0)	73,0-87,0	4 (20,0)	13,0-27,0	
Fisioterapia	3 (42,9)	43,2-51,6	4 (57,1)	48,4-65,8	
Nutrição	8 (50,0)	41,2-58,8	8 (50,0)	41,2-58,8	
Psicologia	10 (66,7)	58,4-75,0	5 (33,3)	25,0-41,6	
Outros	12 (92,3)	87,6-97,0	1 (7,7)	3,0-12,4	
Tempo de graduação					0,241
≤ 5 anos	27 (58,7)	50,1-67,3	19 (41,3)	32,7-49,9	
6 a 10 anos	31 (75,6)	68,1-83,1	10 (24,4)	16,9-31,9	
11 a 15 anos	13 (68,4)	60,2-76,6	6 (31,6)	23,4-39,8	
≥ 16 anos	10 (52,6)	43,8-61,4	9 (47,4)	38,6-56,2	
Titulação					0,661
Graduação	22 (71,0)	63,0-79,0	9 (29,0)	21,0-37,0	
Especialista	49 (63,6)	55,2-72,0	28 (36,4)	28,0-44,8	
Mestrado	10 (58,8)	50,2-67,4	7 (41,2)	32,6-49,8	

Variáveis	Não aprovados		Aprovados		p ^{††}
	n (%) [†]	IC95%	n (%) [†]	IC95%	
Área de trabalho					0,445
Saúde Pública	54 (61,4)	52,9-69,9	34 (38,6)	30,1-47,1	
Saúde	12 (70,6)	62,6-78,6	5 (39,4)	30,8-48,0	
Outras	15 (75,0)	67,4-82,6	5 (25,0)	17,4-32,6	
Tempo que atua na área					0,957 ^{†††}
≤ 5 anos	44 (62,9)	54,4-71,4	26 (37,1)	28,6-45,6	
6 a 10 anos	23 (67,6)	59,4-75,8	11 (32,4)	24,2-40,6	
11 a 15 anos	7 (70,0)	62,0-78,0	3 (30,0)	22,0-38,0	
≥ 16 anos	7 (63,6)	55,2-72,0	4 (36,4)	28,0-44,8	
Cargo que ocupa					0,029 ^{†††}
Chefia	22 (84,6)	78,3-90,9	4 (15,4)	9,1-21,7	
Profissional	50 (57,5)	48,8-66,2	37 (42,5)	33,8-51,2	
Outros	9 (75,0)	67,4-82,6	3 (25,0)	17,4-32,6	
Carga horária de trabalho					0,129
≤ 20 horas semanais	27 (75,0)	67,4-82,6	9 (25,0)	17,4-32,6	
> 20 horas semanais	54 (60,7)	52,1-69,3	35 (39,3)	30,7-47,9	

Fonte: Elaboração própria.

† percentual na linha. †† χ^2 test. ††† Exato de Fisher.

IC95%: intervalo de confiança de 95%

Na análise de associação com as variáveis de formação e atuação profissional, apenas a variável cargo que ocupa apresentou associação estatisticamente significativa ($p = 0,029$) com a aprovação do treinamento. Neste estudo, estar fora de cargo de chefia, ou outras funções que não sejam as específicas da formação, facilitou a aprovação do treinamento.

Também foi realizada análise de associação entre o desfecho de aprovação ou não do treinamento com as variáveis de uso de computador e *internet*. A Tabela 10 apresenta estes dados.

Tabela 10 - Associação das variáveis de perfil de uso de computador e internet com os desfechos - não aprovação e aprovação - dos participantes do treinamento para multiplicadores do programa VAMOS

Variáveis	Não aprovados		Aprovados		p ^{††}
	n (%) [†]	IC95%	n (%) [†]	IC95%	
Total	105 (70,5)	63,2-77,8	44 (29,5)	22,2-36,8	
Uso semanal da internet					0,220 ^{†††}
≤ 3 dias	3 (60,0)	51,4-68,6	2 (40,0)	31,4-48,6	
4 a 6 dias	4 (40,0)	31,4-48,6	6 (60,0)	51,4-68,6	
Diariamente	74 (67,3)	59,1-75,5	36 (32,7)	24,5-40,9	
Uso diário da internet					0,642
≤ 2 horas	19 (70,4)	62,4-78,4	8 (29,6)	21,6-37,6	
+ que 2 até 4 horas	30 (62,5)	54,0-71,0	18 (37,5)	29,0-46,0	
+ que 4 até 6 horas	21 (70,0)	62,0-78,0	9 (30,0)	22,0-38,0	
+que 6 horas	11 (55,0)	46,3-63,7	9 (45,0)	36,3-53,7	
Faz uso de redes sociais					1,000 ^{†††}
Sim	79 (64,8)	56,4-73,2	43 (35,2)	26,8-43,6	
Não	2 (66,7)	58,4-75,0	1 (33,3)	25,0-41,6	
Já fez curso EAD					0,591
Sim	69 (63,9)	55,5-72,3	39 (36,1)	27,7-44,5	
Não	12 (70,6)	62,6-78,6	5 (29,4)	21,4-37,4	
Já usou o Moodle					0,408
Sim	57 (62,6)	54,1-71,1	34 (37,4)	28,9-45,9	
Não	24 (70,6)	62,6-78,6	10 (29,4)	21,4-37,4	

Fonte: Elaboração própria.

† percentual na linha. †† x² test. ††† Exato de Fisher. IC95%: intervalo de confiança de 95%

O grupo que participou da presente pesquisa teve um perfil de utilização alta das tecnologias digital. As diferenças entre a quantidade de dias por semanas ou horas diárias de uso da *internet* não se associaram à aprovação ou não no treinamento, bem como o fato de usar ou não redes sociais. Também não se associaram à aprovação no curso os participantes que já realizaram algum curso em educação à distância ou já utilizaram o *Moodle*.

Diante do exposto, rejeitamos a hipótese H0 (as características sociodemográficas não estão associadas à aprovação no treinamento) apenas para as variáveis sexo, região geográfica, já conhecer o VAMOS antes da realização do treinamento e cargo ocupado no local de trabalho, para todas as outras variáveis aceitamos hipótese H0.

5.2 DISCUSSÃO

Os dados de perfil dos participantes no presente estudo nos revelaram um grupo prioritariamente feminino, com idades entre 22 e 60 anos, estando a maioria na faixa dos 22 a 39 anos. 75,2% dos participantes tinham ao menos o título de especialização e a maioria estava atuando na área de saúde pública há cinco anos ou menos. Grande parte do grupo na época da coleta ocupava cargo de atividade técnica-profissional, com carga de trabalho semanal maior que 20 horas e renda familiar entre 3 e 10 salários mínimos.

Quanto à questão do gênero, Alvarce (2014) e Santos (2012) realizam estudos, avaliando treinamentos *on-line* com profissionais da atenção primária e secundária à saúde e ambas verificaram o perfil feminino dos participantes, sendo 92,5% de mulheres, no primeiro e 84,9-80,8%, no segundo estudo.

Estes dados são reforçados pelo Censo EaD 2015 que mostra a preferência do público feminino (56%) pelos cursos *on-line* (CENSO, 2015). Os dados encontrados são reforçados pelos estudos de Tomasi et al. (2008) e Costa et al. (2013), que ao estudarem o perfil dos profissionais de atenção básica, observaram a absoluta frequência de mulheres nas equipes de saúde.

Acreditamos que as características predominantes de faixa etária (22 e 39 anos), graduação em educação física (43,2%), tempo de graduado (\leq 10 anos) e tempo de serviço na área (\leq que

5 anos) estão relacionadas ao fato de que foram convidados a realizarem o treinamento profissionais que se inscreveram no Curso de Aperfeiçoamento em Política Nacional de Promoção da Saúde: Programa Academia da Saúde, realizado pelo Ministério da Saúde (MS), tema de maior interesse dos profissionais da educação física. Além disso, só em 2008, quando foram criados os NASFs, foi consolidada a possibilidade de contratação do profissional de educação física para atuar no sistema de saúde. Portanto, isto justifica o perfil mais novo e com menos tempo de graduação dos participantes deste estudo.

Outra característica que chama atenção no perfil dos treinandos foi que mais de 75% deles possuíam curso de pós-graduação. Este perfil encontra respaldo no estudo de Costa et al. (2013), no qual 85,3% dos participantes eram pós-graduados e, no estudo de Tomasi et al. (2008) foi encontrado cerca de 70% dos profissionais do PSF com especialização.

Quanto à região geográfica de residência, as regiões Centro Oeste e Norte tiveram baixa representação. Este fato foi uma característica do perfil dos contatos na lista dos inscritos no Curso Academia da Saúde, disponibilizada pelo MS. Os residentes nas regiões Centro Oeste e Norte eram apenas 8,7% e 7,4% do total dos inscritos, respectivamente.

Também nos chamou a atenção o perfil digital dos participantes, 92,8% deles possuíam computadores em casa e 74,4% usavam computadores no trabalho, a grande maioria acessava a *internet* diariamente no período entre 2 e 6 horas e fazia uso de redes sociais. Mais de 86% já realizaram curso na modalidade à distância e 72,8% já haviam utilizado o *Moodle*.

Dados da Pesquisa sobre o uso das tecnologias de informação e comunicação nos domicílios brasileiros - TIC Domicílios 2015 (CGI-BR, 2016) mostram que 51% dos domicílios brasileiros tem acesso à *internet*, o que representa um aumento significativo nos últimos anos. Entretanto, a distribuição do acesso é desigual entre as diferentes regiões geográficas e as diferentes classes sociais.

A presença de *internet* nos domicílios das regiões Sudeste e Sul chegam a mais de 50% (60% e 53% respectivamente), enquanto, nas regiões Centro-Oeste, Nordeste e Norte, essas proporções são de 48%, 40% e 38%, respectivamente.

Quanto às proporções nas classes sociais, as diferenças são ainda mais acentuadas. No ano de 2015, 97% das residências

pertencentes à classe A tinham acesso à *internet*, 82% da classe B, 49% da classe C e 16% das classes D e E (CGI-BR, 2016).

No presente estudo a taxa de evasão foi de 36,8%, dados da ABED (2015) mostram que 31,71% das instituições que ofereceram cursos livres não corporativos apresentaram evasão na faixa de 26%-50%.

Segundo Abbad, Carvalho e Zebini (2006) estudos mostram que, de modo geral, há alta evasão em cursos a distância e esta evasão é mais significativa entre os primeiros módulos do curso.

O estudo de Almeida (2007) mostrou que a maior parte dos alunos evadidos em um curso de especialização desistiram nos três primeiros módulos do evento. No nosso estudo observamos que já na primeira sessão do treinamento a evasão foi de 13,6% e o acumulado até a terceira sessão foi de 20,8%, totalizando 36,8% ao final. Taxa que consideramos alta e que pode estar relacionada ao fato de, mesmo sendo uma possibilidade de incrementar o trabalho, o treinamento não estava vinculado às instituições de trabalho dos participantes.

Quando observamos em separado o perfil dos participantes que concluíram o treinamento e dos que evadiram observamos algumas diferenças que nos chamaram a atenção. Entre elas está o percentual maior de participantes que evadiram nas faixas de renda familiar mais baixas e entre os que utilizavam a internet mais que 4 horas por dia.

Também observamos percentuais maiores no grupo de concluintes para residir na região do Sul do país, já conhecer o VAMOS antes de iniciar o treinamento e não estar em cargo de chefia. Vale lembrar que a grande maioria dos que declaram conhecer o VAMOS antes do treinamento residiam na região Sul.

Segundo o Relatório Analítico da Aprendizagem a Distância no Brasil do ano de 2015 (ABED, 2015) os principais motivos apontados pelos coordenadores dos cursos livres não corporativos para a evasão foram questões de tempo e de adaptação à modalidade.

Variáveis de perfil pouco têm sido apontadas como determinantes de evasão nos estudos. O estudo de Gonzalez, do Nascimento e Leite (2016) conclui que apenas morar no interior exerceu uma influência significativa (95% de confiança) sobre a evasão nos cursos EaD oferecidos pela Universidade Corporativa dos Servidores Públicos da Secretaria da Fazenda do Estado da Bahia aos seus servidores.

O estudo de Walter (2006) concluiu que o treinando que já participou de cursos a distância anteriormente, foi uma variável de perfil relacionada à menor evasão. O estudo de Abbad, Carvalho e Zebini (2006) indicou que a idade dos alunos que concluíram o curso sobre Elaboração de Plano de Negócios era diferente da idade daqueles alunos que evadiram.

Segundo Bandura (2011) uma das características da agência humana é a capacidade de antecipação, pela qual é possível não só planejamento, mas também a criação de objetivos e a previsão de resultados que agem diretamente na motivação das ações do presente. Assim, acreditamos que conhecer o programa VAMOS e a perspectiva de ações futuras motivou os participantes a concluírem o treinamento.

Mais de 87% dos participantes da etapa 2 da pesquisa (109) registraram suas expectativas com o treinamento. A grande maioria das falas foi em torno do ganho de conhecimentos e habilidades para a capacitação pessoal e para o trabalho, o que se mostrou coerente com os objetivos e propostas do programa VAMOS e do treinamento de multiplicadores que foram divulgados no convite, enviado no site do VAMOS e na página do sistema de inscrições da UFSC.

O foco na possibilidade de melhorar o trabalho foi a escolha de 58,4% dos participantes, que sinalizaram o motivo que os levaram ao treinamento na resposta à questão 26 do instrumento 2.

Na etapa 2, nos propomos a avaliar a associação de variáveis sociodemográficas à aprovação no treinamento, ou seja, fizemos análise de associação dos dados do perfil com o desfecho dos que foram aprovados ou não no treinamento. Lembrando que consideramos concluinte ($n = 44$) todos os que foram aprovados na avaliação final e assim foram certificados para atuarem como multiplicadores do VAMOS (35,2%).

Não encontramos na literatura estudo com o mesmo delineamento metodológico no que se refere à associação dos dados. A grande parte dos estudos faz análise de predição e regressão, objetivando avaliar o quanto essas variáveis influenciam no desempenho do treinando, em sua função no local de trabalho (impacto) ou na nota do pré e do pós-teste.

Os dados das análises de associação deste estudo foram apresentados nas tabelas 8, 9 e 10 e observamos que, no grupo estudado, o sexo ($p = 0,015$), já conhecer o VAMOS ($p = 0,050$) e

o cargo que ocupavam ($p = 0,029$) se associaram significativamente (5%) à conclusão do treinamento. As outras variáveis pesquisadas não apresentaram diferença estatística significativa com a análise de associação.

Na associação da variável sexo com a aprovação no treinamento, não encontramos estudos que tenham chegado a resultado semelhante. Entretanto, tendo em vista a preferência feminina pelos cursos à distância, supomos que este grupo goste mais desse modelo de ensino e, conseqüentemente, tem melhores resultados.

Apesar de apenas 8,8% dos que iniciaram o treinamento declarem conhecerem o programa VAMOS, essa variável foi estatisticamente significativa para aprovação no curso. Acreditamos que conhecer o programa, saber de sua estrutura e os resultados já alcançados motivaram as pessoas a concluir o treinamento e se capacitar para ser um multiplicador.

No presente estudo, não estar em cargo administrativo, mas exercendo função técnico-profissional foi significativo para a aprovação no treinamento. Supomos que esta associação está relacionada às possibilidades do programa VAMOS incrementar o trabalho que os participantes realizavam.

Araújo (2015) desenvolveu um estudo de avaliação de três treinamentos em uma Agência Reguladora e, dentre os dados demográficos, apenas o cargo influenciou as notas do pré e do pós-teste. Resultado similar foi encontrado no estudo realizado por Coelho Junior, Abbad e Vasconcelos (2008), no qual o cargo foi uma das poucas variáveis que explicou o impacto do treinamento à distância junto a funcionários do setor bancário.

Pantoja, Lima e Borges-Andrade (2001) conduziram um estudo que objetivou analisar o impacto de um treinamento na área de reabilitação junto a profissionais de saúde e concluíram que, no grupo estudado, o cargo que ocupavam foi uma variável sociodemográfica que influenciou na aprendizagem. Entretanto, a formulação de objetivos claros e precisos e a especificação do tipo e da quantidade de avaliação de aprendizagem adequada ao conteúdo do curso e às características do grupo foram consideradas decisivas para o ganho de conhecimento e habilidades.

No que se refere à região geográfica, não houve associação significativa com a aprovação no treinamento, mas o p valor ($p=0,058$) foi muito perto do nível de confiança adotado.

Observamos um percentual mais alto de aprovações entre os residentes na região Sul e que nenhum participante da região Norte foi aprovado.

É importante ressaltar que o treinamento já começou com uma quantidade muito baixa de representantes da região Norte e também gostaríamos de registrar que um treinando da referida região entrou em contato conosco, falando das dificuldades que estava tendo com a qualidade e disponibilidade da *internet* que usava e por causa disso não conseguiu concluir o treinamento, mas que gostaria de, em outra oportunidade, fazê-lo. Não podemos generalizar a fala acima citada, mas exemplifica o que já discutimos sobre as diferenças regionais brasileiras do acesso a computadores e a *internet*.

Sendo o VAMOS um programa de mudança de comportamento, supomos que experiência prévia com esse tipo de programa poderia influenciar na motivação para a conclusão e aprovação no treinamento, mas as análises não mostraram tal associação.

As outras variáveis que não se associaram à aprovação no treinamento foram: idade, viver ou não com companheiro(a), renda familiar, formação profissional, titulação, carga horária de trabalho, acesso à *internet*, já ter realizado curso à distância ou já ter usado a plataforma *Moodle*.

6 ETAPA 2 - NÍVEL DE REAÇÃO DOS PARTICIPANTES AO TREINAMENTO DE MULTIPLICADORES DO PROGRAMA VAMOS

Neste capítulo, apresentaremos os resultados e a discussão dos dados coletados, para atender ao segundo e terceiro objetivo proposto pela etapa 2 da pesquisa. O segundo objetivo tratou de avaliar o nível de satisfação dos participantes aos procedimentos instrucionais, à interface gráfica, ao ambiente de estudo, aos procedimentos de interação e aos resultados do treinamento. Já o terceiro objetivo verificou, segundo a percepção dos treinandos, a aquisição de conhecimento e habilidades e a expectativa de implementação do programa VAMOS.

6.1 RESULTADOS

6.1.1 Reação dos participantes às sessões

Durante o treinamento, foram realizadas medidas de reação às sessões. O objetivo era avaliar, por meio de escalas, a satisfação dos participantes aos procedimentos instrucionais, à interface gráfica, ao ambiente de estudo, aos procedimentos de interação e aos resultados do treinamento de cada uma das sessões especificamente.

No total, 87 treinandos participaram, avaliando uma ou duas sessões, a quantidade de respondentes por sessão variou devido à evasão que aconteceu no treinamento e/ou a negativa de preencher o instrumento 3 ou parte dele. A quantidade de respostas por sessão, escala e item está demonstrada nas tabelas que apresentam os dados coletados. Lembramos que os participantes foram divididos em seis grupos para que cada um avaliasse duas sessões.

Os dados das escalas de reação foram organizados e tratados de forma agrupada (médias e medianas) e considerando os desvios (variância e desvio padrão).

A Figura 13 mostra os percentuais das notas obtidas nas sessões, considerando todas as escalas e agrupadas por nível de satisfação com a sessão. Notas entre 0 e 4 indicam baixa satisfação; entre 4,1 e 7, satisfação moderada; e entre 7,1 e 10, sinalizam que o participante está muito satisfeito com a qualidade

do aspecto descrito (ZERBINE; BORGES-ANDRDE; ABBAD, 2012).

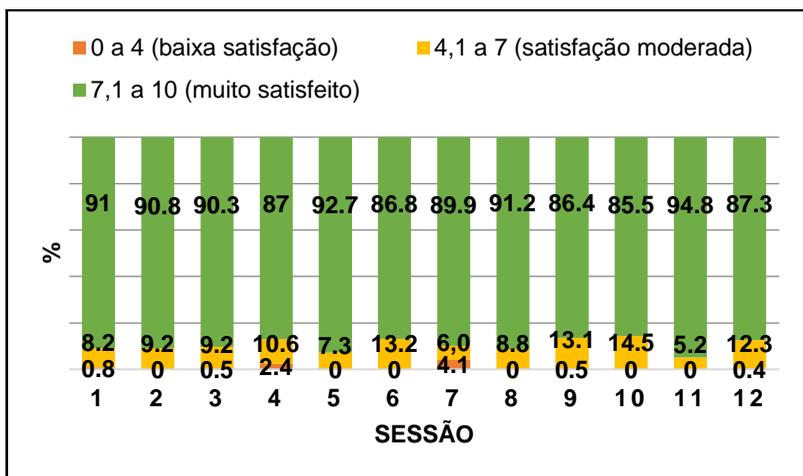


Figura 13 - Nível de satisfação dos participantes do treinamento para multiplicadores do programa VAMOS com as sessões considerando todas as escalas

Fonte: Elaboração própria.

De forma geral, as sessões foram bem avaliadas pelos participantes. O percentual de respostas que sinalizaram alta satisfação com cada sessão ficou entre 85,5% e 94,8%. A média das notas atribuídas às sessões, considerando todas as escalas, foi de 8,9 e a mediana 9,0.

As sessões melhores avaliadas foram a 2, 5, 8 e 11, porque além de um percentual alto de notas na faixa entre 7,0 e 10 que correspondem a um grau de muita satisfação, elas não receberam nenhuma nota igual ou abaixo de 4,0. Considerando o total das escalas por sessão, estas também foram as que obtiveram as maiores médias sendo: 9,3, 9,1, 9,2 e 9,3, respectivamente.

Nas Tabelas 11 a 22, apresentamos os resultados descritivos de cada sessão por escala, o que nos permitiu um olhar mais específico para cada uma delas.

Na análise dos dados das escalas de reação da sessão 1 contidos na Tabela 11, verificamos que o item “tempo que você levou para concluir a sessão” da ERPI e os itens “informações que me permitem evitar erros de navegação”, “quantidade de conteúdo

por tela” e “qualidade das imagens nesta sessão” receberam notas que indicam baixa satisfação com os mesmos ($\leq 4,0$).

Entretanto, as médias de todos os itens, inclusive os que receberam notas mais baixas, são altas e os desvios padrões considerados baixos. Este fato, demonstra concordância de opiniões entre os participantes.

Tabela 11 - Escore das escalas ERPI, ERIG e ERR da Sessão 1: O que é o VAMOS?

ITEM	n*	Mín.	Máx.	Média	DP**	Mediana
ERPI	105	1	10	9,0	1,36	9,0
Ligação entre o conteúdo e os objetivos desta sessão.	15	6	10	9,1	1,19	10,0
Ligação entre o conteúdo desta sessão e os seus objetivos pessoais.	15	6	10	9,1	1,22	10,0
Linguagem utilizada no material desta sessão.	15	7	10	9,3	0,98	10,0
Leituras recomendadas.	15	7	10	8,9	0,88	9,0
Exercícios de fixação (obrigatórios).	15	8	10	9,0	0,93	9,0
Quantidade de conteúdo nesta sessão.	15	6	10	8,8	1,15	9,0
Tempo que você levou para concluir a sessão.	15	1	10	8,5	2,53	10,0
ERIG	105	1	10	8,6	1,79	9,0
Apresentação visual das telas.	15	5	10	8,9	1,39	9,0
Indicação sobre o que devo fazer para atingir meus objetivos instrucionais (específicos da sessão) nesta sessão.	15	5	10	8,5	1,60	9,0
Quantidade de passos para chegar na informação que preciso nesta sessão.	15	5	10	8,5	1,64	9,0
Disposição dos comandos na tela para encontrar as informações desejadas.	15	5	10	8,1	1,51	8,0
Informações que me permitem evitar erros de navegação.	15	2	10	8,1	2,07	8,0
Quantidade de conteúdo por tela.	15	2	10	8,9	2,05	10,0
Qualidade das imagens nesta sessão	15	1	10	8,7	2,28	9,0

ITEM	n*	Mín.	Máx.	Média	DP**	Mediana
ERR	45	8	10	9,2	0,77	9,0
Capacidade de aplicar o conhecimento ensinado nesta sessão em diferentes situações.	15	8	10	9,1	0,83	9,0
Assimilação do conteúdo desta sessão.	15	8	10	9,4	0,74	10,0
Capacidade de transmitir os conhecimentos adquiridos nesta sessão para outras pessoas.	15	8	10	9,2	0,78	9,0
TOTAL SESSÃO	225	1	10	8,9	1,50	9,0

Fonte: Elaboração própria.

* Ocorrências de repostas

** Desvio padrão

A Tabela 12 apresenta os dados das escalas de reação dos participantes da sessão 2.

Tabela 12 - Escore das escalas ERPI, ERIG e ERR da Sessão 2: O que é o atividade física e exercício físico?

ITEM	n*	Mín.	Máx.	Média	DP**	Mediana
ERPI	111	7	10	9,2	1,06	10,0
Ligação entre o conteúdo e os objetivos desta sessão.	16	7	10	9,1	1,06	9,0
Ligação entre o conteúdo desta sessão e os seus objetivos pessoais.	16	7	10	8,9	1,06	9,0
Linguagem utilizada no material desta sessão.	16	7	10	9,4	1,03	10,0
Leituras recomendadas.	16	7	10	9,2	1,11	10,0
Exercícios de fixação (obrigatórios).	16	7	10	9,2	1,05	9,5
Quantidade de conteúdo nesta sessão.	16	7	10	9,4	1,09	10,0
Tempo que você levou para concluir a sessão.	15	7	10	9,1	1,13	10,0
ERIG	105	7	10	9,3	0,93	10,0
Apresentação visual das telas.	15	7	10	9,4	0,91	10,0
Indicação sobre o que devo fazer para atingir meus objetivos	15	7	10	9,3	0,96	10,0

ITEM	n*	Mín.	Máx.	Média	DP**	Mediana
instrucionais (específicos da sessão) nesta sessão.						
Quantidade de passos para chegar na informação que preciso nesta sessão.	15	7	10	9,1	0,99	9,0
Disposição dos comandos na tela para encontrar as informações desejadas.	15	7	10	9,1	0,99	9,0
Informações que me permitem evitar erros de navegação.	15	7	10	9,1	0,92	9,0
Quantidade de conteúdo por tela.	15	7	10	9,5	0,92	10,0
Qualidade das imagens nesta sessão.	15	7	10	9,4	0,91	10,0
ERR	45	7	10	9,4	0,88	10,0
Capacidade de aplicar o conhecimento ensinado nesta sessão em diferentes situações.	15	7	10	9,3	0,90	10,0
Assimilação do conteúdo desta sessão.	15	7	10	9,4	0,91	10,0
Capacidade de transmitir os conhecimentos adquiridos nesta sessão para outras pessoas.	15	7	10	9,3	0,90	10,0
TOTAL SESSÃO	261	7	10	9,3	0,98	10,0

Fonte: Elaboração própria.

* Ocorrências de repostas

** Desvio padrão

Conforme observamos, os participantes ficaram muito satisfeitos com a sessão 2. Todos os itens foram avaliados com notas iguais ou maiores que 7. A mediana de todas as escalas foi 10,0 e a média das notas da sessão foi 9,3. Os desvios padrões das escalas de reação à interface gráfica e aos resultados se mantiveram baixos em todos os itens, mostrando uma certa homogeneidade nas avaliações.

A Tabela 13 traz os dados das escalas de reação da sessão 3.

Tabela 13 - Escore das escalas ERPI, ERIG e ERR da Sessão 3: Diretrizes para uma alimentação adequada e saudável

ITEM	n*	Mín.	Máx.	Média	DP**	Mediana
ERPI	91	2	10	8,9	1,43	9,0
Ligação entre o conteúdo e os objetivos desta sessão.	13	6	10	9,0	1,23	9,0
Ligação entre o conteúdo desta sessão e os seus objetivos pessoais.	13	6	10	8,5	1,20	8,0
Linguagem utilizada no material desta sessão.	13	6	10	9,3	1,18	10,0
Leituras recomendadas.	13	6	10	9,0	1,23	9,0
Exercícios de fixação (obrigatórios).	13	6	10	8,9	1,38	10,0
Quantidade de conteúdo nesta sessão.	13	6	10	9,2	1,17	10,0
Tempo que você levou para concluir a sessão.	13	2	10	8,2	2,27	8,0
ERIG	91	6	10	8,9	1,15	9,0
Apresentação visual das telas.	13	6	10	9,2	1,09	9,0
Indicação sobre o que devo fazer para atingir meus objetivos instrucionais (específicos da sessão) nesta sessão.	13	6	10	8,9	1,12	9,0
Quantidade de passos para chegar na informação que preciso nesta sessão.	13	6	10	8,5	1,20	9,0
Disposição dos comandos na tela para encontrar as informações desejadas.	13	6	10	8,8	1,09	9,0
Informações que me permitem evitar erros de navegação.	13	6	10	8,4	1,19	8,0
Quantidade de conteúdo por tela.	13	6	10	9,0	1,23	9,0
Qualidade das imagens nesta sessão.	13	6	10	9,3	1,11	10,0
ERR	36	7	10	9,3	0,88	9,5
Capacidade de aplicar o conhecimento ensinado nesta sessão em diferentes situações.	12	7	10	9,3	0,97	9,5
Assimilação do conteúdo desta sessão.	12	7	10	9,3	0,97	9,5

ITEM	n*	Mín.	Máx.	Média	DP**	Mediana
Capacidade de transmitir os conhecimentos adquiridos nesta sessão para outras pessoas.	12	7	10	9,3	0,78	9,5
TOTAL SESSÃO	218	2	10	8,9	1,24	9,0

Fonte: Elaboração própria.

* Ocorrências de repostas

** Desvio padrão

Os dados da Tabela 13 nos mostram que, de forma geral, os participantes ficaram satisfeitos com a sessão 3, apenas o item “tempo que você levou para concluir a sessão” (ERPI) recebeu nota abaixo de 4,0 (pouca satisfação), todos os demais itens da mesma escala e da ERPI receberam como nota mínima 6,0 (satisfação moderada).

Entretanto, as médias das notas das três escalas estão na faixa de muita satisfação e os desvios padrões não são altos, indicando uma forte concordância de opiniões entre os participantes.

Na Tabela 14, mostraremos os dados da avaliação de reação da sessão 4.

Tabela 14 - Escore das escalas ERPI, ERIG e ERR da Sessão 4 - Embasamento teórico do Programa VAMOS

ITEM	n*	Mín.	Máx.	Média	DP**	Mediana
ERPI	69	4	10	8,5	1,23	9,0
Ligação entre o conteúdo e os objetivos desta sessão.	10	6	10	8,6	1,27	8,5
Ligação entre o conteúdo desta sessão e os seus objetivos pessoais.	10	6	10	8,2	1,14	8,0
Linguagem utilizada no material desta sessão.	10	8	10	9,1	0,88	9,0
Leituras recomendadas.	10	8	10	8,6	0,84	8,0
Exercícios de fixação (obrigatórios).	10	7	10	8,6	0,97	8,5
Quantidade de conteúdo nesta sessão.	10	4	10	8,0	1,70	8,5
Tempo que você levou para concluir a sessão.	9	5	10	8,6	1,67	9,0

ITEM	n*	Mín.	Máx.	Média	DP**	Mediana
ERIG	70	5	10	8,5	1,35	9,0
Apresentação visual das telas.	10	7	10	8,7	0,95	9,0
Indicação sobre o que devo fazer para atingir meus objetivos instrucionais (específicos da sessão) nesta sessão.	10	6	10	8,1	1,29	8,0
Quantidade de passos para chegar na informação que preciso nesta sessão.	10	6	10	8,1	1,52	9,0
Disposição dos comandos na tela para encontrar as informações desejadas.	10	6	10	8,3	1,49	8,5
Informações que me permitem evitar erros de navegação.	10	5	10	8,2	1,62	8,5
Quantidade de conteúdo por tela.	10	6	10	8,5	1,43	9,0
Qualidade das imagens nesta sessão.	10	8	10	9,5	0,71	10,0
ERR	30	2	10	7,7	1,84	8,0
Capacidade de aplicar o conhecimento ensinado nesta sessão em diferentes situações.	10	2	10	7,6	2,17	8,0
Assimilação do conteúdo desta sessão.	10	4	10	8,1	1,66	8,0
Capacidade de transmitir os conhecimentos adquiridos nesta sessão para outras pessoas.	10	3	10	7,5	1,66	8,0
TOTAL SESSÃO	169	2	10	8,4	1,43	9,0

Fonte: Elaboração própria.

* Ocorrências de repostas

** Desvio padrão

Esta sessão foi a que obteve a menor média entre as 12 sessões, a nota foi de 8,4 e a única em que, todos os itens da escala de reação aos resultados (ERR) obtiveram notas iguais ou menores que 4,0, indicando que alguns participantes ficaram pouco satisfeitos com sua assimilação dos conteúdos e a capacidade de aplicar o conhecimento aprendido em diferentes situações e de transmiti-los a outras pessoas.

É importante ressaltar que a sessão 4 trata, principalmente, da teoria Sócio Cognitiva que é a base teórica, usada pelo

programa VAMOS e, ao que parece, os participantes tiveram mais dificuldade no domínio deste conteúdo.

Os dados de avaliação de reação à sessão 5 estão expostos na Tabela 15.

Tabela 15 - Escore das escalas ERPI, ERIG e ERR da Sessão 5 - Princípios e estilos de aprendizagem

ITEM	n*	Mín.	Máx.	Média	DP**	Mediana
ERPI	118	5	10	9,2	1,09	10,0
Ligação entre o conteúdo e os objetivos desta sessão.	17	8	10	9,4	0,79	10,0
Ligação entre o conteúdo desta sessão e os seus objetivos pessoais.	17	8	10	9,4	0,70	9,0
Linguagem utilizada no material desta sessão.	17	7	10	9,5	0,87	10,0
Leituras recomendadas.	17	6	10	8,9	1,20	9,0
Exercícios de fixação (obrigatórios).	17	5	10	9,1	1,32	10,0
Quantidade de conteúdo nesta sessão.	17	5	10	8,9	1,39	9,0
Tempo que você levou para concluir a sessão.	16	6	10	9,1	1,24	9,5
ERIG	119	5	10	9,1	1,14	9,0
Apresentação visual das telas.	17	7	10	9,2	1,07	10,0
Indicação sobre o que devo fazer para atingir meus objetivos instrucionais (específicos da sessão) nesta sessão.	17	5	10	9,1	1,22	9,0
Quantidade de passos para chegar na informação que preciso nesta sessão.	17	8	10	9,0	0,87	9,0
Disposição dos comandos na tela para encontrar as informações desejadas.	17	8	10	9,2	0,81	9,0
Informações que me permitem evitar erros de navegação.	17	6	10	8,7	1,16	9,0
Quantidade de conteúdo por tela.	17	5	10	9,3	1,26	10,0
Qualidade das imagens nesta sessão.	17	6	10	8,9	1,17	10,0

ITEM	n*	Mín.	Máx.	Média	DP**	Mediana
ERR	50	6	10	9,0	1,01	9,0
Capacidade de aplicar o conhecimento ensinado nesta sessão em diferentes situações.	17	6	10	8,9	1,17	9,0
Assimilação do conteúdo desta sessão.	16	7	10	9,1	0,89	9,0
Capacidade de transmitir os conhecimentos adquiridos nesta sessão para outras pessoas.	17	7	10	9,0	1,0	9,0
TOTAL SESSÃO	287	5	10	9,1	1,10	9,0

Fonte: Elaboração própria.

* Ocorrências de repostas

** Desvio padrão

A sessão 5 foi avaliada pelos participantes com um alto grau de satisfação. A média geral da sessão foi 9,1 e todas as escalas tiveram médias acima de 9 e as medianas de todos itens ficam entre 9,0 e 10,0.

Não consideramos que os desvios padrões das avaliações dos itens foram altos, demonstrando que, mesmo com várias avaliações com notas que correspondem a uma satisfação moderada (4,1 a 7,0), o grau de concordância de opiniões dos participantes foi alto.

A Tabela 16 aponta os dados das escalas de reação da sessão 6.

Tabela 16 - Escore das escalas ERPI, ERIG e ERR da Sessão 6: Tipos de comportamentos das pessoas nos grupos

ITEM	n*	Mín.	Máx.	Média	DP**	Mediana
ERPI	111	5	10	8,9	1,34	9,0
Ligação entre o conteúdo e os objetivos desta sessão.	16	6	10	9,1	1,12	9,0
Ligação entre o conteúdo desta sessão e os seus objetivos pessoais.	16	5	10	8,9	1,59	9,5
Linguagem utilizada no material desta sessão.	16	7	10	9,4	0,81	9,5
Leituras recomendadas.	16	5	10	8,5	1,55	8,5
Exercícios de fixação (obrigatórios).	16	5	10	8,6	1,26	9,0

ITEM	n*	Mín.	Máx.	Média	DP**	Mediana
Quantidade de conteúdo nesta sessão.	16	5	10	8,9	1,36	9,0
Tempo que você levou para concluir a sessão.	15	5	10	8,8	1,61	9,0
ERIG	112	5	10	8,8	1,47	9,0
Apresentação visual das telas.	16	5	10	9,1	1,41	10,0
Indicação sobre o que devo fazer para atingir meus objetivos instrucionais (específicos da sessão) nesta sessão.	16	5	10	9,0	1,27	9,0
Quantidade de passos para chegar na informação que preciso nesta sessão.	16	5	10	8,8	1,44	9,0
Disposição dos comandos na tela para encontrar as informações desejadas.	16	5	10	8,3	1,73	8,5
Informações que me permitem evitar erros de navegação.	16	5	10	8,1	1,71	8,5
Quantidade de conteúdo por tela.	15	5	10	8,9	1,34	9,0
Qualidade das imagens nesta sessão.	16	5	10	9,1	1,29	9,0
ERR	48	5	10	8,8	1,38	9,0
Capacidade de aplicar o conhecimento ensinado nesta sessão em diferentes situações.	16	5	10	8,6	1,41	8,5
Assimilação do conteúdo desta sessão.	16	5	10	9,1	1,34	9,5
Capacidade de transmitir os conhecimentos adquiridos nesta sessão para outras pessoas.	16	5	10	8,8	1,44	9,0
TOTAL SESSÃO	271	5	10	8,8	1,40	9,0

Fonte: Elaboração própria.

* Ocorrências de repostas

** Desvio padrão

De forma semelhante às sessões até aqui apresentadas, a sessão 6 também foi avaliada com notas que demonstram uma alta satisfação dos participantes. Destacamos que as notas mais baixas ficaram na faixa de satisfação moderada (4,1 a 7,0) e as medianas e média acima de 8,5.

A Tabela 17 contém os dados de reação da sessão 7.

Tabela 17 - Escore das escalas ERPI, ERIG e ERR da Sessão 7: Estrutura dos encontros do Programa VAMOS

ITEM	n*	Mín.	Máx.	Média	DP**	Mediana
ERPI	91	2	10	8,9	1,51	9,0
Ligação entre o conteúdo e os objetivos desta sessão.	13	5	10	9,1	1,38	9,0
Ligação entre o conteúdo desta sessão e os seus objetivos pessoais.	13	2	10	8,8	2,17	9,0
Linguagem utilizada no material desta sessão.	13	6	10	9,1	1,12	9,0
Leituras recomendadas.	13	6	10	8,9	1,14	9,0
Exercícios de fixação (obrigatórios).	13	6	10	8,9	1,14	9,0
Quantidade de conteúdo nesta sessão.	13	2	10	8,6	2,14	9,0
Tempo que você levou para concluir a sessão.	13	5	10	8,9	1,38	9,0
ERIG	91	1	10	8,4	2,13	9,0
Apresentação visual das telas.	13	1	10	8,5	2,37	9,0
Indicação sobre o que devo fazer para atingir meus objetivos instrucionais (específicos da sessão) nesta sessão.	13	2	10	8,2	2,27	9,0
Quantidade de passos para chegar na informação que preciso nesta sessão.	13	5	10	8,5	1,71	9,0
Disposição dos comandos na tela para encontrar as informações desejadas.	13	2	10	8,1	2,29	8,0
Informações que me permitem evitar erros de navegação.	13	1	10	8,1	2,57	8,0
Quantidade de conteúdo por tela.	13	5	10	8,9	1,44	9,0
Qualidade das imagens nesta sessão.	13	1	10	8,5	2,44	9,0
ERR	36	1	10	8,5	2,10	9,0
Capacidade de aplicar o conhecimento ensinado nesta sessão em diferentes situações.	12	1	10	7,8	3,04	9,0
Assimilação do conteúdo desta sessão.	12	5	10	8,8	1,47	9,0

ITEM	n*	Mín.	Máx.	Média	DP**	Mediana
Capacidade de transmitir os conhecimentos adquiridos nesta sessão para outras pessoas.	12	5	10	8,8	1,42	9,0
TOTAL SESSÃO	218	1	10	8,6	1,90	9,0

Fonte: Elaboração própria.

* Ocorrências de repostas.

** Desvio padrão.

Na análise dos dados das escalas de reação da sessão 7, verificamos que esta foi a sessão com o maior percentual de notas (2,2%) na faixa que indicam baixa satisfação, de 0-4. Destacamos os itens da ERPI “ligação entre o conteúdo desta sessão e os seus objetivos pessoais” e “quantidade de conteúdo nesta sessão”, os itens da ERIG “apresentação visual das telas”, “indicação sobre o que devo fazer para atingir meus objetivos instrucionais (específicos da sessão) nesta sessão”, “disposição dos comandos na tela para encontrar as informações desejadas”, “informações que me permitem evitar erros de navegação” e “qualidade das imagens nesta sessão” e o item da ERR “capacidade de aplicar o conhecimento ensinado nesta sessão em diferentes situações”.

Entretanto, as médias de todos os itens são superiores a 8,4 e a média geral da sessão foi de 8,6 e a mediana 9,0, indicando muita satisfação com a sessão.

Os dados das escalas de reação são exibidos na Tabela 18.

Tabela 18 - Escore das escalas ERPI, ERIG e ERR da Sessão 8: Avaliação do Programa VAMOS

ITEM	n*	Mín.	Máx.	Média	DP**	Mediana
ERPI	111	6	10	9,1	0,98	9,0
Ligação entre o conteúdo e os objetivos desta sessão.	16	7	10	9,1	1,06	9,0
Ligação entre o conteúdo desta sessão e os seus objetivos pessoais.	16	6	10	8,9	1,24	9,0
Linguagem utilizada no material desta sessão.	16	7	10	9,1	1,03	9,0
Leituras recomendadas.	16	7	10	9,1	0,93	9,0
Exercícios de fixação (obrigatórios).	16	7	10	9,1	0,93	9,0

ITEM	n*	Mín.	Máx.	Média	DP**	Mediana
Quantidade de conteúdo nesta sessão.	16	7	10	9,2	0,91	9,0
Tempo que você levou para concluir a sessão.	16	7	10	9,1	0,92	9,0
ERIG	84	7	10	9,3	0,95	10,0
Apresentação visual das telas.	12	7	10	9,2	1,00	10,0
Indicação sobre o que devo fazer para atingir meus objetivos instrucionais (específicos da sessão) nesta sessão.	12	7	10	9,2	1,03	9,5
Quantidade de passos para chegar na informação que preciso nesta sessão.	12	7	10	9,2	0,94	9,0
Disposição dos comandos na tela para encontrar as informações desejadas.	12	7	10	9,3	0,99	10,0
Informações que me permitem evitar erros de navegação.	12	7	10	9,3	0,97	9,5
Quantidade de conteúdo por tela.	12	7	10	9,3	0,97	9,5
Qualidade das imagens nesta sessão.	12	7	10	9,3	0,97	9,5
ERR	33	7	10	9,4	0,97	10,0
Capacidade de aplicar o conhecimento ensinado nesta sessão em diferentes situações.	11	7	10	9,4	1,03	10,0
Assimilação do conteúdo desta sessão.	11	7	10	9,4	1,03	10,0
Capacidade de transmitir os conhecimentos adquiridos nesta sessão para outras pessoas.	11	7	10	9,5	0,93	10,0
TOTAL SESSÃO	228	6	10	9,2	0,97	9,0

Fonte: Elaboração própria.

* Ocorrências de repostas.

** Desvio padrão.

Conforme observamos, os participantes ficaram muito satisfeitos com a sessão 8. Todos os itens foram avaliados com notas iguais ou maiores que 7, a mediana das escalas variou entre

9,0 e 10,0, a média das notas da sessão foi 9,2 e os desvios padrões também são considerados baixos, demonstrando uma grande concordância de opiniões entre os participantes.

A Tabela 19 traz os dados descritivos das escalas de reação da sessão 9.

Tabela 19 - Escore das escalas ERPI, ERIG e ERR da Sessão 9: Adaptações no Programa VAMOS

ITEM	n*	Mín.	Máx.	Média	DP**	Mediana
ERPI	76	0	10	8,6	1,59	9,0
Ligação entre o conteúdo e os objetivos desta sessão.	11	6	10	8,9	1,22	9,0
Ligação entre o conteúdo desta sessão e os seus objetivos pessoais.	11	0	10	7,9	2,88	9,0
Linguagem utilizada no material desta sessão.	11	6	10	9,0	1,18	9,0
Leituras recomendadas.	11	6	10	9,0	1,18	9,0
Exercícios de fixação (obrigatórios).	11	6	10	8,1	1,14	8,0
Quantidade de conteúdo nesta sessão.	11	6	10	8,6	1,37	9,0
Tempo que você levou para concluir a sessão.	10	6	10,	8,5	1,43	8,0
ERIG	77	6	10	9,0	1,21	9,0
Apresentação visual das telas.	11	6	10	9,3	1,27	10,0
Indicação sobre o que devo fazer para atingir meus objetivos instrucionais (específicos da sessão) nesta sessão.	11	6	10	8,8	1,17	9,0
Quantidade de passos para chegar na informação que preciso nesta sessão.	11	6	10	8,8	1,25	9,0
Disposição dos comandos na tela para encontrar as informações desejadas.	11	6	10	9,1	1,22	9,0
Informações que me permitem evitar erros de navegação.	11	6	10	8,8	1,33	9,0
Quantidade de conteúdo por tela.	11	6	10	8,8	1,25	9,0
Qualidade das imagens nesta sessão.	11	6	10	9,1	1,22	9,0

ITEM	n*	Mín.	Máx.	Média	DP**	Mediana
ERR	30	7	10	9,0	1,07	9,0
Capacidade de aplicar o conhecimento ensinado nesta sessão em diferentes situações.	10	7	10	9,1	0,99	9,0
Assimilação do conteúdo desta sessão.	10	7	10	8,9	1,20	9,0
Capacidade de transmitir os conhecimentos adquiridos nesta sessão para outras pessoas.	10	7	10	9,1	1,10	9,5
TOTAL SESSÃO	183	0	10	8,8	1,37	9,0

Fonte: Elaboração própria.

* Ocorrências de repostas.

** Desvio padrão.

Na avaliação da sessão 9, o item “ligação entre o conteúdo desta sessão e os seus objetivos pessoais” da ERPI obteve uma nota zero, entretanto, os outros itens da mesma escala foram avaliados com notas que indicam em média uma grande satisfação com a sessão.

Em se tratando de uma sessão cujo tema é muito específico do programa VAMOS, é possível que os conteúdos ali apresentados não sejam compatíveis com os objetivos e interesses pessoais de alguns dos participantes. Neste caso específico, a média de notas do participante que atribuiu o zero é 9,47, ou seja, um participante que, no geral, estava muito satisfeito com as duas sessões por ele avaliadas.

Os dados descritivos da reação dos participantes aos aspectos avaliados da sessão 10 estão colocados na Tabela 20.

Tabela 20 - Escore das escalas ERPI, ERIG e ERR da Sessão 10: Estratégias de motivação e manutenção das pessoas nos grupos

ITEM	n*	Mín.	Máx.	Média	DP**	Mediana
ERPI	62	6	10	8,6	1,12	9,0
Ligação entre o conteúdo e os objetivos desta sessão.	9	8	10	9,0	0,71	9,0
Ligação entre o conteúdo desta sessão e os seus objetivos pessoais.	9	7	10	8,3	1,00	8,0
Linguagem utilizada no material desta sessão.	9	7	10	9,1	1,05	9,0

ITEM	n*	Mín.	Máx.	Média	DP**	Mediana
Leituras recomendadas.	9	8	10	8,8	0,83	9,0
Exercícios de fixação (obrigatórios).	9	6	10	8,3	1,41	9,0
Quantidade de conteúdo nesta sessão.	9	6	10	8,2	1,20	8,0
Tempo que você levou para concluir a sessão.	8	6	10	8,5	1,51	8,5
ERIG	63	6	10	8,7	1,19	9,0
Apresentação visual das telas.	9	8	10	9,2	0,83	9,0
Indicação sobre o que devo fazer para atingir meus objetivos instrucionais (específicos da sessão) nesta sessão.	9	6	10	8,6	1,24	9,0
Quantidade de passos para chegar na informação que preciso nesta sessão.	9	7	10	8,4	1,01	8,0
Disposição dos comandos na tela para encontrar as informações desejadas.	9	6	10	8,8	1,39	9,0
Informações que me permitem evitar erros de navegação.	9	6	10	8,1	1,62	8,0
Quantidade de conteúdo por tela.	9	7	10	8,3	1,00	8,0
Qualidade das imagens nesta sessão.	9	8	10	9,3	0,87	10,0
ERR	27	7	10	8,5	1,01	8,0
Capacidade de aplicar o conhecimento ensinado nesta sessão em diferentes situações.	9	7	10	8,3	0,87	8,0
Assimilação do conteúdo desta sessão.	9	7	10	8,6	1,24	8,0
Capacidade de transmitir os conhecimentos adquiridos nesta sessão para outras pessoas.	9	7	10	8,6	1,01	8,0
TOTAL SESSÃO	152	6	10	8,6	1,13	9,0

Fonte: Elaboração própria.

* Ocorrências de repostas.

** Desvio padrão.

A avaliação da sessão 10 foi a que contou com o menor número de participantes. Entretanto, isso não modificou a tendência de uma avaliação média com alto grau de satisfação. Nesta sessão, a média geral foi 8,6 e a mediana, 9,0.

A sessão 11 teve, em média, 15 participantes que preencheram as escalas de reação e os dados estão descritos na Tabela 21.

Tabela 21 - Escore das escalas ERPI, ERIG e ERR da Sessão 11: Vamos entender os fatores estressantes?

ITEM	n*	Mín.	Máx.	Média	DP**	Mediana
ERPI	118	5	10	9,3	1,10	10,0
Ligação entre o conteúdo e os objetivos desta sessão.	17	8	10	9,3	0,77	9,0
Ligação entre o conteúdo desta sessão e os seus objetivos pessoais.	17	8	10	9,5	0,72	10,0
Linguagem utilizada no material desta sessão.	17	8	10	9,7	0,61	10,0
Leituras recomendadas.	17	8	10	9,3	0,85	10,0
Exercícios de fixação (obrigatórios).	17	5	10	8,9	1,56	10,0
Quantidade de conteúdo nesta sessão.	17	5	10	8,9	1,64	10,0
Tempo que você levou para concluir a sessão.	16	7	10	9,1	1,09	9,5
ERIG	105	7	10	9,3	0,80	10,0
Apresentação visual das telas.	15	8	10	9,5	0,74	10,0
Indicação sobre o que devo fazer para atingir meus objetivos instrucionais (específicos da sessão) nesta sessão.	15	8	10	9,3	0,82	10,0
Quantidade de passos para chegar na informação que preciso nesta sessão.	15	7	10	9,2	0,94	9,0
Disposição dos comandos na tela para encontrar as informações desejadas.	15	7	10	9,3	0,88	9,0
Informações que me permitem evitar erros de navegação.	15	8	10	9,3	0,62	9,0
Quantidade de conteúdo por tela.	15	8	10	9,5	0,74	10,0
Qualidade das imagens nesta sessão.	15	7	10	9,3	0,90	10,0

ITEM	n*	Mín.	Máx.	Média	DP**	Mediana
ERR	42	6	10	9,2	1,08	9,5
Capacidade de aplicar o conhecimento ensinado nesta sessão em diferentes situações.	14	6	10	9,2	1,12	9,5
Assimilação do conteúdo desta sessão.	14	7	10	9,2	0,98	9,5
Capacidade de transmitir os conhecimentos adquiridos nesta sessão para outras pessoas.	14	6	10	9,1	1,21	9,5
TOTAL SESSÃO	265	5	10	9,3	0,99	10,0

Fonte: Elaboração própria.

* Ocorrências de repostas.

** Desvio padrão.

Na avaliação da sessão 11, nenhum item das escalas recebeu nota na faixa de baixa satisfação. Esta foi a sessão com a maior média (9,3) e o desvio padrão (0,99) foi considerado baixo, indicando concordância entre as opiniões. As medianas das escalas variaram entre 9,5 e 10,0.

Por fim, a Tabela 22 mostra os dados das escalas de reação da sessão 12.

Tabela 22 - Escore das escalas ERPI, ERIG e ERR da Sessão 12: Os encontros do Programa VAMOS

ITEM	n*	Mín.	Máx.	Média	DP**	Mediana
ERPI	112	0	10	8,8	1,54	9,0
Ligação entre o conteúdo e os objetivos desta sessão.	16	5	10	8,9	1,26	9,0
Ligação entre o conteúdo desta sessão e os seus objetivos pessoais.	16	5	10	8,8	1,22	9,0
Linguagem utilizada no material desta sessão.	16	6	10	9,3	1,24	10,0
Leituras recomendadas.	16	0	10	8,2	2,43	9,0
Exercícios de fixação (obrigatórios).	16	5	10	8,6	1,67	9,0
Quantidade de conteúdo nesta sessão.	16	8	10	9,2	0,75	9,0
Tempo que você levou para concluir a sessão.	16	5	10	8,9	1,69	10,0

ITEM	n*	Mín.	Máx.	Média	DP**	Mediana
ERIG	112	5	10	8,8	1,41	9,0
Apresentação visual das telas.	16	5	10	9,0	1,37	9,0
Indicação sobre o que devo fazer para atingir meus objetivos instrucionais (específicos da sessão) nesta sessão.	16	5	10	8,9	1,31	9,0
Quantidade de passos para chegar na informação que preciso nesta sessão.	16	5	10	8,8	1,48	9,0
Disposição dos comandos na tela para encontrar as informações desejadas.	16	5	10	8,7	1,40	9,0
Informações que me permitem evitar erros de navegação.	16	5	10	8,6	1,46	9,0
Quantidade de conteúdo por tela.	16	5	10	8,9	1,34	9,0
Qualidade das imagens nesta sessão.	16	5	10	8,7	1,70	9,0
ERR	45	5	10	8,8	1,41	9,0
Capacidade de aplicar o conhecimento ensinado nesta sessão em diferentes situações.	15	5	10	8,8	1,47	9,0
Assimilação do conteúdo desta sessão.	15	5	10	8,9	1,44	9,0
Capacidade de transmitir os conhecimentos adquiridos nesta sessão para outras pessoas.	15	5	10	8,7	1,40	9,0
TOTAL SESSÃO	269	0	10	8,8	1,46	9,0

Fonte: Elaboração própria.

* Ocorrências de repostas.

** Desvio padrão.

A exemplo das outras sessões, esta também foi bem avaliada pelos participantes, mesmo com uma nota zero no item “leituras recomendadas” da ERPI. A média e mediana geral da sessão e das escalas foi igual, ou seja, média de 8,8 e mediana 9,0.

No processo de avaliação do treinamento de multiplicadores do programa VAMOS, foi solicitado o preenchimento das escalas de reação à cada sessão, nos permitindo um olhar mais detalhado em cada uma delas.

De forma geral, constatamos que os participantes ficaram muito satisfeitos com os itens avaliados, nas escalas em cada sessão. Destacamos as notas mais baixas na escala de reação aos resultados na sessão 4 e poucas notas na faixa de baixa satisfação ($\leq 4,0$), distribuídas entre as outras sessões.

As sessões com as maiores médias foram a 2, 5, 8 e 11, mesmo não sendo uma diferença significativa para as médias das demais sessões, é interessante ressaltar que elas foram avaliadas pelos mesmos dois conjuntos de participantes, ou seja, quem avaliou a sessão 2 também avaliou a 8 e o grupo que avaliou a sessão 5 foi o mesmo que avaliou a 11.

6.1.2 Reação dos participantes ao treinamento

Dando continuidade à avaliação, os participantes responderam as escalas de reação, levando em consideração o conjunto do treinamento. As escalas de reação utilizadas foram as mesmas da avaliação das sessões (ERPI, ERIG e ERR), com algumas adaptações, adicionamos a Escala de Reação ao Ambiente de Estudo e Procedimentos de Interação (ERAEPI).

As escalas ficaram disponíveis para os participantes após a atividade de fixação da sessão 12 e, diferente do que aconteceu com a avaliação das sessões, responder e encaminhar as escalas eram itens obrigatórios para dar prosseguimento ao processo de certificação. Participaram dessa parte do estudo 85 treinandos.

A Figura 14 aponta os percentuais das notas, agrupadas por nível de satisfação dos participantes com o treinamento. Notas que variam de 0 a 4 indicam baixa satisfação, entre 4,1 e 7 indicam uma satisfação moderada e entre 7,1 e 10 sinalizam que o participante está muito satisfeito.

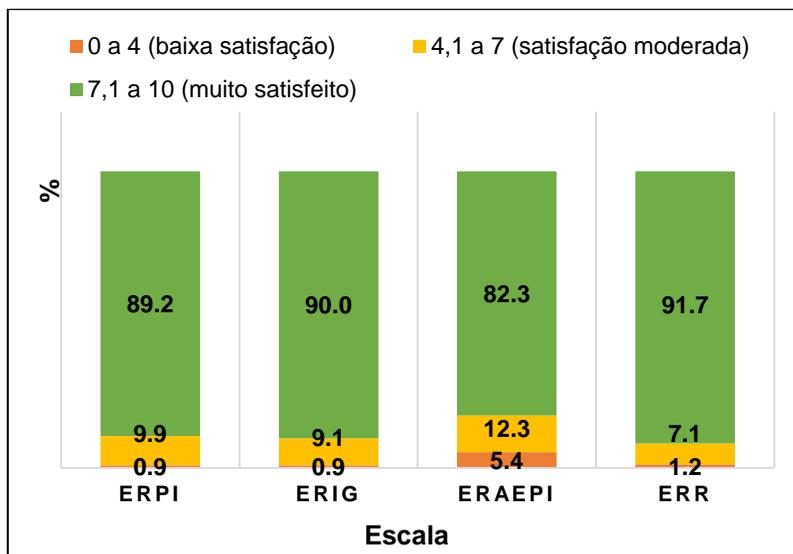


Figura 14 - Nível de satisfação dos participantes do treinamento para multiplicadores do programa VAMOS

Fonte: Elaboração própria.

ERPI- Escala de Reação aos Procedimentos Instrucionais.

ERIG- Escala de Reação a Interface Gráfica.

ERAPEI- Escala de Reação ao Ambiente de Estudo e Procedimentos de Interação.

ERR- Escala de Reação aos Resultados.

De forma geral, o treinamento foi bem avaliado. Os altos percentuais de respostas com notas entre 7,1 a 10 sinalizaram muita satisfação com os itens avaliados em todas as escalas. Os itens da ERAPEI foram os que receberam o maior percentual de notas na faixa de satisfação moderada (4,1-7) e baixa satisfação (0-4). Fato este que indica que alguns aspectos, relacionados ao ambiente de estudo do participante e aos procedimentos de interação, dificultaram a permanência do participante no treinamento.

A média geral do treinamento, considerando todas as escalas, foi de 8,8 e a mediana, 9,0. Nas Tabelas 23 a 26, expomos os resultados descritivos da avaliação geral do treinamento por escala.

Tabela 23 - Reação aos Procedimentos Instrucionais (ERPI) do treinamento de multiplicadores do programa VAMOS

ITEM	n	Mín.	Máx.	Média	DP*	Mediana
Ligação entre o conteúdo proposto e os objetivos do treinamento.	85	5	10	9,3	1,02	10,0
Ligação entre o conteúdo do treinamento e os seus objetivos pessoais.	85	4	10	9,2	1,11	9,0
Sequência de apresentação das sessões.	85	5	10	9,3	1,01	10,0
Linguagem utilizada no material do treinamento.	85	5	10	9,4	0,89	10,0
Leituras recomendadas.	85	6	10	9,1	1,01	9,0
Novidades e lembretes divulgados no ambiente do curso (mural).	85	0	10	8,5	1,62	9,0
Links disponibilizados no ambiente eletrônico do curso.	85	0	10	8,4	1,74	9,0
Exercícios de fixação (obrigatórios).	85	5	10	8,9	1,25	9,0
Orientação para solução de erros em exercícios de fixação (obrigatórios).	85	5	10	9,0	1,36	9,0
Quantidade de conteúdo para cada sessão.	85	5	10	9,1	1,20	9,0
Quantidade de horas de estudo sugerida para o treinamento.	83	4	10	9,0	1,28	9,0
Discussões na comunidade de aprendizagem.	85	0	10	8,2	2,09	9,0
TOTAL DA ESCALA	1018	0	10	9,0	1.39	9,0

Fonte: Elaboração própria.

* Desvio padrão.

Na Tabela 23, percebemos que, de forma geral, os participantes ficaram muito satisfeitos com os procedimentos instrucionais, adotados pelo treinamento. A média da escala foi de 9,0, mesmo com três itens da escala recebendo ao menos uma nota zero. Foram eles: “novidades e lembretes divulgados no ambiente do curso (mural)”, “*links* disponibilizados no ambiente eletrônico do curso” e “discussões na comunidade de aprendizagem”.

Não consideramos os valores dos desvios padrões altos, indicando concordância de opiniões entre os participantes nos itens avaliados.

Os dados da escala de reação à interface gráfica do treinamento estão apresentados na Tabela 24 e, mais uma vez, constatamos um alto grau de satisfação dos participantes com mais um aspecto do treinamento. A média e mediana da escala foram de 9,0.

Os itens “indicação de onde estou no ambiente eletrônico, em cada momento”, “informações que me permitem evitar erros de navegação” e “velocidade das respostas do ambiente eletrônico às minhas ações” receberam notas entre zero e um, e, olhando para os registros de sugestões, vemos que estas questões foram apontadas pelos participantes como itens que precisávamos melhorar no treinamento.

Tabela 24 - Reação a Interface Gráfica (ERIG) do treinamento de multiplicadores do programa VAMOS

ITEM	n	Mín.	Máx.	Média	DP*	Mediana
Relação entre os nomes e as siglas dos comandos e suas funções.	85	5	10	8,8	1,30	9,0
Relação entre o ícone (desenho, seta) e sua função.	85	5	10	9,0	1,11	9,0
Manutenção da função de um mesmo comando em todas as telas.	85	4	10	9,0	1,24	9,0
Clareza das mensagens que o ambiente eletrônico fornece como resposta às minhas ações.	85	5	10	8,9	1,28	9,0
Indicação sobre o que devo fazer para atingir meus objetivos instrucionais.	85	4	10	8,9	1,22	9,0
Quantidade de passos para chegar na informação que preciso.	85	3	10	8,8	1,44	9,0
Apresentação visual das telas.	85	4	10	9,2	1,15	10,0
Disposição dos comandos na tela para encontrar as informações desejadas.	85	5	10	8,9	1,30	9,0
Informações que me permitem evitar erros de navegação.	84	1	10	8,7	1,51	9,0
Quantidade de conteúdo por tela.	85	5	10	9,1	1,11	9,0
Indicação de onde estou no ambiente eletrônico, em cada momento.	85	0	10	8,8	1,66	9,0

ITEM	n	Mín.	Máx.	Média	DP*	Mediana
Adequação do ambiente eletrônico do Treinamento à minha experiência com o uso da <i>internet</i> .	85	1	10	9,1	1,39	9,0
Letras (cor, tipo, tamanho) usadas nos textos.	84	4	10	9,4	0,99	10,0
Qualidade das imagens.	85	2	10	9,3	1,19	10,0
Qualidade das mensagens que recebo do ambiente eletrônico quando cometo erros de navegação.	85	6	10	9,0	1,06	9,0
Velocidade das respostas do ambiente eletrônico às minhas ações.	85	0	10	9,1	1,44	10,0
TOTAL DA ESCALA	1358	0	10	9,0	1,29	9,0

Fonte: Elaboração própria.

*Desvio Padrão.

Tabela 25 - Reação ao Ambiente de Estudo e Procedimentos de Interação (ERAPEI) do treinamento de multiplicadores do programa VAMOS

ITEM	n	Mín.	Máx.	Média	DP	Mediana
Uso do computador em atividades diferentes do treinamento no meu dia a dia.	85	0	10	8,7	1,86	9,0
Conciliação do treinamento com outras atividades de estudo.	85	3	10	8,3	1,71	9,0
Conciliação do treinamento com meus compromissos familiares.	85	2	10	8,3	1,71	9,0
Disponibilidade de computador nos horários que tenho para estudar.	85	0	10	8,8	1,74	9,0
Conciliação do treinamento com minhas atividades profissionais.	85	0	10	8,3	2,02	9,0
Surgimento de nova atividade profissional durante a realização do treinamento.	85	0	10	8,1	2,21	9,0
Acesso ao treinamento na <i>internet</i> com a regularidade proposta.	85	0	10	8,4	2,15	9,0
Estudo dos conteúdos do curso com a regularidade proposta.	85	4	10	8,5	1,56	9,0
Problemas relacionados à minha saúde.	85	0	10	8,5	2,70	9,0
Custo financeiro para manutenção do computador.	85	0	10	8,8	2,52	10,0
Custo financeiro para acessar a <i>internet</i> .	85	0	10	8,7	2,50	10,0
Qualidade da conexão da <i>internet</i> .	85	0	10	8,8	1,75	9,0

ITEM	n	Mín.	Máx.	Média	DP*	Mediana
Quantidade de mensagens administrativas enviadas por <i>e-mail</i> .	85	0	10	8,7	1,78	9,0
Volume de leitura na tela do computador.	85	0	10	8,7	1,87	9,0
Utilização do <i>e-mail</i> para comunicação com colegas.	85	0	10	8,3	2,27	9,0
Utilização de algum fórum para comunicação com colegas.	85	0	10	7,5	2,99	9,0
TOTAL DA ESCALA	1360	0	10	8,5	2,14	9,0

Fonte: Elaboração própria.

*Desvio Padrão

A escala de intensidade da ERAEPI variou de 0 (dificultou minha permanência no curso) a 10 (não dificultou minha permanência no curso). Assim, quanto maior a nota dada, menor foi a dificuldade enfrentada para permanecer no treinamento.

Na Tabela 25, observamos que as notas mínimas em todos os itens da ERAEPI indicaram que alguns participantes enfrentaram dificuldades para a sua permanência no treinamento. Os desvios padrões mais altos indicam uma heterogeneidade nas respostas que é também verificada na diferença de opiniões por meio dos valores mínimos e máximos que variaram de 0 a 10, na grande maioria dos itens.

Entretanto, mesmo com a variância das notas e o desvio padrão mais alto, as médias e medianas, tanto dos itens como o geral da escala, mostram que, para a grande maioria dos participantes, as situações elencadas na escala não dificultaram a permanência deles no treinamento.

A Tabela 26 mostra os dados da escala de reação aos resultados. A exemplo das escalas apresentadas até aqui, o nível de satisfação dos participantes com a assimilação do conteúdo, com a capacidade de aplicar o conhecimento em diversas situações e de transmiti-los para outras pessoas é considerado alto.

Podemos comprovar essa informação por meio da avaliação geral da escala e também das médias dos itens que foram maiores que 9,0. A variância das notas atribuídas é de 7 pontos, mas tanto os desvios padrões, como as médias e medianas, nos indicam que a maior parte das notas está na faixa de muita satisfação (7,1-10).

Tabela 26 - Reação aos Resultados (ERR) do treinamento de multiplicadores do programa VAMOS

ITEM	n	Mín.	Máx.	Média	DP*	Mediana
Capacidade de aplicar o conhecimento ensinado no treinamento em diferentes situações.	85	3	10	9,1	1,24	10,0
Assimilação do conteúdo do treinamento.	85	3	10	9,0	1,23	9,0
Capacidade de transmitir os conhecimentos adquiridos no treinamento para outras pessoas.	85	3	10	9,0	1,22	9,0
TOTAL DA ESCALA	255	3	10	9,1	1,23	9,0

Fonte: Elaboração própria.

*Desvio Padrão.

Observamos que, semelhante aos resultados das escalas de reação às sessões, os dados das escalas de reação ao conjunto do treinamento também mostram grande satisfação dos participantes com os itens avaliados, mas também nos apontam para alguns pontos que precisam de uma maior atenção no processo de revisão do treinamento, a exemplo do conteúdo da sessão quatro, de alguns aspectos de interatividade e de navegabilidade.

6.1.3 Percepção de aquisição de conhecimento e habilidades, satisfação com o treinamento

Os questionários que avaliam as sessões e o treinamento (instrumentos 3 e 4), também continham duas questões abertas. A primeira delas solicitava que o participante registrasse as competências que acreditava ter adquirido com a sessão / treinamento que acabara de concluir e a segunda solicitava o registro de observações que julgassem importante para a melhoria dos mesmos.

No total das 12 sessões, foram registradas 128 ocorrências de falas sobre a percepção de competências adquiridas, dessas, 107 (84%) referiram aos conhecimentos e 21 (16%) as habilidades adquiridas. No Quadro 9, trazemos alguns exemplos das falas dos participantes.

Quadro 9 - Falas sobre as competências adquiridas durante a avaliação das sessões

CONHECIMENTOS
<ul style="list-style-type: none"> - Aprendi que o vamos é um programa de mudanças de comportamentos, e o objetivo é as pessoas adotarem novos hábitos de vida, para melhorar a saúde (Participante 91). - Os conceitos de atividade física e exercício físico. As recomendações da OMS sobre a intensidade dos exercícios. Que a inatividade física é tão prejudicial quanto fumar (Participante 109). - A alimentação exprime as relações sociais, valores, historicidade dos sujeitos, famílias e comunidades, por isso, tem implicações na qualidade de vida e na saúde. A influência da cultura na alimentação e sua importância na reconstrução de bons hábitos alimentares (Participante 115). - Aprendi que a motivação e a determinação em querer mudar de vida faz toda a diferença, pois é possível ter uma qualidade de vida bem

melhor a partir da prática de atividade física aliada a uma alimentação saudável (Participante 48).

- Organização dos passos e caminhos a seguir para atingir uma mudança de comportamento (Participante 15)
- Durante a leitura da sessão aprendi sobre as definições e tipos de estresse, e o mais importante como auxiliar as pessoas a lidar com o estresse. Esta sessão se faz importante para o multiplicador assim como para o público a ser atendido (Participante 90).

HABILIDADES

- Habilidade de criar o hábito da leitura através da tela do computador (Participante 25).
- Claramente consigo explicar e incluir nas minhas atividades diárias exercícios mostrando na prática e na teoria a diferença de atividade física e exercício físico (Participante 12).
- Mais liberdade de superar as dificuldades de repassar as informações para um grupo (Participante 19).
- Habilidade para orientar e incentivar a mudança de comportamento para uma qualidade de vida melhor (Participante 107).

Fonte: Elaboração própria.

Na avaliação do treinamento, foram registradas 76 ocorrências de falas sobre competências adquiridas, dessas, 57 (75%) referiram a conhecimentos e 19 (25%) a habilidades adquiridas.

Quadro 10 - Falas sobre as competências adquiridas durante a avaliação do treinamento

CONHECIMENTOS

- Conhecer o programa Vamos; seu embasamento teórico e conceitos, diretrizes para alimentação saudável e adequada; princípios da aprendizagem; avaliação do programa; local dos encontros; tipos de comportamentos das pessoas e como solucioná-los (Participante 01).
- Adquiri conhecimentos necessários para aplicar o VAMOS para que melhore qualidade de vida das pessoas de minha cidade (Participante 03).
- Competências de domínio de grupo, a importância de implementar grupos de fortalecimento de vínculos e incluir a importância da alimentação saudável e da atividade física na comunidade (Participante 49)

<ul style="list-style-type: none"> - Como realizar um grupo de mudanças de comportamento; as estratégias utilizadas; formas de conduta; aprendizagem dos conteúdos (Participante 57).
<ul style="list-style-type: none"> - Adquirir conhecimento para orientar, incentivar as pessoas a se verem como responsável por mudanças de hábitos para uma vida saudável. A filosofia do programa vamos, conceitos de atividade física, exercício físico. Conhecimento sobre a alimentação saudável. Forma de aprendizagem dos adultos, a estrutura e forma de realizar os encontros. A importância de adaptações diante das dificuldades (Participante 107).
HABILIDADES
<ul style="list-style-type: none"> - Capacidade de instruir pessoas para a prática de novos hábitos de vida, através de mudança de comportamento (Participante 27). - Capacidade de transmitir os conhecimentos apresentados (Participante 76). - Uma das competências que melhorei é identificar o membro que perturba e como ter acesso a ele para mudar a situação (Participante 114). - Estou apto a monitorar um grupo com mais segurança e domínio sobre o assunto. Obrigada. Sinto-me apta para trabalhar no programa (Participante 99).

Fonte: Elaboração própria.

Alguns participantes registraram que conhecer o VAMOS e estar fazendo o treinamento contribuíram para a realização de mudança de suas próprias vidas. Um exemplo foi a fala do Participante 78:

Estabelecer novas metas para a minha vida pessoal, nos âmbitos da alimentação, prática de atividades físicas e administração do estresse.

A segunda questão, desta parte dos instrumentos 3 e 4, solicitava o registro de observações que pudessem contribuir para a melhoria das sessões e do treinamento como um todo, respectivamente. Registramos 127 observações no total das sessões e ao final do treinamento. Destas, 55 (43%) foram destaques de pontos positivos, 10 (8%) de pontos negativos, quatro (3%) relatos de problemas com navegação, dois (2%) relatos do impacto do treinamento na vida do participante e 56

(44%) sugestões de mudanças no texto, nos procedimentos instrucionais ou na forma de navegação.

Abaixo, trazemos alguns exemplos dos registros de sugestões e observações feitos pelos participantes.

Pontos positivos:

Todo o conteúdo muito bem elaborado e de fácil compreensão (Participante 10).

Nem sei dizer de tão impressionada que fiquei com o programa e entusiasmada em aplicá-lo (Participante 32).

Mas o programa VAMOS, oferta muitas leituras atualizadas, que proporciona o aprimoramento dos conhecimentos já adquiridos (Participante 19).

Pontos negativos:

A forma como é elaborada a avaliação não necessita que haja assimilação do conteúdo, pois há várias chances de acerto e, acertar a alternativa acaba sendo por ensaio e erro (Participante 112).

A avaliação final, além de ser desnecessariamente extensa, é pessimamente redigida, com erros de digitação e gramática, algumas questões são mal elaboradas tornando a interpretação dúbia, algumas respostas estão erradas e o feedback é péssimo. Sem contar que, para um questionário tão extenso, o tempo é curto e uma tentativa apenas não avalia conhecimento e sim sorte!!! Péssima avaliação (Participante 97).

Problemas com a navegação:

Pulei a primeira pergunta do exercício de fixação, depois não conseguia voltar para

responder... o sistema não aceitava (Participante 04).

A apresentação visual dos módulos até é interessante, mas a transição entre eles é péssima (Participante 97).

Impacto do treinamento na vida do participante:

Mudança no meu próprio comportamento com relação à adoção de um estilo de vida mais saudável (Participante 68).

Sugestões de mudanças no texto:

O que eu teria a dizer neste momento pode ser por falta de saber onde procurar esta informação, de qualquer modo, eu gostaria de ter acesso a questões práticas de como adquirir todo o material do programa. Sei que é necessário o consentimento da Universidade para a implantação do VAMOS e talvez depois deste os materiais virão, mesmo assim senti falta de um esclarecimento sobre isto ainda nas sessões até aqui (Participante 113).

Rever alguns pequenos trechos entre a sessão 7 até a 12 que contém frases repetidas (Participante 40).

Sugiro mais exemplos de casos que podem ocorrer nos grupos que for aplicado o programa. Sugiro também exemplos de respostas ou condutas aos multiplicadores frente aos obstáculos que surgirão (Participante 73).

Sugestões de mudanças nos procedimentos instrucionais:

Ainda gostaria que os exercícios⁴ exigissem mais de nós, fazendo com que buscássemos

⁴ Os exercícios a que o participante se refere são as atividades de fixação realizadas ao final das sessões.

mais informações, e dedicação aos estudos (Participante 44).

Acredito que mais interatividade seria melhor, bem como materiais audiovisuais (Participante 11).

Em termo de materiais não tenho o que acrescentar, mas em termos de configuração da página, pra mim seria melhor algo com menos escritos, ou com quadros mais coloridos que chamem mais atenção (Participante 20).

A descrição do conteúdo da sessão poderia aparecer já na página inicial do programa, onde vem escrito apenas SESSÃO 1, 2..., creio que seria um auxiliar a mais para fixação dos temas contidos no treinamento (Participante 28).

Sugestões de mudanças na forma de navegação:

Um melhor manejo do site com informações claras de caminhos a seguir (Participante 15).

Os tópicos já concluídos fiquem em destaque ou aparecer barra de progressão (para não nos perdermos) (Participante 26).

A satisfação e a percepção de aprendizagem dos participantes também foram avaliadas por meio de duas questões do instrumento 4: o nível de satisfação com treinamento e as perspectivas de impacto do mesmo no trabalho dos participantes.

Dos 84 participantes que responderam a esta parte do questionário, 94,1% (79) disseram que o treinamento atendeu às suas expectativas frente à proposta inicial, 98,8% (83), que os conhecimentos adquiridos podem ser implementados/implantados na sua prática profissional e 96,4% (81), que se sente apto para aplicar o programa VAMOS em sua comunidade.

6.2 DISCUSSÃO

Para atender ao objetivo do presente estudo e também pensando na possibilidade de efetuar melhorias no conjunto de treinamento de multiplicadores do programa VAMOS, optamos por aplicar as escalas de reação por sessão e também no final do treinamento.

Martins (2016) destaca a importância da avaliação da satisfação dos treinandos com o curso, tendo em vista que a satisfação pode levar a níveis mais altos de engajamento, aprendizagem e sucesso em EaD. A autora segue discutindo que conhecer os fatores capazes de interferir na satisfação dos participantes permite a melhoria do treinamento nos mais diversos aspectos.

Neste estudo, a realização de avaliação por sessão objetivou dar um foco em cada sessão e permitir a realização de ajustes em pontos específicos. Assim, sugerimos uma análise criteriosa e, se necessário, o ajuste nos itens que obtiveram reações de baixa satisfação por escala dentro das sessões.

Não encontramos na literatura estudo com *design* metodológico semelhante. Os estudos achados avaliaram o treinamento, curso ou capacitação como um todo, em nenhum deles encontramos uma avaliação por sessão, módulo ou unidade. Por conseguinte, as análises sobre as escalas das sessões se darão em conjunto com as análises de reação ao final do treinamento.

Os dados nos mostraram que, de forma geral, a reação dos participantes às sessões foi muito positiva. Os valores médios de todas as sessões que foram avaliadas ficaram na categoria de “muito satisfeito” e foram superiores a 85%. Quando analisamos as médias das sessões considerando todas as escalas, observamos que também representa um valor elevado ($\geq 8,4$).

Quanto à avaliação de reação ao conjunto do treinamento, a satisfação dos participantes foi muito positiva. Todas as escalas tiveram mais de 82% das notas entre 7 e 10 e, com exceção do item “utilização de algum fórum para comunicação com colegas” da ERAEPI, todos os demais itens, das escalas tiveram a média de avaliação acima de 8,2.

A ERPI foi utilizada na avaliação das sessões e no conjunto do treinamento para medir a satisfação dos participantes com as características instrucionais como: qualidade dos objetivos de

ensino, conteúdos, avaliações de aprendizagem, estratégias e meios.

Nos resultados da avaliação dos procedimentos instrucionais das sessões, verificamos que a média mais baixa da ERPI foi 8,5 na sessão 4 e também observamos que alguns itens da escala obtiveram notas dentro da faixa de baixa satisfação em cinco diferentes sessões, mas com estas notas atribuídas por um pequeno grupo de participantes.

Analisando os dados das notas atribuídas nas avaliações por sessão com as questões abertas, não encontramos registros de observações sobre a insatisfação com esses itens, apenas um registro de que os *links* para as leituras recomendadas não estavam funcionando. As sugestões de alterações nos conteúdos, nas atividades, nas imagens e na possibilidade de maior interatividade foram realizadas por participantes que atribuíram notas nas faixas de média e alta satisfação.

No conjunto do treinamento, de forma mais detalhada, encontramos na ERPI cinco itens que obtiveram notas igual ou menor a 4, indicando baixa satisfação com os mesmos. Destes, o item “discussões na comunidade de aprendizagem” foi assim avaliado por quatro participantes, ou outros itens por um ou dois treinandos.

No estudo de Zerbini (2007), os resultados da escala de reação aos procedimentos instrucionais mostraram uma alta satisfação dos participantes. Com exceção de três itens sobre discussões na comunidade de aprendizagem, todos os outros concentraram mais de 50% das notas nos pontos mais altos da escala (8-10).

O estudo realizado por Corrêa (2007), encontrou valores menores de satisfação (média fatorial da escala foi de 6,52), utilizando uma escala semelhante a que usamos para avaliar os procedimentos instrucionais. Os itens com menores avaliações foram os que se referiam a alguma ferramenta de interação.

Observamos em nosso estudo e nos dois outros que apresentamos, os itens com avaliações mais baixas se referem àqueles sobre as possibilidades de discussão entre os participantes. Acreditamos que, no nosso estudo, tal avaliação se deu pelo fato do treinamento estar centrado no conteúdo e não incentivar as discussões entre os colegas.

Para avaliar a satisfação dos participantes quanto à ergonomia do ambiente virtual de aprendizagem e quanto à

navegabilidade e usabilidade do ambiente na *internet*, utilizamos a ERIG. A exemplo do que ocorreu com a avaliação dos procedimentos instrucionais, esta escala também teve uma avaliação positiva tanto na reação por sessão, como no conjunto do treinamento.

Na avaliação por sessão, apenas as sessões 1 e 7 tiveram itens de interface gráfica com avaliação na faixa de baixa satisfação (0-4). No conjunto do treinamento, dez dos 16 itens da ERIG receberam avaliação de baixa satisfação (≤ 4), mas apenas o item “indicação de onde estou no ambiente eletrônico, em cada momento” foi assim avaliado por dois participantes, todos os outros receberam apenas uma avaliação nessa categoria. Este item em conjunto com o item “informações de me permitem evitar erros de navegação” foram os que contiveram as médias mais baixas e os maiores desvio padrão da escala.

Corrêa (2007), encontrou o mesmo resultado em seu estudo, dois dos três itens piores avaliados na escala de interface gráfica foram os mesmos dois encontrados no presente estudo, somado ao item “qualidade das mensagens que recebo do ambiente eletrônico quando comento erros de navegação”.

Nas questões abertas os instrumentos 3 e 4 buscamos registros de observações e sugestões que nos auxiliassem a analisar melhor a baixa satisfação com os itens da escala, mas não encontramos falas ligadas diretamente às notas atribuídas. Os registros encontrados são de outros participantes e em outros momentos, sugerindo simplificar a navegação entre as sessões e atividades; sinalizar as sessões concluídas já na página de entrada do treinamento; telas com menos textos e mais elementos interativos.

Alavarce (2015) destaca em seu estudo que o excelente nível de satisfação dos participantes ao treinamento *on-line* demonstra que eles conseguiram superar as deficiências tecnológicas e vencer o desafio de assumir o papel central no processo de ensino–aprendizagem, indo além da posição de aluno passivo.

A ERR teve o objetivo de medir a percepção dos participantes sobre a assimilação dos conteúdos, sobre a capacidade de aplicar os conhecimentos aprendidos em diferentes situações e de transmitir conhecimentos adquiridos a outras pessoas.

Na avaliação das sessões, houve itens desta escala que foram avaliados com notas que indicaram baixa satisfação (0-4), foram eles: “capacidade de aplicar o conhecimento ensinado nesta sessão em diferentes situações” nas sessões 4 (2) e 7 (1 e 2); “assimilação do conteúdo desta sessão” na sessão 4 (4) e “capacidade de transmitir os conhecimentos adquiridos nesta sessão para outras pessoas” na sessão 4 (3).

Cruzamos as respostas das escalas com as questões abertas de avaliação das sessões e detectamos que os participantes que atribuíram as avaliações na faixa de baixa satisfação não fizeram sugestões nem observações sobre o item. Entretanto, encontramos falas de outros participantes não só na avaliação da sessão 4, mas também na avaliação geral do treinamento, que podem explicar o fato da ERR da sessão 4 ter a média mais baixa de todas as escalas e de todas as sessões (7,73):

Alongar mais a discussão sobre a TSC5, tendo em vista que ela é fundamental para a mudança de comportamento (Participante 75).

Acho que a teoria social cognitiva deveria ser melhor explicada, ela é bem ampla (Participante 09).

Senti que a sessão 4 poderia ser mais trabalhada... mais fixação quem sabe... pois não é minha área de domínio (Participante 04).

No conjunto do treinamento, a escala de reação dos resultados registou apenas um participante (1,2%) que avaliou todos os itens na categoria de baixa satisfação (0-4). A alta satisfação dos participantes com a capacidade de aplicar o conhecimento, ensinado em diferentes situações, fica evidenciada quando 98,8% dos treinandos respondem que os conhecimentos adquiridos podem ser implementados/implantados na sua prática profissional e quando 96,4% deles se sentem aptos para aplicar o programa VAMOS em sua comunidade.

⁵ A TSC (Teoria Sócio Cognitiva) foi o conteúdo principal da sessão 4.

Esses dados também podem ser confirmados e explicados pelas falas dos participantes, no registro das competências adquiridas ao final do treinamento.

A possibilidade de incentivar as pessoas a mudarem de comportamento de forma saudável e com estratégias corretas estruturada num programa de qualidade é inovador. Ao aprender a missão e a filosofia do vamos fica bem mais fácil integrar este programa ao meu dia a dia profissional. Modificando tanto a vida das pessoas que estão no grupo, quanto a minha própria rotina (Participante 12).

Aquisição de novos conceitos e/ou revisão destes, a partir de um olhar mais cuidadoso, direcionado para os cuidados com a saúde e bem-estar; 2 - Aptidão para ampliar meus conhecimentos profissionais e aplicá-los, como multiplicadora do VAMOS, no contexto laboral, especialmente como psicóloga do NASF; 3 - Desenvolver novas técnicas voltadas à prática de uma alimentação saudável, de atividades físicas e redução do estresse no dia-a-dia; 4 - Estabelecer novas metas para a minha vida pessoal, nos âmbitos da alimentação, prática de atividades físicas e administração do estresse; e 5 - Ser um agente multiplicador, apoiando e motivando os integrantes do grupo VAMOS, bem como outros usuários do SUS, aos quais atendo, a fim de que eles atinjam as metas traçadas e assumam novos comportamentos saudáveis para a sua vida (Participante 78).

Conhecimentos sobre atividade física, alimentação saudável e controle do estresse. Bem como o trato com os participantes envolvidos, compreendendo a formação e valorizando o conhecimento de todos (Participante 80).

O estudo de Torres (2015) utilizou uma escala de reação que continha três itens que equivalem aos contidos na ERR usada por nós. Nestes itens, os dados coletados para percepção dos participantes sobre a capacidade de assimilação dos conteúdos de transmitir conhecimentos adquiridos a outras pessoas e de probabilidade de aplicar os conhecimentos aprendidos em diferentes situações mostraram uma alta satisfação com a média de 8,71 no conjunto dos três itens.

Nogueira (2006) também utilizou a ERR para avaliar a satisfação dos participantes em um curso com condições diferentes de *feedback*, concluindo que houve um bom nível de satisfação dos participantes em todas as condições, com as médias dos itens variando entre sete e oito.

A Escala de Reação ao Ambiente de Estudo e aos Procedimentos de Interação foi utilizada apenas para a avaliação do conjunto do treinamento. A ERAEPI foi a escala que mais teve avaliações nas categorias de baixa e média satisfação 5,4% e 12,3% respectivamente, indicando que mais de 17% dos participantes perceberam de forma mais contundente as dificuldades de permanência no treinamento, nos aspectos do contexto pessoal de estudo e do próprio curso.

Entretanto, de forma geral, observamos que a maioria dos participantes não considerou os aspectos descritos na escala como dificultadores de sua permanência no treinamento. Isto pode ser observado pela média da escala que foi 8,5 e a mediana 9.

Os dados do estudo realizado por Zerbini (2007) corroboram os nossos, considerando que, de forma geral, a maioria dos participantes não avaliou os itens da escala dificultadores de sua permanência no treinamento. No referido estudo, essa afirmação está ancorada na concentração de mais de 50% das respostas nas notas entre oito e dez.

Outros estudos avaliaram a satisfação dos participantes a treinamentos, cursos e disciplinas com instrumentos diferentes dos que foram utilizados no presente estudo, mas que nos ajudam a entender o papel do componente de reação, na avaliação de um sistema instrucional.

O estudo realizado por Torres (2015), por exemplo, evidenciou que as estratégias de ensino, apoiadas em TICs, têm potencial para aumentar a satisfação, aprendizagem e engajamento de estudantes, em disciplina de nutrição básica, mesmo não encontrando relação entre as notas e o grau de

satisfação. No presente estudo também não conseguimos estabelecer relações entre a nota final e grau de satisfação, mas reforçamos a utilização das TICs como um meio eficiente de formação profissional.

O estudo de Alvarce (2015) que objetivou desenvolver e avaliar o impacto de um treinamento *on-line* sobre identificação da demência em idosos, aplicado a profissionais de saúde da atenção básica, demonstrou que a avaliação de reação dos participantes foi bastante positiva e constatou associação positiva entre o componente de reação e aprendizagem e entre reação e os componentes de impacto em profundidade e amplitude.

Ainda podemos citar os estudos de Santos (2012), no qual o escore de satisfação com o Curso Introdutório à Estratégia Saúde da Família por parte dos treinandos foi de 74,4%, índice mais baixo que o que encontramos no presente estudo, mas que também indica alta satisfação. No estudo de Bastos (2012) que avaliou uma capacitação em prevenção e tratamento de úlcera por pressão, a média de satisfação observada foi de 8,7, em uma escala de 0 a 10.

Souza et al. (2015) realizaram estudo de avaliação de um curso *on-line* na área de Gerenciamento de Enfermagem, cujo índices de satisfação nas categorias avaliadas foram superiores a 75% e o estudo sobre ações educativas em saúde, apoiadas em TICs de Araújo (2015), encontrou dados de reação, nos quais a nota de fator de reação ao curso foi de 97,88 em uma escala de 0-120.

Os estudos aqui citados nos mostram que a alta satisfação com o treinamento pode estar associada a índices maiores de aprendizagem e de impacto no trabalho. Em nosso estudo a alta satisfação dos participantes no presente estudo nos leva a crer na qualidade do trabalho desenvolvido e no potencial de treinamento para a disseminação do programa VAMOS e para a capacitação de multiplicadores.

Esta etapa da pesquisa ainda nos permitiu coletar observações e sugestões que podem retroalimentar o planejamento e dar direção para efetuar ajustes, melhorando ainda mais o treinamento.

Diante do exposto, concluímos que os objetivos de avaliar a reação dos participantes aos procedimentos instrucionais, à interface gráfica, ao ambiente de estudo, aos procedimentos de interação e aos resultados do treinamento e de verificar, segundo

a percepção dos treinandos, a aquisição de conhecimento e habilidades e a expectativa de implementação do programa foram alcançados.

7 ETAPA 2 - NÍVEL DE APRENDIZAGEM DOS PARTICIPANTES DO TREINAMENTO DE MULTIPLICADORES DO PROGRAMA VAMOS

Este capítulo está dividido em duas seções. Na primeira seção, apresentaremos os resultados e na segunda, faremos a discussão dos dados coletados que buscaram atender ao quarto e quinto objetivos da etapa 2 da pesquisa, que foram: verificar o nível de aprendizagem dos participantes e investigar o nível de associação entre o período, dias e tempo de acesso à plataforma *Moodle* com a aprovação ou não dos treinandos.

7.1 RESULTADOS

Para a medida de aprendizagem, foram consideradas 124 observações levantadas no pré-teste e 81 no pós-teste, ou seja, todos participantes que responderam aos questionários, com exceção de um que escolheu a alternativa “não sei responder” em vinte e duas perguntas do pré-teste e todas do pós-testes.

A Tabela 27 apresenta os percentuais de acerto, a diferença entre os percentuais e o p-valor da diferença entre o pré e pós-teste por questão. Observamos que, em 21 das 25 questões (84%), houve uma diferença estatisticamente significativa entre os percentuais de acertos nas duas avaliações. Em três questões (03, 07 e 13), não houve diferença significativa, o percentual de acerto no pré-teste foi alto (80,6-96%).

Na questão 16, houve uma queda de 4% no percentual de acerto entre as duas medidas. Analisando esses dados, constatamos que 19 (35%) participantes, que acertaram a questão no pré-teste, erraram no pós-teste. Em outras questões, aconteceram casos semelhantes, mas não em quantidade tão elevada. Supomos que neste caso, a redação da questão pode ter elementos confundidores que dificultaram a escolha da alternativa correta, mesmo após o estudo do conteúdo.

Tabela 27 - Proporção de acerto das questões do pré e pós-teste dos participantes do treinamento para multiplicadores do programa VAMOS

QUESTÕES		PRÉ- TESTE*	PÓS- TESTE*	≠	p
N	TEMA	n = 124	n = 81		
Q 01	Programa VAMOS	82,3	95,1	12,8	0,007
Q 02	Programa VAMOS	92,7	98,8	6,1	0,048
Q 03	Programa VAMOS	80,6	90,1	9,5	0,068
Q 04	Atividade Física	50,8	75,3	24,5	<0,001
Q 05	Atividade Física e Saúde	56,5	76,5	20,0	0,004
Q 06	Alimentação	71,8	85,2	13,4	0,026
Q 07	Alimentação	96,0	98,8	2,8	0,244
Q 08	Teoria Sócio Cognitiva	37,1	61,7	24,6	<0,001
Q 09	Teoria Sócio Cognitiva	29,0	59,3	30,3	<0,001
Q 10	Teoria Sócio Cognitiva	8,1	49,4	42,3	<0,001
Q 11	Princípios da Aprendizagem	10,5	42,0	31,5	<0,001
Q 12	Comportamento em grupo	70,2	87,7	17,5	0,004
Q 13	Comportamento em grupo	83,9	92,6	8,7	0,068
Q 14	Organização do VAMOS	29,0	80,2	51,2	<0,001
Q 15	Organização do VAMOS	39,5	70,4	30,9	<0,001
Q 16	Avaliação	62,1	61,7	-0,4	0,954
Q 17	Avaliação	49,2	70,4	21,2	0,003
Q 18	Adaptações do VAMOS	56,5	82,7	26,2	<0,001
Q 19	Estratégias de Motivação	36,3	54,3	18,0	0,011
Q 20	Estresse	44,4	74,1	29,7	<0,001
Q 21	Estresse	29,8	77,8	48,0	<0,001
Q 22	Estresse	10,5	45,7	35,2	<0,001
Q 23	Encontros do VAMOS	78,2	96,3	18,1	<0,001
Q 24	Encontros do VAMOS	8,9	37,0	28,1	<0,001
Q 25	Encontros do VAMOS	37,9	75,3	37,4	<0,001
TOTAL (n = 5125)		50,1	73,5	23,4	<0,001

Fonte: Elaboração própria.

*Percentual de respostas corretas.

Quatro questões do pós-teste (10, 11, 22 e 24) tiveram um percentual de acerto considerado baixo (<49,4%). Embora, ao observarmos a diferença do percentual de acertos entre o pré e pós-teste, verificamos que este é bastante significativo em todas as questões ($p = <0,001$), apontando que houve um ganho de

conhecimento. Ressaltamos que, em todas as quatro questões, o percentual inicial de acertos (pré-teste) foi baixo (8,1-10,5%).

Os resultados dos pré e pós-teste nos apresentam uma diferença significativa de acertos entre as duas medidas. Podemos observar que esses resultados tiveram variação das notas dos participantes nos dois momentos.

As notas foram geradas, considerando o escore de acertos das 25 questões de ambos os testes, fato que sugere o ganho de conhecimento pós treinamento. A Figura 15 apresenta o gráfico do percentual de variação das notas.

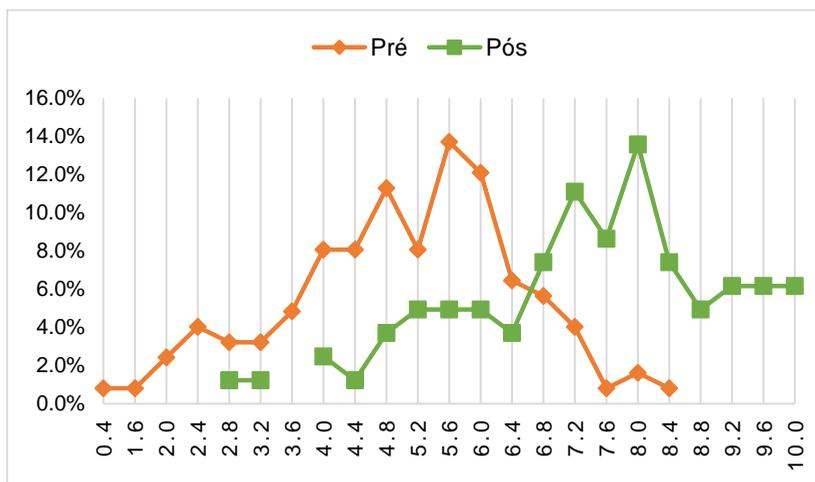


Figura 15 - Distribuição do percentual das notas do pré (n = 124) e pós-teste (n = 81) dos participantes do treinamento para multiplicadores do programa VAMOS

Fonte: Elaboração própria.

No pré-teste, as notas na faixa de 0 e 4 corresponderam a 27,4% do total. No pós-teste, este percentual caiu para 4,9%. As notas entre 4,1 e 7,0 representaram 65,3% na primeira medida e 30,9%, na segunda. Já, as notas acima 7,1 corresponderam a 7,3% do pré-teste e aumentou para 64,2% no pós-teste.

Realizamos o teste de *Wilcoxon* entre as notas do pré e pós-testes, para verificarmos se a diferença entre as notas foi estatisticamente significativa (5%). A Tabela 28 apresenta, em detalhes, a variação das notas entre os pré e pós-testes e o resultado da análise do teste.

Tabela 28 - Notas máxima, mínima e média obtidas na avaliação de aprendizagem nos momentos do pré e pós no treinamento de multiplicadores do programa VAMOS (n = 81)

VARIÁVEL	Mínimo	Máximo	Desvio Padrão	Média	p [†]
Pré-teste	1,6	8,4	1,428	5,20	<0,001
Pós-teste	2,8	10,0	1,692	7,35	
Diferença entre as notas	-1,20	7,60	1,594	2,15	

Fonte: Elaboração própria.

†Teste de Wilcoxon de Amostras Relacionadas.

A diferença entre o conjunto de notas dos pré e pós-testes foi de aproximadamente 20%, resultando em uma diferença estatisticamente significativa em nível de 5% ($p = <0,001$). Portanto, rejeitamos a H_0 e assumimos que houve aprendizagem significativa após o treinamento.

Para a certificação do multiplicador do Programa VAMOS, foi necessária a aprovação do participante na avaliação final com nota mínima de 8,0. Assim, para avaliar possíveis associações das variáveis de perfil de acesso (período e quantidade de dias de acesso ao treinamento) estimamos o tempo de permanência logado e quantas vezes as sessões foram visualizadas com a nota do pós-teste, assumimos, como ponto de corte para a definição da variável de desfecho, a obtenção pelo participante de nota igual ou maior que 8,0.

Na análise de associação na qual utilizamos o teste qui-quadrado, adotamos um nível de significância de 5% e trabalhamos com as seguintes hipóteses: H_0 = as características de perfil de acesso não estão associadas à obtenção de nota igual ou maior que 8,0 no pós-teste e H_1 = as características de perfil de acesso estão associadas à obtenção de nota igual ou maior que 8,0 no pós-teste.

A Tabela 29 apresenta a descritiva das variáveis de perfil de acesso à plataforma *Moodle* do grupo que concluiu o pós-teste.

Tabela 29 - Perfil de acesso à plataforma Moodle dos participantes do treinamento para multiplicadores do programa VAMOS (n = 81)

VARIÁVEL	Mín.	Máx.	Desvio Padrão	Média	Mediana
Período de acesso	2	91	24,834	39,96	38,0
Dias de acesso	2	24	4,132	8,14	7,0
Tempo estimado de acesso*	1h34	24h28	5h22	9h09	7h46
Visualização das sessões*	12	53	8,657	21,59	18,0

Fonte: Elaboração própria.

*Em horas.

Verificamos uma grande variação dos dados entre os valores mínimos e máximos em todas as variáveis. O período entre o primeiro acesso até a realização do pós-teste foi a mais expressiva. Enquanto um participante realizou as atividades do treinamento no período de dois dias, outro levou 91 dias.

Em média, o treinamento foi acessado 8 dias e a estimativa média de tempo logado foi de 9 horas. As sessões foram visualizadas em média 21 vezes, o que corresponderia a visualizar cada sessão aproximadamente 2 vezes.

A Tabela 30 apresenta os resultados do teste de associação entre as variáveis de perfil de acesso ao treinamento e os desfechos no pós-teste de “nota igual ou maior que 8,0” e “nota igual ou inferior a 7,9”.

Houve diferença estatisticamente significativa (5%), indicando associação em três das quatro variáveis. Acessar o treinamento por mais de 8 dias, por mais de 8 horas e visualizar as sessões mais vezes estão associados à nota igual ou maior que 8 no pós-teste. Lembramos que, o aproveitamento de 80% para a certificação é uma exigência que consideramos alta e parece lógico estar mais tempo e por mais vezes em contato com o conteúdo para ajudar na aprendizagem e, conseqüentemente, alcançar a nota mínima exigida.

Ainda, realizamos o teste de associação entre o nível de satisfação das escalas de reação com a variável de desfecho de nota igual ou maior que 8,0 no pós-teste, mas, ao tentar criar as categorias, utilizando os níveis de satisfação da análise de reação ($\leq 4,0$ = pouca satisfação, 4,1-7,0 = média satisfação, $\geq 7,1$ = muita satisfação). Não houve um número suficiente de participantes para realizarmos os agrupamentos de pouca satisfação em nenhuma

das escalas e nem no conjunto do treinamento que permitisse tal análise.

Tabela 30 - Associação das variáveis de perfil de acesso ao treinamento com os desfechos de “nota mínima igual ou maior que 8,0” e “nota igual ou menor que 7,9” no pós-teste dos participantes do treinamento para multiplicadores do programa VAMOS

Variáveis	Nota ≥ 8,0		Nota ≤ 7,9		p ^{††}
	n (%) [†]	IC95%	n (%) [†]	IC95%	
Total	36 (44,4)	33,6-55,2	45 (55,6)	44,8-66,8	
Período de acesso					0,470
Igual ou menos que 30 dias	18 (46,2)	35,3-57,1	21 (53,8)	42,9-64,7	
Igual ou mais que 31 dias	18 (42,9)	32,1-53,7	24 (57,1)	46,3-67,9	
Dias de acesso					0,034
Igual ou menos que 7 dias	15 (34,1)	23,8-44,4	29 (65,9)	55,6-76,2	
Igual ou mais que 8 dias	21 (56,8)	46,0-67,6	16 (43,2)	32,4-54,0	
Tempo estimado de acesso					0,010
Igual ou menos que 8 horas	13 (31,0)	20,9-41,1	29 (69,0)	58,9-79,1	
Igual ou mais que 8h e 1 min	23 (59,0)	48,3-69,7	16 (41,0)	30,3-51,7	
Visualização das sessões					0,031
Igual ou menos que 24 vezes	22 (37,3)	26,8-47,8	37 (62,7)	52,2-73,3	
Igual ou mais que 25 vezes	14 (63,6)	53,1-74,1	8 (36,4)	25,9-46,9	

Fonte: Elaboração própria.

† percentual na linha.

†† χ^2 test.

IC95%: intervalo de confiança de 95%.

Analisando a efetividade do treinamento e buscando isolar a possibilidade de que as características individuais dos participantes foram mais determinantes que o próprio treinamento para o resultado de aprovação ou não no mesmo, nos propomos a realizar algumas análises com os dados do pré-teste.

Assim, buscando descobrir se havia diferenças significantes nas notas do pré-teste do grupo de aprovados (Aprovados) no treinamento em relação ao grupo dos não aprovados (Não Aprovados) no treinamento e em relação ao grupo de reprovados, utilizamos o teste de diferença de proporção no *MedCalc®*, a hipótese nula foi de que não haveria diferença entre as médias de notas no pré-teste entre os grupos, adotando o nível de significância de 5%.

O grupo dos “Aprovados” foi composto pelos 44 participantes que obtiveram o mínimo de nota 8,0 na avaliação de certificação, o grupo “Não Aprovados” pelos 80 participantes que responderam ao pré-teste, mas foram reprovados na avaliação de certificação e os participantes que evadiram (excluímos o participante que optou por “não quero responder” em 22 das 25 questões do pré-teste) e o grupo “Reprovados” pelos 35 participantes que não alcançaram a nota mínima de 8,0, na avaliação de certificação.

A Tabela 31 apresenta os percentuais de acerto por grupo, a diferença entre os percentuais e o p-valor.

Tabela 31 - Comparativo dos percentuais de acerto do pré-teste entre grupo de responderam o pré-teste (aprovados, não aprovados e reprovados)

Grupo	N	% de acertos	≠ (%)	Chi	p
Todos do Pré-teste	124	50,1			
Aprovados	44	53,4	3,30	0,141	0,708
Não aprovados	80	48,3			
Aprovados	44	53,4	5,11	0,294	0,588
Reprovados	35	49,7			
Aprovados	44	53,4	3,65	0,103	0,749

Fonte: Elaboração própria.

A média de acertos do grupo que foi aprovado na avaliação de certificação foi maior em relação a todos os outros grupos que utilizamos para efeito de comparação. Entretanto, o teste de comparação de proporção nos mostrou que não houve diferença estatisticamente significativa (5%) entre as médias, em nenhuma das combinações de grupos. Assim, aceitamos a hipótese nula e concluímos que o conhecimento inicial não se associou à aprovação na avaliação de certificação.

7.2 DISCUSSÃO

Os objetivos da etapa 2 da presente pesquisa, abordados neste capítulo, foram alcançados. Verificamos o nível de aprendizagem dos participantes, sinalizado nas diferenças de percentual de acertos nos pré e pós-testes e investigamos a associação de algumas variáveis de perfil de acesso ao ambiente virtual de aprendizagem com a nota do pós-teste.

Segundo Queiroga et al., (2012), o uso de delineamento quase-experimentais na avaliação de programas de TD&E pode trazer grandes avanços no sentido de avaliar a aprendizagem, proporcionada por esses eventos.

No presente estudo, os dados nos apresentam que houve aquisição significativa de conhecimento ao término do treinamento. No geral, a aquisição do conhecimento foi estatisticamente significativa ($p < 0,001$), representada por um aumento de mais de 23% no percentual de acerto das questões.

Quando focamos nos conteúdos (questões), vimos que, em três das 25 questões, houve aumento da média de acertos, mas este não foi significativo. Em uma questão, o percentual de acerto do pós-teste foi menor que no pré-teste e supomos que houve problema com a redação da questão, causando confusão na escolha da alternativa correta.

No estudo conduzido por Minami et al., (2012), quando da comparação entre os momentos pré e pós-treinamento, verificou-se que houve aumento na nota média, nas notas mínima e máxima e na mediana, tendo diminuído o desvio padrão no momento do pós-teste. Os resultados dos pré e pós-testes também foram analisados, aplicando o teste de *Wilcoxon* para a nota média de cada questão, concluindo pela aquisição ou aumento do conhecimento em função do treinamento, com diferença

estatisticamente significativa nas questões, com exceção de uma delas.

Bastos (2012) também apresentou os resultados de seu estudo por questão, quando da avaliação de aprendizagem. Os dados mostraram um aumento na proporção de acertos de nove entre 10 questões do instrumento e, na média geral, houve aumento estatisticamente significativo na pontuação média dos participantes.

No que se refere às notas dos participantes, houve um aumento de aproximadamente 21,5% na média geral, representando uma diferença significativa ($p < 0,001$) entre os pré e pós-testes. Observamos também uma heterogeneidade do grupo, nos dois momentos indicados pelas notas mínima e máxima e pelo desvio padrão.

Para a nossa surpresa, o desvio padrão aumentou no momento do pós-teste. Era esperado que, com a leitura e estudo dos conteúdos, a diferença de conhecimento entre os participantes diminuísse. Acreditamos que este aumento pode ter sido influenciado pela forma de estudo adotada pelos participantes, lembramos que as características de padrão de acesso ao treinamento como quantidade de vezes em que as sessões foram visualizadas, quantidade de dias em que o treinamento foi acessado e tempo permanecido logado foram significantes na aprovação no treinamento.

Outros estudos com característica quase-experimental com pré e pós-testes chegaram a resultados semelhantes ao que encontramos nessa pesquisa. Torres (2015) realizou um estudo que objetivou analisar o efeito da introdução de novas estratégias de ensino, apoiadas nas Tecnologias da Informação e Comunicação (TICs), no aprendizado de estudantes de graduação e identificou um aumento da média dos estudantes entre os pré e pós-testes na ordem de 21%, com diferença significativa ($p < 0,001$).

O estudo de Araújo (2015) teve, como um dos objetivos, avaliar a aprendizagem dos participantes de treinamentos de uma Agência Reguladora, utilizando grupo experimental e grupo controle. A autora concluiu que houve aprendizagem e que a mesma ocorreu devido ao treinamento, tendo em vista que não havia diferenças nas notas entre o grupo experimental e o grupo controle antes do treinamento, mas que o grupo experimental

obteve melhores notas tanto no pós-teste 1, quanto no pós-teste 2, em relação ao grupo controle.

A presente pesquisa ainda corrobora o estudo de Neo, Neo e Teoh (2010), no qual houve ganho de conhecimento de 77,26% em relação ao pré-teste, com nível de significância de $<0,001$ em um intervalo de confiança de 95%. O estudo de Santos (2012) relatou diferença estatisticamente significativa na aprendizagem, quando comparada as avaliações nos momentos dos pré e pós-testes. Fato que também ocorreu na pesquisa de Ribeiro e Lopes (2006), onde os alunos tiveram melhores resultados no pós-teste.

Os estudos de Alvarce (2015), Nogueira (2006), Bastos (2012), Holanda (2014), Frota (2012) e Fernandes (2016) concluíram que houve um ganho significativo de aprendizagem entre as medidas de pré e pós-testes, realizadas juntos aos participantes, após os treinamentos.

Vários estudos utilizando a análise de associação e predição têm buscado analisar o relacionamento entre os componentes do processo de avaliação de TD&E, como características dos participantes, reação, aprendizagem e impacto (PANTOJA; LIMA; BORGES-ANDRADE, 2001; CARVALHO; ABBAD, 2006; PILATI; BORGES-ANDRADE, 2008 e ALAVARCE, 2014).

No presente estudo, buscamos realizar a análise de associação entre a reação e as notas do pós-teste, mas os altos valores encontrados nas escalas de reação tornaram a tentativa inviável, tendo em vista que aproximadamente 50% das notas nas escalas estão acima de nove.

Uma das exigências para a certificação do multiplicador é a nota mínima de 8,0 na avaliação final do treinamento. Assim, analisamos se algumas características de acesso ao *Moodle* se associava de forma significativa à aquisição de nota igual ou superior a oito no pós-teste.

O treinamento de multiplicadores do programa VAMOS previa o tempo máximo de 30 dias para a realização de todo curso. No presente estudo, esse período foi estendido para 95 dias, por conta da excepcionalidade dos instrumentos de pesquisa a serem preenchidos e também para facilitar o gerenciamento das turmas no *Moodle*.

Os dados de acesso nos mostraram que a média de dias, que os participantes levaram entre o primeiro acesso ao treinamento até a conclusão do pós-teste, foi de 40, variando de 2

a 91 dias. Entretanto, quando analisamos os resultados do teste de associação entre a variável no período de acesso de até 30 dias e mais que 30 dias com a obtenção ou não da nota mínima de oito, não houve associação estatisticamente significativa. Assim, não há justificativa para qualquer mudança no tempo estipulado para o funcionamento do treinamento.

Quanto às variáveis de dias de acesso, tempo estimado de acesso e visualização das sessões, a associação foi estatisticamente significativa com a obtenção ou não da nota mínima pelo grupo de participantes. A média geral de dias de acesso ao treinamento foi de 8,14. No grupo dos que obtiveram a nota mínima de oito no pós-teste, essa média foi de 9,1 dias, o que também justifica a manutenção do período de 30 dias para a finalização do treinamento.

Quanto ao tempo estimado de acesso, a média geral foi de 5 horas e 22 minutos e no grupo de nota igual ou maior que 8,0 de 11 horas e 32 minutos. A carga horária prevista para a realização do treinamento é de 20 horas. Se observarmos os dados de média, essa carga horária estaria superestimada, mas, considerando que neste estudo os valores de tempo logado foram estimados, recomendamos que não sejam realizadas alterações.

Quanto à quantidade de vezes que as sessões foram visualizadas, a média geral foi de 21,6. Analisando o grupo que obteve nota igual ou maior que oito, a visualização foi de 24 vezes. Recomendamos criar mecanismo que incentive os participantes à releitura das sessões.

Não encontramos estudos que tenham realizado este tipo de análise, para efetuarmos comparações de achados. Entretanto, estar mais tempo e mais vezes em contato com os conteúdos certamente aumenta as possibilidades de sua retenção. Aqui, resgatamos as sugestões dos participantes no que se refere a acrescentar procedimentos instrucionais mais interativos e processos de *feedback*, baseados na resolução de problemas, como elementos de estímulo e reforço.

As análises de comparação de proporção nos mostraram que os participantes que concluíram, com certificação, o treinamento, iniciaram o curso com o domínio do conhecimento específico do treinamento mais alto que os que não concluíram, embora esta diferença entre as médias não foi estatisticamente significativa em nenhuma das comparações entre grupos efetuadas, indicando pela efetividade do treinamento.

Vale ressaltar que o ganho de conhecimento também foi registrado pelas falas dos participantes, quando da avaliação de reação das sessões como também do final do treinamento. Registramos ao menos 200 falas com registro de competências adquiridas, conforme dados apresentados no capítulo anterior.

Zerbini et al. (2012) destacam que a aprendizagem é condição necessária no processo de capacitação; entretanto, alertam que esta não é condição suficiente para o desempenho do treinando nas organizações.

Em nosso estudo, verificamos o ganho significativo de conhecimento e acreditamos que esta aprendizagem é capaz de produzir ferramentas necessárias para a atuação como multiplicador do programa VAMOS. Entretanto, condições outras influenciam fortemente na condução do programa, algumas inerentes ao próprio sujeito, como a habilidade de estabelecer relacionamentos de confiança e de gerar empatia. Outras condições externas também são fundamentais para o sucesso do programa como, por exemplo, o apoio da chefia e dos colegas e as condições de trabalho.

8 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A seguir, apresentamos as considerações finais em três partes, na primeira trataremos das conclusões do estudo, na segunda das limitações e contribuições dessa pesquisa e na terceira trazemos algumas sugestões para o treinamento e pesquisas futuras.

8.1 CONCLUSÕES

Como etapa fundamental para a disseminação e implementação do programa VAMOS, a formação de seus multiplicadores foi pensada e organizada para acontecer na modalidade EaD, com o conteúdo entregue *on-line* e no formato de autoinstrução. A escolha da modalidade EaD se deu, objetivando o alcance de todo território brasileiro, além de possibilitar ao treinando compatibilizar o curso com sua disponibilidade de tempo e ritmo de estudo.

Esta pesquisa se propôs a realizar a avaliação do treinamento de multiplicadores do programa VAMOS e teve seu objetivo alcançado ao realizarmos a avaliação, tanto da adequação dos objetivos e conteúdos pelo grupo de especialistas, como dos componentes de reação e aprendizagem junto ao grupo de treinandos. Neste processo, coletamos observações e sugestões que permitiram e permitirão ajustes visando a melhoria do treinamento.

A avaliação de adequação dos objetivos e conteúdos do treinamento foi realizada por um grupo de seis especialistas nas áreas de atividade física, alimentação e programas de mudança de comportamento e teve características de revisão e validação do treinamento.

O grau de adequação dos objetivos e conteúdos do treinamento foi muito satisfatório e realizadas sugestões e observações, que permitiram ajustes e correções importantes, em um processo de retroalimentação do planejamento e adequações do treinamento, visando sua maior qualidade, alcance e efetividade.

Para a avaliação dos componentes de reação e aprendizagem, o treinamento foi oferecido para profissionais graduados na área de saúde. Iniciaram o curso 125 participantes

após as etapas de inscrição, homologação da inscrição, concordância em participar da pesquisa e preenchimento dos questionários sociodemográfico e pré-teste.

As características dos participantes que se associaram à aprovação no treinamento (ter concluído o treinamento com certificação) foram sexo, conhecer o programa VAMOS e o cargo que ocupavam na época do treinamento. Ser mulher se associou positivamente à aprovação no treinamento.

Conhecer o programa VAMOS foi outra variável que se associou à aprovação no treinamento. Sete dos 11 participantes, que declararam conhecer o programa antes de iniciar o treinamento, foram certificados.

Estar exercendo função técnico-profissional foi significativo para a aprovação no treinamento. Acreditamos que a expectativa de que o programa VAMOS pudesse ser uma ação que viria a incrementar o trabalho no qual os participantes estavam realizando à época do treinamento, os motivou a se envolverem mais com os estudos e chegarem à certificação.

O perfil digital dos participantes é alto, tanto para o acesso ao computador como à *internet*, e principalmente, pelo fato de mais de 86% deles já terem realizado curso na modalidade à distância e 72,8% já havia utilizado o *Moodle*. Nossa hipótese era que estas seriam características que poderiam facilitar a realização e aprovação no treinamento. Entretanto, os testes não mostraram tal associação, justamente por ser uma característica da maioria dos participantes.

A possibilidade de melhorar as ações desenvolvidas no trabalho com a realização do treinamento, foi a escolha de 58,4% dos participantes na resposta ao questionário. Essa opção foi reforçada com a fala dos participantes. A maioria das falas foi em torno do ganho de conhecimento e habilidades para a capacitação pessoal e para o trabalho.

No presente estudo, a avaliação positiva de reação nos leva a crer na qualidade do trabalho desenvolvido, atendendo as expectativas dos treinandos e, conseqüentemente, se constituindo em um potencial para a disseminação do programa VAMOS e para a capacitação de seus multiplicadores. Os dados apresentaram médias superiores a 8 em todas as sessões e no conjunto do treinamento. Em poucos itens, as médias ficaram abaixo de 8 e merecem uma atenção maior da equipe. Como por exemplo itens

da escala de reação aos resultados da sessão 4 que trata da Teoria Sócio Cognitiva e de como aplicá-la no desenvolvimento do programa VAMOS. Esta dificuldade também foi registrada nas observações dos participantes.

No geral, os procedimentos instrucionais foram bem avaliados, tanto nas escalas por sessão, como no conjunto do treinamento. Mas, quando analisamos as falas dos participantes, temos os registros de sugestões de mudanças para acrescentar elementos mais interativos e dinâmicos, tanto na exposição dos conteúdos, como nas atividades realizadas. São sugestões de vídeos, *links* para textos e outras páginas que possam aprofundar o conteúdo, atividades com mais discussão de casos e resolução de problemas.

Algumas avaliações foram de baixa satisfação aos processos de interação como *chat* e aspectos da navegabilidade no ambiente virtual. Quanto ao *chat*, acreditamos que a baixa satisfação se deu porque este não é uma atividade estimulada no treinamento. Não existem atividades e ou outros espaços instrucionais nos quais a comunicação entre os participantes é requerida.

Em relação aos pontos levantados quanto à navegabilidade, estes estiveram mais relacionados ao fato da página inicial do treinamento não indicar qual a última sessão acessada, ter que voltar à página inicial para acessar a sessão seguinte e os ícones das sessões não trazerem o tema, apenas o número da sessão.

Algumas questões postas como baixa satisfação pelos participantes têm relação com a versão do *Moodle*, utilizada pela UFSC que, segundo o SETIC (Superintendência de Governança Eletrônica e Tecnologia da Informação e Comunicação) e a empresa contratada pela UFSC para a customização e alimentação da plataforma, não permite algumas configurações.

A percepção de aprendizagem foi expressa de forma positiva tanto nas avaliações da escala de reação no questionário, quanto nas questões abertas. Na escala de reação à capacidade de transmitir e de aplicar o conhecimento ensinado em diferentes situações, fica evidenciada a média geral de 9,05. E no questionário, quando 96,4% deles declaram se sentir aptos para aplicar o programa VAMOS em sua comunidade. Nas questões abertas, os treinandos registraram suas percepções de competências adquiridas, ao final das sessões e do treinamento.

De forma geral, observamos que grande parte dos participantes não consideraram os aspectos do ambiente de estudo e dos procedimentos de interação dificultadores de sua permanência no treinamento, poucos treinandos apontaram essas dificuldades pelas avaliações da escala e nenhum nos registros de observações e sugestões. Tivemos três registros *e-mail* de participantes que tinham interesse em concluir o treinamento, mas que tinham dificuldades de ordem pessoal para fazê-lo naquele momento.

Quanto ao componente de aprendizagem, os dados nos mostraram diferenças significantes entre os percentuais de acertos nos pré e pós-testes, representadas por um aumento de mais de 23% entre as duas medidas. Quando comparamos as notas dos participantes, houve um aumento de aproximadamente 21,5% na média geral, representando uma diferença significativa entre os dois momentos.

Investigamos se houve diferença estatisticamente significativa no percentual de acerto do pré-teste entre o grupo de participantes que concluiu o treinamento com certificação e os que não concluíram. Os dados mostraram efetividade do treinamento para a aprendizagem. O ganho de conhecimento também foi constatado pelas falas dos participantes com mais de 200 registros de competências adquiridas.

A nota mínima de 8,0 (exigência para certificação) no pós-teste se associou de forma significativa a acessar o treinamento 8 ou mais dias, permanecer mais que 8 horas logado e visualizar as sessões mais de 25 vezes.

Neste estudo, a coleta de dados se deu em três diferentes momentos do treinamento, a saber: antes de acessar a página do treinamento, durante a realização das sessões e após a 12ª sessão, com a utilização de diferentes instrumentos (sociodemográfico, pré e pós-testes, escalas de reação, questões abertas). Nosso objetivo com esta proposta metodológica foi possibilitar a comparação entre os indicadores anteriores e posteriores ao treinamento, complementação das análises e obter informações mais seguras no sentido de repensar e realizar ajustes no treinamento.

8.2 LIMITAÇÕES E CONTRIBUIÇÕES DESSA PESQUISA

Como limitação desta pesquisa, destacamos a não realização na etapa 1 da avaliação do *designer* instrucional, atividades, prova de certificação e navegabilidade. Alguns desses aspectos não puderam ser submetidos à avaliação pelo fato do treinamento não estar completamente finalizando quando da submissão aos especialistas, o que nos levou a manter o foco nos objetivos e conteúdos.

Também destacamos o fato de não ter avaliado a evasão no treinamento que, considerando os 125 inscritos que preencheram a totalidade do instrumento 1 e conseguiram visualizar o conteúdo inicial do treinamento. A taxa de evasão chegou a 36,8%, tendo 79 participantes concluído o treinamento respondendo a avaliação de certificação.

Ainda destacamos a reduzida validade externa dessa pesquisa, uma vez que se trata de um estudo muito específico, dificultando a generalização dos resultados para outros treinamentos e/ou cursos de forma integral.

Esta pesquisa contribuiu com importantes informações para retroalimentar o planejamento e desenvolvimento do treinamento de multiplicadores do programa VAMOS, bem como para a construção de uma proposta de avaliação de treinamento *on-line*, com utilização de um quase-experimento e abordagem quali-quantitativa.

Como pesquisadora em formação, esta experiência se constituiu em um significativo momento de aprendizagem, um caminhar longo, árduo, mas necessário e, por muitas vezes, prazeroso. Pessoalmente aprendi sobre determinação e também tolerar meus limites, houve fortalecimento de vínculos e ricos momentos de inspiração e transpiração no processo de crescimento coletivo. E, por fim, mas não encerrando, desenvolvi habilidades em pesquisa que serão fundamentais para meu cotidiano de trabalho, dentro da universidade.

8.3 SUGESTÕES PARA O TREINAMENTO E PARA PESQUISAS FUTURAS

Os objetivos propostos para esta pesquisa foram alcançados, mas acreditamos que ainda se faz necessária a continuidade da avaliação do treinamento de multiplicadores do programa VAMOS com objetivo de averiguar a retenção de

aprendizagem e os componentes de impacto em profundidade e amplitude.

Para a avaliação de retenção da aprendizagem, sugerimos a aplicação do pós-teste com seis e doze meses de intervalo da finalização do treinamento. Quanto à avaliação de impacto em profundidade, essa precisa ser realizada no acompanhamento de turma do programa VAMOS, ministrado pelos egressos do treinamento, com coleta de dados junto aos próprios multiplicadores, chefia, colegas de trabalho e participantes. Em relação ao impacto em amplitude, avaliar o quanto o treinamento influenciou ou mudou as rotinas de trabalho já realizadas, sem necessariamente ter implementado o programa. Esses dados também podem ser coletados junto aos próprios treinandos, chefia, colegas de trabalho e participantes.

Sugerimos, também, a implantação de uma avaliação sistemática do treinamento, utilizando as escalas de reação, dados do *Moodle*, como usamos aqui, e metodologias qualitativas, como entrevistas e grupos focais, em um processo contínuo de levantamento de informações que permita a retroalimentação constante do planejamento e sirva de base para a tomada de decisões e assim, aprimorar a efetividade do treinamento e o desempenho dos egressos.

Em se tratando do treinamento, reforçamos a recomendação de que o prazo de 30 dias para concluir o treinamento, a criação de mecanismo que incentive os participantes à releitura das sessões e acrescentar procedimentos instrucionais mais interativos e processos de *feedback* mais direcionados aos erros cometidos durante as atividades de fixação baseados na resolução de problemas, ou ainda *feedbacks* que levem o treinando a outros espaços, nos quais possam se aprofundar o conteúdo específico, utilizando assim outros elementos de estímulo e reforço, tornando o treinamento mais dinâmico e motivador. Quanto a interface gráfica, sugerimos mecanismos de tornar a navegabilidade mais simples, agradável e motivadora.

Além das sugestões já realizadas para a continuidade de avaliação do treinamento de multiplicadores, sugerimos também pesquisas sobre o uso do *Facebook* ou outra rede social, como ferramenta para mediar a aprendizagem, interação e envolvimento

dos treinandos, bem como para o acompanhamento das turmas do programa VAMOS que serão implementadas.

REFERÊNCIAS

ABBAD, Gardênia; GAMA, Ana Lidia; BORGES-ANDRADE, Jairo Eduardo. Treinamento: análise do relacionamento da avaliação nos níveis de reação, aprendizagem e impacto no trabalho. **Revista de Administração Contemporânea**, Rio de Janeiro, v. 4, n. 3, p. 25-45, 2000.

ABBAD, Gardênia et al. Projeto instrucional, aprendizagem, satisfação com o treinamento e auto-avaliação de impacto do treinamento no trabalho. **Revista Psicologia: Organizações e Trabalho**, Brasília, v. 1, n. 2, p. 129-161, 2001.

ABBAD, Gardênia da Silva; CARVALHO, Renata Silveira; ZERBINI, Thaís. Evasão em curso via internet: explorando variáveis explicativas. **RAE-eletrônica**, v. 5, n. 2, Ali. 17, jul./dez. 2006.

ABBAD, Gardênia; ZERBINI, Thaís; SOUZA, Daniela. Panorama das pesquisas em educação a distância no Brasil. **Estudos de Psicologia**, Natal, v. 15, n. 3, p. 291-298, 2010.

ABED (Associação Brasileira de Educação a Distância). **CENSO E.A.D. BR 2015-Relatório Analítico da Aprendizagem a Distância no Brasil**. v. 16, n. 08, 2015. Disponível em: <http://abed.org.br/arquivos/Censo_EAD_2015_POR.pdf>. Acesso em: 03 mar. 2017.

ALAVARCE, Débora. **Desenvolvimento e avaliação da reação, aprendizagem e impacto de treinamento online para profissionais da saúde**. 2014. 265 f. Tese (Doutorado em Enfermagem) – Universidade de São Paulo, São Paulo, 2014.

ALAVARCE, Débora et al. Instructional design to develop an online course on urinary catheterization. **Journal of Health Informatics**, São Paulo, v. 7, n. 4, p. 103-109, 2015.

ALMEIDA, Maria Elizabeth. Educação a distância na internet: abordagens e contribuições dos ambientes digitais de

aprendizagem. **Educação e Pesquisa**, São Paulo, v. 29, n. 2, p. 327-340, jul–dez. 2003.

ALMEIDA, Onília Cristina de Souza de. **Evasão em cursos a distância: validação de instrumento, fatores influenciadores e cronologia da desistência**. 2007. 177 f. Dissertação (Mestrado em Gestão Social e do Trabalho) - Universidade de Brasília, Brasília, 2007.

AMORIM, Tales et al. Descrição dos programas municipais de promoção da atividade física financiados pelo Ministério da Saúde. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 18, n. 1, p. 63-74, 2013.

ANTUNES, Gabriel. **Influência de um programa de mudança de comportamento na autoeficácia para a atividade física**. 2015. 87 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Universidade do Estado de Santa Catarina, Florianópolis, 2015.

ARAUJO, Maria Cecília. **Avaliação de treinamento em uma Agência Reguladora: aprendizagem, reação e impacto**. 2015. 258 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia Social) – Universidade de Brasília. Brasília, 2015.

BANDURA, Albert. **Social foundations of thought and action: a social cognitive theory**. Englenwood Cliffs: Prentice Hall; 1986.

BANDURA, Albert; AZZI, Roberta; POLYDORO, Soely. (Orgs.) **Teoria Social Cognitiva: conceitos básicos**. Porto Alegre: Artmed, 2011.

BANDURA, Albert. A evolução da teoria social cognitiva. In: BANDURA, Albert; AZZI, Roberta; POLYDORO, Soely. (Orgs.) **Teoria Social Cognitiva: conceitos básicos**. Porto Alegre: Artmed, 2011.

BARDIN, Laurence. **Análise de Conteúdo**. 4. ed. Lisboa/Portugal: Edições 70, 2009.

BARUTH, Meghan; WILCOX, Sara. Effectiveness of two evidence-based programs in participant whit arthritis: findings from the active for life initiative. **Arthritis Care & Research**, v. 63, n. 7, p. 1038-1047, 2011.

BASTOS, Lucélia. **Avaliação da reação, aprendizagem e impacto de treinamento em um hospital do Município de São Paulo**. 2012. 144 f. Dissertação (Mestrado em Ciências) - Universidade de São Paulo, São Paulo, 2012.

BENEDETTI, Tânia et al. Program "VAMOS"(Active Living, Enhancing Health): from conception to initial findings. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, v. 14, n. 6, p. 723-737, 2012.

_____. **VAMOS vida ativa melhorando a saúde**, volumes Introdução, 1 ao 11, apêndice. Florianópolis: UFSC, 2014.

BLAIR, SN. et al. **Active Living Every Day**. 2. Ed. Champaign, IL: Human Kinetics, 2011.

BOCK, Christina; JARCZOK, Marc; LITAKER, David. Community-based efforts to promote physical activity: a systematic review of interventions considering mode of delivery, study quality and population subgroups. **Journal of Science and Medicine in Sport**, v. 17, n. 3, p. 276-282, 2014.

BORGES, Rossana. **Programa de promoção de atividade física no SUS: barreiras e facilitadores organizacionais**. 2014. 125 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Universidade Federal de Santa Catarina. Florianópolis, 2014.

BORGES-ANDRADE, Jairo Eduardo. Desenvolvimento de medidas em avaliação de treinamento. **Estudos de Psicologia**, Natal, v. 7, n. especial, p. 31-43, 2002.

BORGES-ANDRADE, Jairo Eduardo; ABBAD, Gardênia; MOURÃO, Luciana. Modelos de avaliação e aplicação em TD&E. In: ABBAD, Gardênia et al. **Medidas de avaliação em treinamento, desenvolvimento e educação - ferramentas**

para gestão de pessoas. Porto Alegre: ArtMed, 2012. VitalBook file.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Conferência Nacional de Saúde**, 8. ed. Relatório Final. Brasília: Ministério da Saúde, 1987.

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Assistência à Saúde. Coordenação de Saúde da Comunidade. **Saúde da Família: uma estratégia para a reorientação do modelo assistencial.** Brasília. Ministério da Saúde, 1997. 36p.

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. Projeto Promoção da Saúde. **As Cartas da Promoção da Saúde / Ministério da Saúde, Secretaria de Políticas de Saúde,** Projeto Promoção da Saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2002. 56 p.: il. (Série B. Textos Básicos em Saúde). Disponível em: <http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cartas_promocao.pdf>. Acesso em: 16 jun. 2015.

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. **Política nacional de promoção da saúde.** MS, 2006.

_____. Ministério da Saúde. **Núcleo de Apoio a Saúde da Família.** Portaria Ministerial de Saúde n. 154, de 24 de janeiro de 2008.

_____. Ministério da Saúde, Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos, Departamento de Ciência e Tecnologia. **Agenda nacional de prioridades de pesquisa em saúde.** 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2011a. 68 p. – (Série B. Textos Básicos em Saúde). Disponível em: <http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/agenda_nacional_prioridades_2ed_3imp.pdf>. Acesso em: 20 fev. 2017.

_____. Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Departamento de Análise de Situação de Saúde. **Plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) no Brasil 2011-2022.** Brasília: Ministério da Saúde, 2011b.

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição**. 1. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2013. 84 p. Disponível em: <http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_alimentacao_nutricao.pdf>. Acesso em: 20 fev. 2017.

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância à Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Política Nacional de Promoção da Saúde (PNaPS)**: revisão da Portaria MS/GM nº 687, de 30 de março de 2006. Brasília: Ministério da Saúde, 2014a. Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_promocao_saude_pnaps.pdf. Acesso em: 18 abril 2017.

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014b. 156 p.

_____. Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde. **Vigitel Brasil 2014: Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico**. Brasília: Ministério da Saúde, 2015. Disponível em: <<http://portalsaude.saude.gov.br/images/pdf/2015/abril/15/PPT-Vigitel-2014-.pdf>>. Acesso em: 22 jun. 2015.

_____. Presidência da República. **Constituição da República Federativa do Brasil de 1988**, promulgada em 5 de outubro de 1988. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.html>. Acesso em: 22 jun. 2015.

BUSS, Paulo Marchiori. **Promoção da saúde da Família. Promoção da saúde**. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2002.

BUSS, Paulo; CARVALHO, Antonio. Desenvolvimento da promoção da saúde no Brasil nos últimos vinte anos (1988-2008). **Ciência & saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 14, n. 6, p. 2305-16, 2009.

BUSS, Paulo et al. Promoção da saúde e qualidade de vida. **Ciência & saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 5, n. 1, p. 163-177, 2000.

CARSWELL, Alan; VENKATESH, Viswanath. Learner outcomes in an asynchronous distance education environment. **International Journal of Human-Computer Studies**, v. 56, n. 5, p. 475-494, 2002.

CARVALHO, Renata; ABBAD, Gardênia. Avaliação de treinamento a distância: reação, suporte à transferência e impactos no trabalho. **Revista de Administração Contemporânea**, Rio de Janeiro, v. 10, n. 1, p. 95-116, 2006.

CAVALHEIRO, Constantino. **Fatores críticos para a implementação do e-learning nas empresas**. 2007. 346 f. Dissertação (Mestrado em Administração) – Universidade de São Paulo, São Paulo, 2007.

CGI-BR, Comitê Gestor da Internet no Brasil. **Pesquisa sobre o uso das tecnologias de informação e comunicação nos domicílios brasileiros** [livro eletrônico]: TIC domicílios 2015. Núcleo de Informação e Coordenação do Ponto BR [editor] - São Paulo: Comitê Gestor da Internet no Brasil, 2016. Disponível em: <http://www.cetic.br/media/docs/publicacoes/2/TIC_Dom_2015_LIVRO_ELETRONICO.pdf>. Acesso em: 04 mar. 2017.

CORRÊA, Vinícius. **Avaliação de treinamentos à distância em uma organização pública**. 2007. 172 f. Dissertação (Mestrado em Gestão Social e Trabalho) – Universidade de Brasília, Brasília, 2007.

COSTA, Simone et al. perfil do profissional de nível superior nas equipes da estratégia saúde da família em Montes Claros, Minas Gerais, Brasil. **Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade**, [S.l.], v. 8, n. 27, p. 90-96, abr. 2013. ISSN 2179-7994. Disponível em: <<https://www.rbmf.org.br/rbmfc/article/view/530/552>>. Acesso em: 04 mar. 2017.

SOUZA, Geisa et al. Avaliação do curso de gerenciamento online na perspectiva dos egressos. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 49, n. 2 especial, p. 90-97, 2015.

EAKIN, Elizabeth et al. Telephone interventions for physical activity and dietary behavior change: a systematic review. **American journal of preventive medicine**, v. 32, n. 5, p. 419-434, 2007.

FERNANDES, Marília. **Análise da eficácia de treinamento à distância no ambiente corporativo**. 2016. 62 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2016.

FROTA, Natasha. **Construção e validação de uma hipermídia educativa sobre punção venosa periférica**. 2012. 128 f. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) – Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, 2012.

GERAGE, Aline. **Programa Vida Ativa Melhorando a Saúde: efetividade sobre variáveis comportamentais e de risco cardiovascular em pacientes hipertensos**. 2016. 156 f. Tese (Doutorado em Educação Física) – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2016.

GONZALEZ, Ricardo Alonso; DO NASCIMENTO, Janicleide Gonçalves; LEITE, Luciana Barone. Evasão em curso a Distância: um estudo aplicado na Universidade Corporativa da Secretaria da Fazenda do Estado da Bahia. **Rev. Serv. Público**. Brasília 67 (4) 627-647 out/dez 2016. Disponível em: <https://revista.enap.gov.br/index.php/RSP/article/view/1231/786>. Acessado em: 23 de maio de 2017.

GOODE, Ana; REEVES, Marina; EAKIN, Elizabeth. Telephone-delivered interventions for physical activity and dietary behavior change: an updated systematic review. **American journal of preventive medicine**, v. 42, n. 1, p. 81-88, 2012.

HOLANDA, Viviane. **Hipermídia educacional para o ensino das doenças sexualmente transmissíveis**: construção, validação e avaliação. 2014. 141 f. Tese (Doutorado em Enfermagem) – Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, 2014.

COELHO JUNIOR, Francisco Antonio; ABBAD, Gardênia; VASCONCELOS, Lísian. Análise da relação entre variáveis de clientela, suporte à aprendizagem e impacto de treinamento à distância. **RAC-Eletrônica**, v. 2, n. 1, 2008. Disponível em: <http://anpad.org.br/periodicos/content/frame_base.php?revista=3>. Acesso em: 04 mar. 2017.

KIRKPATRICK, Donald. Great ideas revisited. **Training and Development**, v. 50, n. 1, p. 54-59, 1996.

LEE, I.-Min et al. Effect of physical inactivity on major non-communicable diseases worldwide: an analysis of burden of disease and life expectancy. **The Lancet**, v. 380, n. 9838, p. 219-229, 2012.

MALTA, Deborah et al. Política Nacional de Promoção da Saúde, descrição da implementação do eixo atividade física e práticas corporais, 2006 a 2014. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 19, n. 3, p. 286, 2014.

MEURER, Simone Teresinha. **Avaliação da estratégia de promoção de atividade física e alimentação saudável – VAMOS – no Programa Academia da Saúde de Belo Horizonte, Minas Gerais**. 2016. 184f. Tese (Doutorado em Educação Física) - Universidade Federal de Santa Catarina. Florianópolis, 2016.

MICHIE, Susan et al. Effective techniques in healthy eating and physical activity interventions: a meta-regression. **Health Psychology**, v. 28, n. 6, p. 690, 2009.

MINAMI, Ligia et al. Avaliação do treinamento “Prevenção e tratamento de úlcera por pressão” ministrado à equipe de enfermagem. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v. 14, n. 3, p. 663-70, 2012.

MINAYO, Maria Cecília. **O Desafio do Conhecimento**: pesquisa qualitativa em saúde. 3. ed. São Paulo/Rio de Janeiro: Hucitec-ABRASCO, 1994.

MINAYO, Maria Cecília (Org); DESLANDES, Suely; GOMES, Romeu. **Pesquisa social**: teoria, método e criatividade. 31. ed. Petrópolis: Vozes, 2012.

MIRA, Vera Lucia et al. Análise do processo de avaliação da aprendizagem de ações educativas de profissionais de enfermagem. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 45, n. especial, p. 1574-1581, 2011.

MONTEIRO, Glauber; SILVA, Roberto Jerônimo. The length of stay in community physical activity program does not exceed two years. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, v. 16, n. 6, p. 608-617, 2014.

NEO, Tse-Kian; NEO, Mai; TEOH, Belinda. Assessing the effects of using gagne's events of instructions in a multimedia student-centred environment: A Malaysian experience. **Turkish Online Journal of Distance Education**, v. 11, n. 1, p. 20-34, 2010.

NOGUEIRA, Rommel. **Efeitos do tempo de exposição ao feedback na aprendizagem em treinamentos baseados na web**. 2006. 180 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Universidade de Brasília, Brasília, 2006.

OLIVEIRA, Iara. **Construção e validação de hipermídia educativa sobre parto para a graduação em enfermagem**. 2015. 110 f. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) – Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, 2015.

OTRENTI, Eloá. **Avaliação de processos educativos formais para profissionais da área da saúde**: revisão integrativa de literatura. 2011. Dissertação (Mestrado em Ciências) – Universidade de São Paulo. São Paulo, 2011.

PÁDUA, Elisabete. **Metodologia da pesquisa:** Abordagem teórico-prática. 14. ed. Campinas: Papirus, 2008. 124 p.

PAJARES, Frank e OLAZ Fabián. Teoria social cognitiva e auto-eficácia: uma visão geral. In: BANDURA, Albert; AZZI, Roberta; POLYDORO, Soely. (Orgs.) **Teoria Social Cognitiva: conceitos básicos.** Porto Alegre: Artmed, 2011.

PANTOJA, Maria Júlia; LIMA, Suzana Maria; BORGES-ANDRADE, Jairo Eduardo. Avaliação de impacto de treinamento na área de reabilitação: preditores individuais e situacionais. **Revista de Administração**, São Paulo, v. 36, n. 2, 2001.

PILATI, Ronaldo; BORGES-ANDRADE, Jairo Eduardo. Affective predictors of the effectiveness of training moderated by the cognitive complexity of expected competencies. **International Journal of Training and Development**, v. 12, n. 4, p. 226-237, 2008.

PILATI, Ronaldo; VASCONCELOS, Lísian Camila; BORGES-ANDRADE, Jairo Eduardo. Construção e Validação de uma Taxonomia de Eventos de TD&E. **Revista de Administração Contemporânea**, v. 15, n. 2, p. 304-319, 2011.

QUEIROGA, Fabiana et al. Medidas de aprendizagem em TD&E: fundamentos teóricos e metodológicos. In: ABBAD, Gardênia et al. **Medidas de avaliação em treinamento, desenvolvimento e educação:** Ferramentas para gestão de pessoas. Porto Alegre: ArtMed, 2012. VitalBook file.

RABEH, Soraia et al. Construção e validação de um módulo educativo virtual para terapia tópica em feridas crônicas. **Revista Enfermagem UERJ**, v. 20, p. 603-8, 2012.

RIBEIRO, José Luís. Educação para a saúde. **Psicologia, Saúde & Doenças**, v. 16, n. 1, p. 3-9, 2015.

RIBEIRO, Maria Andréia; LOPES, Maria Helena. Desenvolvimento, aplicação e avaliação de um curso à distância

sobre tratamento de feridas. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 14, n. 1, p. 77-84, 2006.

SALLORENZO, Lucia Henriques et al. Avaliação de efetividade de cursos à distância: a experiência da universidade católica de Brasília. In: CONGRESSO INTERNACIONAL DE EDUCAÇÃO À DISTÂNCIA, 11., 2004, Salvador. **Anais...** Salvador: ABED, 2004 Disponível em:

<<http://www.abed.org.br/congresso2004/por/pdf/043-TC-B2.pdf>>.

Acesso em: 30 maio 2015.

SANTOS, Patrícia. **Avaliação da satisfação, aprendizagem e impacto do curso introdutório à estratégia saúde da família: um aporte metodológico**. 2012. 209 f. Dissertação (Mestrado em Ciências) – Universidade de São Paulo. São Paulo, 2012.

SARNO, Flavio et al. Estimativa de consumo de sódio pela população brasileira, 2008-2009. **Revista de Saúde Pública**, v. 47, n. 3, p. 571-578, 2013.

SCLIAR, Moacyr. História do conceito de saúde. **Physis**, v. 17, n. 1, p. 29-41, 2007.

TAMASHIRO, Lilian; PERES, Heloisa Helena. Desenvolvimento e avaliação de objetos de aprendizagem sobre administração de medicamentos por via intramuscular. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 22, n. 5, p. 716-723, 2014.

TEIXEIRA, Carmen. **Os princípios do sistema único de saúde**. Texto de apoio elaborado para subsidiar o debate nas Conferências Municipal e Estadual de Saúde. Salvador, 2011. Disponível em:

<http://www.saude.ba.gov.br/pdf/OS_PRINCIPIOS_DO_SUS.pdf>. Acesso em: 10 set. 2015.

TOMASI, Elaine et al. Perfil sócio-demográfico e epidemiológico dos trabalhadores da atenção básica à saúde nas regiões Sul e Nordeste do Brasil. **Caderno Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 24, supl. 1, p. s193-s201, jan./2008. Disponível em:

<http://www.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010

2-311X2008001300023&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 04 mar. 2017.

TONOSAKI, Lúcia Midori Damaceno. **Programa Vida Ativa Melhorando a Saúde (VAMOS): percepção dos participantes quanto à saúde, barreiras e facilitadores**. 2016. 100f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Universidade Federal de Santa Catarina. Florianópolis SC, 2016.

TORRES, Andreia. **Avaliações de ações educativas em saúde apoiadas em Tecnologias de Informação e Comunicação**. 2015. 233 f. Tese (Doutorado em Psicologia) - Universidade de Brasília, Brasília, 2015.

WALTER, Amanda Moura. **Variáveis preditoras de evasão em dois cursos a distância**. 2006. 163 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Universidade de Brasília, Brasília, 2006.

WILCOX, Sara et al. Results of the first year of active for life: translation of 2 evidence-based physical activity programs for older adults into community settings. **American Journal of Public Health**, v. 96, n. 7, p. 1201-1209, 2006.

_____. Active for life: final results from the translation of two physical activity programs. **American Journal of Preventive Medicine**, v. 35, n. 4, p. 340-351, 2008.

_____. Maintenance of change in the Active-for-Life initiative. **American Journal of Preventive Medicine**, v. 37, n. 6, p. 501-504, 2009.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Health promotion glossary**. Geneva: WHO, 1998. Disponível em: <<http://www.who.int/healthpromotion/about/HPR%20Glossary%201998.pdf>>. Acesso em: 20 jun. 2015.

_____. **Global status report on noncommunicable diseases 2010**. Geneva: WHO, 2011. Disponível em: <http://www.who.int/nmh/publications/ncd_report2010/en/>. Acesso em: 20 jun. 2015.

_____. **Global action plan for the prevention and control of noncommunicable diseases 2013-2020**. Geneva: WHO, 2013.

Disponível em:

<http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/94384/1/9789241506236_eng.pdf>. Acesso em: 20 jun. 2015.

_____. **Global status report on noncommunicable diseases 2014**. Geneva: WHO, 2014. Disponível em:

<<http://www.who.int/nmh/publications/ncd-status-report-2014/en/>>. Acesso em: 20 jun. 2015.

ZERBINI, Thaís. **Avaliação da transferência e treinamento em curso a distância**. 2007. 321 f. Tese (Doutorado em Psicologia) – Universidade de Brasília, Brasília, 2007.

ZERBINI, Thaís; ABBAD, Gardênia. Impacto do treinamento no trabalho via internet. RAE. **Revista de Administração de Empresas**, São Paulo, v. 4, n.2, p. 00-01, 2005.

ZERBINI, Thaís; BORGES-FERREIRA, Maria Fernanda; ABBAD, Gardênia. Medidas de reação a cursos a distância. In: ABBAD, Gardênia. **Medidas de avaliação em treinamento, desenvolvimento e educação** - Ferramentas para gestão de pessoas. Porto Alegre: ArtMed, 2012. VitalBook file.

ZERBINI, Thaís et al. Transferência de treinamento e impacto do treinamento em profundidade. In: ABBAD, Gardênia et al. **Medidas de avaliação em treinamento, desenvolvimento e educação** - Ferramentas para gestão de pessoas. Porto Alegre: ArtMed, 2012. VitalBook file.

ZUMRAH, Abdul. Service quality in Malaysian public sector: The role of transfer of training. **Procedia-Social and Behavioral Sciences**, v. 144, p. 111-117, 2014.

APÊNDICE

Apêndice 1: Instrumento 1

Prezado(a) Senhor(a), sugerimos que cada sessão seja avaliada em momentos diferentes para que fique menos cansativo e que a ficha de avaliação seja preenchida logo após a leitura.

Ao final de cada sessão do Treinamento para Capacitação e Certificação de Multiplicadores do Programa VAMOS, você estará avaliando os objetivos e conteúdos apresentados naquela sessão quanto à sua pertinência e forma de apresentação. Para tanto os avalie na escala de likert - **nada adequado - pouco adequado - adequado - muito adequado**.

Você ainda poderá registrar observações extras que julgar relevante para o processo de avaliação do Treinamento.

O quadro abaixo traz o objetivo geral do Treinamento e um resumo dos temas, objetivos e conteúdos de todas as sessões.

Objetivo Geral: capacitar e certificar profissionais da área de saúde que atuarão como multiplicadores do Programa VAMOS em diferentes comunidades/grupos em todo Brasil, habilitando-os a planejar, organizar, desenvolver e avaliar ações da intervenção, garantindo qualificação para o trabalho e a qualidade dos resultados.			
Sessões	Tema	Objetivos	Conteúdos
Introdução	Aspectos organizacionais e funcionais do treinamento	Compreender o processo de treinamento, os requisitos e os passos para se tornar um multiplicador do Programa VAMOS.	O que é o Treinamento. Quais os requisitos básicos para ser um multiplicador do Programa VAMOS. Como será a dinâmica do treinamento e o que será abordado em cada sessão.

I O que é o PROGRAMA VAMOS	Conhecendo o Programa VAMOS Missão e Filosofia	Aprender sobre a missão e a filosofia do Programa VAMOS e compreender como a aplicação desses conceitos ajuda as pessoas a mudarem seu comportamento.	Missão, filosofia e objetivos do Programa VAMOS e como funciona a intervenção. Como uma intervenção voltada a mudanças de comportamento ajuda as pessoas.
II O que é Atividade e Física e Exercício Físico?	Conceito de Atividade Física, Atividade Física para a Saúde e Exercício Físico.	Entender os conceitos de Atividade Física e Atividade Física para a Saúde e de Exercício Físico. Conhecer as principais diretrizes para AFS, conforme tipo, duração, intensidade e frequência. Conhecer as evidências científicas dessas diretrizes.	O que é Atividade Física e Atividade Física para a saúde. O que é Exercício Físico. Diretrizes da Atividade Física para à Saúde.
III Conceito e diretrizes de uma alimentação adequada e saudável	Conceitos de Alimentação Adequada e Saudável e as Diretrizes para Alimentação Saudável.	Dominar os conceitos de Alimentação Adequada e Saudável e Conhecer as evidências científicas e as principais diretrizes para Alimentação Saudável.	O que Alimentação Adequada e Saudável. Diretrizes para Alimentação Saudável Guia Alimentar para a População Brasileira.
IV Embasa mento teórico do Program	Teoria Sócio Cognitiva	Conhecer a Teoria Sócio Cognitiva e identificar os constructos que fazem parte dela e porque ela é	O que é a Teoria Sócio Cognitiva e como seus constructos auxiliam a compreender e promover a mudança

a VAMOS		importante para ajudar as pessoas a mudarem seu comportamento.	e manutenção de comportamentos.
V Princípios e estilos de aprendizagem	Princípios da Aprendizagem e Estilos de Aprendizagem .	Identificar os princípios da aprendizagem de adultos e idosos e como eles podem ser eficazes na aprendizagem para promover mudanças de comportamento duradouras.	Princípios e estilos de aprendizagem com adultos. Quais as características de aprendizagem dos participantes e como isso interfere na condução dos encontros do Programa VAMOS.
VI Tipos de comportamentos nos grupos	Tipos de Comportamentos nos grupos	Conhecer e identificar os tipos de participantes no Programa VAMOS e aprender a conduzi-los nos encontros da melhor forma possível mantendo a harmonia do grupo.	Estilos de comportamento dos participantes no grupo e como isso interfere na condução dos Encontros do Programa VAMOS no processo de aprendizagem.
VII Estrutura dos encontros do Programa VAMOS	Estrutura dos encontros do Programa VAMOS	Conhecer a dinâmica dos encontros do Programa VAMOS e como planejá-los e organizá-los.	Estrutura e funcionamento dos encontros do Programa VAMOS.
VIII Avaliação	Avaliação	Reconhecer a importância do processo de avaliação e saber como e quando realizá-la.	O que é a avaliação no Programa VAMOS e como conduzi-la durante todas as etapas do programa.
IX Adaptações no Programa	Possíveis adaptações no Programa VAMOS.	Entender as possibilidades de adaptações ao	Adaptações possíveis no Programa VAMOS.

a VAMOS		Programa VAMOS.	
X Estratégias de motivação e manutenção do grupo	Estratégias de motivação e manutenção do grupo.	Conhecer e saber identificar as estratégias de manutenção da frequência, motivação e interesse do grupo pelo Programa.	Estratégias de manutenção da motivação do grupo evitando a evasão.
XI Vamos entender os fatores estressantes?	Fatores Estressantes	Saber o que é o estresse e como ele acontece. Identificar quais são os estágios do estresse e os principais agentes estressores. Dominar algumas estratégias para enfrentamento do estresse.	Conceito de estresse, seus estágios e principais agentes estressores. Estratégias para o enfrentamento do estresse.
XII Os Encontros do Programa VAMOS	Os encontros do Programa VAMOS	Conhecer os objetivos e pontos-chaves presentes nos materiais de cada encontro do Programa VAMOS. Conhecer a sequência adotada no material e o que será transmitido nos encontros.	Conteúdo dos livretos do Programa VAMOS

Sobre a **INTRODUÇÃO**

<p>Objetivo: Compreender o processo de treinamento, os requisitos e os passos para se tornar um multiplicador do Programa VAMOS.</p> <p>Em relação ao objetivo geral do Treinamento de Multiplicadores do Programa VAMOS o objetivo da sessão Introdução, este se apresenta: <input type="checkbox"/> Nada adequado <input type="checkbox"/> Pouco adequado <input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Muito adequado</p>
<p>Observações relevantes:</p>
<p>O Tema / Conteúdo “O que é o Treinamento para Multiplicadores do Programa VAMOS” está presente na sessão de Introdução? <input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não</p> <p>Se sim, como ele se apresenta? <input type="checkbox"/> Nada adequado <input type="checkbox"/> Pouco adequado <input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Muito adequado</p>
<p>Observações relevantes:</p>
<p>O Tema / Conteúdo “Quais os requisitos básicos para ser um multiplicador do Programa VAMOS” está presente na sessão de Introdução? <input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não</p> <p>Se sim, como ele se apresenta? <input type="checkbox"/> Nada adequado <input type="checkbox"/> Pouco adequado <input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Muito adequado</p>
<p>Observações relevantes:</p>
<p>O Tema / Conteúdo “Como será a dinâmica do Treinamento para Multiplicadores do Programa VAMOS” está presente na sessão de Introdução? <input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não</p> <p>Se sim, como ele se apresenta? <input type="checkbox"/> Nada adequado <input type="checkbox"/> Pouco adequado <input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Muito adequado</p>
<p>Observações relevantes:</p>
<p>O Tema / Conteúdo “Como funcionam as avaliações do Treinamento” está presente na sessão de Introdução? <input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não</p> <p>Se sim, como ele se apresenta? <input type="checkbox"/> Nada adequado <input type="checkbox"/> Pouco adequado <input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Muito adequado</p>
<p>Observações relevantes:</p>

Sobre a **SESSÃO I**

Objetivo: Aprender sobre a Missão e Filosofia do Programa VAMOS.

Em relação ao objetivo geral do Treinamento de Multiplicadores do Programa VAMOS esse objetivo da sessão I se apresenta:

Nada adequado Pouco adequado Adequado Muito adequado

Observações relevantes:

Objetivo: Compreender como a aplicação dos conceitos do Programa VAMOS pode ajudar as pessoas a mudarem seu comportamento.

Em relação ao objetivo geral do Treinamento de Multiplicadores do Programa VAMOS esse objetivo da sessão I se apresenta:

Nada adequado Pouco adequado Adequado Muito adequado

Observações relevantes:

O **Tema / Conteúdo** “Missão, filosofia e objetivos do Programa VAMOS” está presente na sessão I?

Sim Não

Se sim, como ele se apresenta?

Nada adequado Pouco adequado Adequado Muito adequado

Observações relevantes:

O **Tema / Conteúdo** “Como funciona a intervenção (Programa VAMOS)” está presente na sessão I?

Sim Não

Se sim, como ele se apresenta?

Nada adequado Pouco adequado Adequado Muito adequado

Observações relevantes:

O **Tema / Conteúdo** “Como a aplicação dos conceitos do Programa VAMOS ajuda as pessoas a mudarem seu comportamento” está presente na sessão I?

Sim Não

Se sim, como ele se apresenta?

Nada adequado Pouco adequado Adequado Muito adequado

Observações relevantes:

Sobre a **SESSÃO II**

<p>Objetivo: Entender os conceitos de Atividade Física e Atividade Física relacionada à Saúde, de Exercício Físico.</p> <p>Em relação ao objetivo geral do Treinamento de Multiplicadores do Programa VAMOS esse objetivo da sessão II se apresenta: <input type="checkbox"/> Nada adequado <input type="checkbox"/> Pouco adequado <input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Muito adequado</p>
<p>Observações relevantes:</p>
<p>Objetivo: Conhecer as principais diretrizes para Atividade Física relacionada à Saúde, saber classificá-las e organizá-las conforme tipo, duração, intensidade e frequência.</p> <p>Em relação ao objetivo geral do Treinamento de Multiplicadores do Programa VAMOS esse objetivo da sessão II se apresenta: <input type="checkbox"/> Nada adequado <input type="checkbox"/> Pouco adequado <input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Muito adequado</p>
<p>Observações relevantes:</p>
<p>O Tema / Conteúdo “O que é Atividade Física” está presente na sessão II? <input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não</p> <p>Se sim, como ele se apresenta? <input type="checkbox"/> Nada adequado <input type="checkbox"/> Pouco adequado <input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Muito adequado</p>
<p>Observações relevantes:</p>
<p>O Tema / Conteúdo “O que é Atividade Física relacionada à Saúde” está presente na sessão II? <input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não</p> <p>Se sim, como ele se apresenta? <input type="checkbox"/> Nada adequado <input type="checkbox"/> Pouco adequado <input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Muito adequado</p>
<p>Observações relevantes:</p>
<p>O Tema / Conteúdo “O que é Exercício Físico” está presente na sessão II? <input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não</p> <p>Se sim, como ele se apresenta? <input type="checkbox"/> Nada adequado <input type="checkbox"/> Pouco adequado <input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Muito adequado</p>
<p>Observações relevantes:</p>

O **Tema / Conteúdo** “Diretrizes da Atividade Física para Saúde” está presente na sessão II?

Sim Não

Se sim, como ele se apresenta?

Nada adequado Pouco adequado Adequado Muito adequado

Observações relevantes:

Sobre a **SESSÃO III**

<p>Objetivo: Dominar os conceitos de Alimentação Adequada e Saudável.</p> <p>Em relação ao objetivo geral do Treinamento de Multiplicadores do Programa VAMOS esse objetivo da sessão III se apresenta: <input type="checkbox"/> Nada adequado <input type="checkbox"/> Pouco adequado <input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Muito adequado</p> <p>Observações relevantes:</p>
<p>Objetivo: Conhecer as principais diretrizes para Alimentação Adequada e Saudável.</p> <p>Em relação ao objetivo geral do Treinamento de Multiplicadores do Programa VAMOS esse objetivo da sessão de III se apresenta: <input type="checkbox"/> Nada adequado <input type="checkbox"/> Pouco adequado <input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Muito adequado</p> <p>Observações relevantes:</p>
<p>O Tema / Conteúdo “O que é Alimentação Adequada e Saudável” está presente na sessão III? <input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não</p> <p>Se sim, como ele se apresenta? <input type="checkbox"/> Nada adequado <input type="checkbox"/> Pouco adequado <input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Muito adequado</p> <p>Observações relevantes:</p>
<p>O Tema / Conteúdo “Diretrizes para Alimentação Adequada e Saudável” está presente na sessão III? <input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não</p> <p>Se sim, como ele se apresenta? <input type="checkbox"/> Nada adequado <input type="checkbox"/> Pouco adequado <input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Muito adequado</p> <p>Observações relevantes:</p>
<p>O Tema / Conteúdo “Guia Alimentar para a População Brasileira” está presente na sessão III? <input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não</p> <p>Se sim, como ele se apresenta? <input type="checkbox"/> Nada adequado <input type="checkbox"/> Pouco adequado <input type="checkbox"/> Adequado <input type="checkbox"/> Muito adequado</p> <p>Observações relevantes:</p>

Sobre a **SESSÃO IV**

Objetivo: Conhecer a Teoria Sócio Cognitiva (TSC).

Em relação ao objetivo geral do Treinamento de Multiplicadores do Programa VAMOS esse objetivo da sessão IV se apresenta:

() Nada adequado () Pouco adequado () Adequado () Muito adequado

Observações relevantes:

Objetivo: Identificar os constructos que fazem parte da TSC e porque ela é importante para ajudar as pessoas a mudarem seu comportamento.

Em relação ao objetivo geral do Treinamento de Multiplicadores do Programa VAMOS esse objetivo da sessão IV se apresenta:

() Nada adequado () Pouco adequado () Adequado () Muito adequado

Observações relevantes:

O **Tema / Conteúdo** “O que é a Teoria Sócio Cognitiva” está presente na sessão IV?

() Sim () Não

Se sim, como ele se apresenta?

() Nada adequado () Pouco adequado () Adequado () Muito adequado

Observações relevantes:

O **Tema / Conteúdo** “Como os constructos da Teoria Sócio Cognitiva auxiliam a compreender e promover a mudança e manutenção de comportamentos está presente na sessão IV?

() Sim () Não

Se sim, como ele se apresenta?

() Nada adequado () Pouco adequado () Adequado () Muito adequado

Observações relevantes:

Sobre a **SESSÃO V**

Objetivo: Identificar os princípios da aprendizagem de adultos e idosos e como eles podem ser eficazes na aprendizagem para promover mudanças de comportamento duradouras.

Em relação ao objetivo geral do Treinamento de Multiplicadores do Programa VAMOS o objetivo da sessão V se apresenta:

Nada adequado Pouco adequado Adequado Muito adequado

Observações relevantes:

O **Tema / Conteúdo** "Princípios e estilos de aprendizagem com adultos" está presente na sessão V?

Sim Não

Se sim, como ele se apresenta?

Nada adequado Pouco adequado Adequado Muito adequado

Observações relevantes:

O **Tema / Conteúdo** "Quais as características de aprendizagem dos participantes e como isso interfere na condução dos encontros do Programa VAMOS" está presente na sessão V?

Sim Não

Se sim, como ele se apresenta?

Nada adequado Pouco adequado Adequado Muito adequado

Observações relevantes:

Sobre a SESSÃO VI

Objetivo: Conhecer e saber identificar os tipos de participantes no Programa VAMOS.

Em relação ao objetivo geral do Treinamento de Multiplicadores do Programa VAMOS esse objetivo da sessão VI se apresenta:

Nada adequado Pouco adequado Adequado Muito adequado

Observações relevantes:

Objetivo: Aprender a conduzir os participantes nos encontros da melhor forma possível, mantendo a harmonia do grupo.

Em relação ao objetivo geral do Treinamento de Multiplicadores do Programa VAMOS esse objetivo da sessão VI se apresenta:

Nada adequado Pouco adequado Adequado Muito adequado

Observações relevantes:

O **Tema / Conteúdo** “Estilos de comportamento dos participantes no grupo” está presente na sessão VI?

Sim Não

Se sim, como ele se apresenta?

Nada adequado Pouco adequado Adequado Muito adequado

Observações relevantes:

Sobre a **SESSÃO VII**

Objetivo: Conhecer a dinâmica dos encontros do Programa VAMOS.

Em relação ao objetivo geral do Treinamento de Multiplicadores do Programa VAMOS esse objetivo da sessão VII se apresenta:

() Nada adequado () Pouco adequado () Adequado () Muito adequado

Observações relevantes:

Objetivo: Saber planejar e organizar os encontros do Programa VAMOS.

Em relação ao objetivo geral do Treinamento de Multiplicadores do Programa VAMOS esse objetivo da sessão VII se apresenta:

() Nada adequado () Pouco adequado () Adequado () Muito adequado

Observações relevantes:

O **Tema / Conteúdo** “Estrutura e funcionamento dos encontros do Programa VAMOS” está presente na sessão VII?

() Sim () Não

Se sim, como ele se apresenta?

() Nada adequado () Pouco adequado () Adequado () Muito adequado

Observações relevantes:

Sobre a **SESSÃO VIII**

Objetivo: Reconhecer a importância do processo de avaliação.

Em relação ao objetivo geral do Treinamento de Multiplicadores do Programa VAMOS esse objetivo da sessão VIII se apresenta:

() Nada adequado () Pouco adequado () Adequado () Muito adequado

Observações relevantes:

Objetivo: Saber como realizar avaliações dentro do Programa VAMOS.

Em relação ao objetivo geral do Treinamento de Multiplicadores do Programa VAMOS esse objetivo da sessão VIII se apresenta:

() Nada adequado () Pouco adequado () Adequado () Muito adequado

Observações relevantes:

O **Tema / Conteúdo** “O que é a avaliação no Programa VAMOS” está presente na sessão VIII?

() Sim () Não

Se sim, como ele se apresenta?

() Nada adequado () Pouco adequado () Adequado () Muito adequado

Observações relevantes:

O **Tema / Conteúdo** “Como conduzir o processo de avaliação durante todas as etapas do Programa VAMOS” está presente na sessão VIII?

() Sim () Não

Se sim, como ele se apresenta?

() Nada adequado () Pouco adequado () Adequado () Muito adequado

Observações relevantes:

Sobre a **SESSÃO IX**

Objetivo: Entender as possibilidades de adaptações ao Programa VAMOS.

Em relação ao objetivo geral do Treinamento de Multiplicadores do Programa VAMOS o objetivo da sessão IX se apresenta:

() Nada adequado () Pouco adequado () Adequado () Muito adequado

Observações relevantes:

O **Tema / Conteúdo** “Adaptações possíveis no Programa VAMOS” está presente na sessão IX?

() Sim () Não

Se sim, como ele se apresenta?

() Nada adequado () Pouco adequado () Adequado () Muito adequado

Observações relevantes:

Sobre a **SESSÃO X**

Objetivo: Conhecer e saber identificar as estratégias de manutenção da frequência e interesse do grupo pelo Programa VAMOS.

Em relação ao objetivo geral do Treinamento de Multiplicadores do Programa VAMOS o objetivo da sessão X se apresenta:

() Nada adequado () Pouco adequado () Adequado () Muito adequado

Observações relevantes:

O **Tema / Conteúdo** “Estratégias de manutenção da motivação do grupo evitando a evasão” está presente na sessão X?

() Sim () Não

Se sim, como ele se apresenta?

() Nada adequado () Pouco adequado () Adequado () Muito adequado

Observações relevantes:

Sobre a **SESSÃO XI**

Objetivo: Saber o que é o estresse e como ele acontece.

Em relação ao objetivo geral do Treinamento de Multiplicadores do Programa VAMOS esse objetivo da sessão XI se apresenta:

Nada adequado Pouco adequado Adequado Muito adequado

Observações relevantes:

Objetivo: Saber identificar quais são os estágios do estresse e os principais agentes estressores.

Em relação ao objetivo geral do Treinamento de Multiplicadores do Programa VAMOS esse objetivo da sessão XI se apresenta:

Nada adequado Pouco adequado Adequado Muito adequado

Observações relevantes:

Objetivo: Dominar algumas estratégias para enfrentamento do estresse.

Em relação ao objetivo geral do Treinamento de Multiplicadores do Programa VAMOS esse objetivo da sessão XI se apresenta:

Nada adequado Pouco adequado Adequado Muito adequado

Observações relevantes:

O **Tema / Conteúdo** “Conceito de estresse” está presente na sessão XI?

Sim Não

Se sim, como ele se apresenta?

Nada adequado Pouco adequado Adequado Muito adequado

Observações relevantes:

O **Tema / Conteúdo** “Estágios do estresse e principais agentes estressores” está presente na sessão XI?

Sim Não

Se sim, como ele se apresenta?

Nada adequado Pouco adequado Adequado Muito adequado

Observações relevantes:

O **Tema / Conteúdo** “Estratégias para o enfrentamento do estresse” está presente na sessão XI?

Sim Não

Se sim como ele se apresenta?

Nada adequado Pouco adequado Adequado Muito adequado

Observações relevantes:

Sobre a SESSÃO XII

Objetivo: Conhecer os objetivos e pontos-chave presentes nos materiais de cada Encontro do Programa VAMOS.

Em relação ao objetivo geral do Treinamento de Multiplicadores do Programa VAMOS esse objetivo da sessão XII se apresenta:

() Nada adequado () Pouco adequado () Adequado () Muito adequado

Observações relevantes:

Objetivo: Conhecer a sequência adotada no material e o que será transmitido nos encontros.

Em relação ao objetivo geral do Treinamento de Multiplicadores do Programa VAMOS esse objetivo da sessão XII se apresenta:

() Nada adequado () Pouco adequado () Adequado () Muito adequado

Observações relevantes:

O **Tema / Conteúdo** “Conteúdo dos livretos do Programa VAMOS” está presente na sessão XII?

() Sim () Não

Se sim, como ele se apresenta?

() Nada adequado () Pouco adequado () Adequado () Muito adequado

Observações relevantes:

Apêndice 2: Termo de Consentimento destinado aos participantes do Estudo 1



TERMO CONSUBSTANCIADO DE CONSENTIMENTO

Prezado(a) Senhor(a)

Considerando a Resolução n. 466, de 12 de dezembro de 2012, do Conselho Nacional de Saúde e as determinações da Comissão de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da UFSC, temos o prazer de convidá-lo(a) a participar da **AVALIAÇÃO DO TREINAMENTO PARA CAPACITAÇÃO E CERTIFICAÇÃO DE MULTIPLICADORES DO PROGRAMA VAMOS - *Projeto Vida Ativa Melhorando a Saúde***. O VAMOS é um projeto de pesquisa da Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis.

O objetivo do Programa VAMOS é motivar a mudança de comportamento para um estilo de vida saudável com relação à atividade física e alimentação, de acordo com constructos e estratégias da Teoria Sócio Cognitiva. O programa é baseado em reuniões semanais que produzam mudanças de comportamento e, com isso, contribuir para o aumento do percentual de praticantes de atividades físicas bem como melhorar a alimentação da população.

Esta investigação tem por objetivo avaliar o Treinamento para capacitação e certificação dos profissionais que atuarão como multiplicadores do Programa VAMOS.

O Treinamento está organizado em 12 sessões, além da Introdução, que serão realizadas via Educação a Distância (EAD), ambientado na Plataforma *Moodle*, e tem como objetivo capacitar e certificar profissionais da área de saúde que atuarão como multiplicadores do Programa VAMOS em diferentes comunidades/grupos em todo Brasil, habilitando-os a planejar, organizar, desenvolver e avaliar ações da intervenção, garantindo qualificação para o trabalho e a qualidade dos resultados.

Neste momento, estamos lhe convidando para avaliar o Treinamento quanto à pertinência e a forma de apresentação de seus objetivos e conteúdos. A partir da sua avaliação, o Treinamento será reavaliado e reestruturado para poder ser aplicado em diferentes contextos.

A metodologia adotada para a investigação prevê a leitura das 12 sessões, além da Introdução, e o preenchimento de um questionário por sessão.

A participação na pesquisa poderá causar pequenos desconfortos, por conta do uso do computador, especialmente quanto ao tempo em que deverá ser dedicado para a leitura do material do Treinamento. Em caso da ocorrência de algum problema decorrente da leitura do Treinamento, o(a) Sr(a) poderá entrar em contato com nossa equipe e serão tomadas todas as providências cabíveis para a recuperação do seu bem estar e ressarcidas despesas decorrentes da pesquisa, garantindo indenização para eventuais danos.

O(a) senhor(a) poderá responder somente aos questionamentos que não lhe gerarem nenhum constrangimento. Será garantido o sigilo das informações obtidas, bem como o anonimato dos participantes do estudo.

Além disso, esclarecemos que as informações coletadas serão utilizadas, exclusivamente, para o desenvolvimento desta pesquisa, sendo lhe assegurado o direito de desistir da mesma a qualquer momento sem qualquer dano, penalização ou prejuízo.

A sua colaboração torna-se imprescindível para o alcance do objetivo proposto.

Agradecemos antecipadamente a atenção dispensada e colocamo-nos à sua disposição para quaisquer esclarecimentos pelos e-mails, pelo fone (48) 3721-9462 ou ainda no Departamento de Educação Física do campus universitário da UFSC, situado no bairro Trindade – Florianópolis.

Caso queira, poderá contatar o Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Santa Catarina localizado na Rua Desembargador Vitor Lima, nº 222, Reitoria II, 4º andar, sala 401, Trindade, Florianópolis, fone (48) 3721-6094.

Se o(a) Sr(a) estiver esclarecido(a) sobre o estudo e aceitar participar da pesquisa de avaliação do treinamento do “*Programa VAMOS*”, estando devidamente informado(a) sobre a natureza da

pesquisa, objetivos propostos, metodologia empregada e benefícios previstos, o(a) Sr(a) deverá assinalar em () concordo, caso contrário o Sr(a) deverá assinalar em () não concordo.
() concordo () não concordo

Florianópolis, _____ de _____ de 2016.

Pesquisador responsável
Tânia R. Bertoldo Benedetti
(e-mail: tania.benedetti@ufsc.br)

Pesquisador responsável
Cassiano Ricardo Rech
(e-mail: cassiano.rech@ufsc.br)

Apêndice 3: Instrumento 2 – Questionário Pré Treinamento

Sócio Demográfico

Agora que você concordou em participar da pesquisa intitulada: **AVALIAÇÃO DO TREINAMENTO PARA CAPACITAÇÃO E CERTIFICAÇÃO DE MULTIPLICADORES DO PROGRAMA VIDA ATIVA MELHORANDO A SAÚDE (VAMOS)**, aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da UFSC sob número 1.394.492, responda algumas questões antes de começar a fazer o Treinamento.

Suas respostas são muito importantes para nós. Não deixe de responder nenhuma questão.

Lembramos que nosso objetivo é a avaliação do Treinamento e não dos participantes do Estudo.

1 * Sexo

- Feminino Masculino Não quero declarar

2 * Idade

3 * Qual o seu estado civil?

- Solteiro(a)
 Casado(a) / vive com companheiro(a)
 Separado(a) / divorciado(a)
 Viúvo(a)
 Não quero declarar

4 * Quantas pessoas moram em sua casa?

5 * Somando os rendimentos de todos que vivem em sua casa, qual a renda mensal familiar?

- Até R\$788,00 reais (1 salário mínimo)
- De R\$789,00 a R\$1.576,00 reais (mais que 1 até 2 salários mínimos)
- De R\$1.577,00 a R\$2.364,00 reais (mais que 2 até 3 salários mínimos)
- De R\$2.365,00 a R\$3.940,00 reais (mais que 3 até 5 salários mínimos)
- De R\$3.941,00 a R\$7.888,00 reais (mais que 5 até 10 salários mínimos)
- De R\$7.889,00 a R\$15.760,00 reais (mais que 10 até 20 salários mínimos)
- Mais de R\$15.761,00 (mais que 20 salários mínimos)
- Não sei
- Não quero declarar

6 * Qual seu curso de graduação?

7 * Em que ano você concluiu essa graduação?

8 * Qual sua maior titulação?

- Graduação
- Especialização
- Mestrado
- Doutorado

9 * Em que ano você concluiu o curso de sua maior titulação?

10 * Em que área você trabalha atualmente?

- Saúde pública
- Saúde
- Recursos humanos
- Formação profissional
- Outra

11 Em caso de outra área, qual?

12 * Há quanto tempo você atua nesta área? (Em anos)

13 * Que cargo você ocupa na instituição/organização onde pensa em aplicar o Programa VAMOS?

14 * Há quanto tempo você ocupa o cargo atual? (Em anos)

15 * Qual sua carga horária de trabalho semanal na organização/instituição onde planeja aplicar o Programa VAMOS?

16 * Já realizou algum curso ou treinamento na modalidade de Educação a Distância?

- Sim Não

17 Se sim, de que tipo?

Se realizou mais que um curso e de tipos diferentes, escolha aquele que foi mais significativo para você.

- Graduação
 Aperfeiçoamento
 Especialização
 Outros
 Sem resposta

18 * Você já usou a plataforma *Moodle*?

- Sim Não

19 * Em que local você faz uso de computador ou notebook? (pode marcar mais que uma opção)

- Em casa
 No trabalho
 Lan house
 Outros

20 * Você faz uso de redes sociais?

- Sim Não

21 Se sim, qual? (pode marcar mais que uma opção)

- Facebook
 LinkedIn
 Instagram
 WhatsApp
 Outros

22 * Em média, quantos dias por semana você usa a *internet*?

- Uma vez por semana
 Duas a três vezes por semana
 Quatro a seis vezes por semana
 Diariamente

23 * Em média, quanto tempo você permanece na *internet* por dia?

- Menos de 1 hora por dia
- Mais que 1 até 2 horas por dia
- Mais que 2 até 3 horas por dia
- Mais que 3 até 4 horas por dia
- Mais que 4 até 5 horas por dia
- Mais que 5 até 6 horas por dia
- Mais que 6 até 7 horas por dia
- Mais que 7 até 8 horas
- Mais que 8 horas por dia

24 * Já conhecia o Programa VAMOS antes de ser convidado a participar do Treinamento para Multiplicadores do Programa VAMOS?

- Sim
- Não

25 Se sim, como conheceu?

26 * O que te motivou a fazer o Treinamento para Multiplicadores do Programa VAMOS?

- Já conhecia o Programa VAMOS.
- O convite para fazer o Treinamento para Multiplicadores do Programa VAMOS que recebi por e-mail.
- Por ser uma possibilidade de incrementar o trabalho.
- Outros.

27 * Você já trabalha/trabalhou com algum programa de mudança de comportamento?

- Sim
- Não

28 Se sim, qual?

29 Em breves palavras nos diga quais são suas expectativas em relação ao Treinamento de Multiplicadores do Programa VAMOS?

Pré-Teste

Para avaliar o treinamento precisamos que você responda as questões seguintes que abordam os conteúdos do Treinamento de Multiplicadores do Programa VAMOS.

É importante você não “chutar” uma resposta.

Mais uma vez lembramos que você não está sendo avaliado. O que está sendo avaliado é o Treinamento.

Observação: para efeito de certificação como Multiplicador do Programa VAMOS será considerada apenas a nota da Prova de Certificação que você fará ao final de todo Treinamento e não as respostas deste questionário.

1 * O que é o Programa VAMOS?

- É um programa de aulas de atividade física e práticas alimentares com objetivo de incentivar as pessoas a buscarem uma melhor qualidade de saúde.
- É um programa de promoção de saúde, que objetiva motivar as pessoas a adotarem um estilo de vida saudável com relação à atividade física e alimentação.
- É um programa que visa monitorar as atividades dos usuários dos centros de saúde para promover mudanças no estilo de vida.
- É um programa voltado aos profissionais de atividade física e nutrição com objetivo de capacitá-los a promover mudanças de comportamento em sua clientela.

- Não sei responder.
- Não quero responder.

2 * Qual a filosofia do Programa VAMOS?

- Desenvolver atitudes, habilidades e competências para promover a autonomia na escolha de um estilo de vida saudável relacionado à atividade física, alimentação adequada e saudável valorizando os contextos culturais.
- Tratar as pessoas com respeito, seguindo o princípio universal de zelar com igual empenho pelo bem-estar próprio e de todos.
- Agir de forma profissional, dentro da lei, com total transparência, de forma profundamente ética para o bem comum.
- Buscar a excelência em tudo, usando conceitos modernos da administração e gestão de problemas objetivando avaliar claramente os riscos e benefícios da prática de atividade física e de uma alimentação adequada e saudável.
- Não sei responder.
- Não quero responder.

3 * Como o Programa VAMOS pode ajudar as pessoas a melhorarem sua condição de saúde?

- O Programa VAMOS contribui para a capacitação de profissionais utilizando técnicas da administração e de gestão para atuarem na mudança dos comportamentos de risco das pessoas.
- O Programa VAMOS elabora planos de gestão do tempo e prescreve ações de mudanças comportamentais que auxiliam as pessoas na gestão de sua saúde e da comunidade.
- Com base em uma teoria comportamental, o Programa VAMOS, auxilia, ensina e discute técnicas ou formas que ajudam as pessoas a incorporarem a atividade física, mudanças na alimentação e maior controle do estresse em sua rotina, levando-as a entenderem e mudarem comportamentos nocivos à saúde.

- Utilizando os preceitos da Educação Física e da Nutrição o Programa VAMOS auxilia as pessoas prescrevendo planos de atividade física, cardápio e processos terapêuticos para a conquista de melhores condições de saúde.
- Não sei responder.
- Não quero responder.

4 * Segundo Caspersen, Powell e Christensen (1985) qual o conceito de Atividade Física?

- É qualquer movimento corporal produzido por músculos esqueléticos que resulta em gasto de energia.
- É um movimento corporal planejado, estruturado e repetido feito para melhorar ou manter um ou mais componentes do condicionamento físico.
- É o conjunto de características possuídas ou adquiridas por um indivíduo e que estão relacionadas com a capacidade de realizar atividades físicas.
- São atividades estruturadas ou não que são realizadas com o objetivo de evitar doenças, melhorar marcadores metabólicos, adquirir maior autonomia nas atividades diárias, atuar como coadjuvantes em tratamento de saúde, aliviar o estresse e melhorar o humor.
- Não sei responder.
- Não quero responder.

5 * Quais as diretrizes de Atividade Física para a Saúde preconizada pela Organização Mundial de Saúde (WHO, 2010) para a população adulta (18 a 64 anos)?

- Praticar, ao menos, 150 minutos de atividade física de intensidade moderada ou 75 minutos de atividade física de intensidade vigorosa por semana, ou ainda uma combinação de atividades moderadas e vigorosas equivalentes.
- Praticar, ao menos, 300 minutos de atividade física de intensidade moderada ou 150 minutos de atividade física de intensidade vigorosa por semana, ou ainda uma combinação de atividades moderadas e vigorosas equivalentes.

- Praticar atividade física todos os dias por, pelo menos, 60 minutos em intensidade moderada ou vigorosa, ou ainda uma combinação equivalente.
- Praticar, no máximo, 150 minutos de atividade física de intensidade moderada ou vigorosa por semana, ou ainda uma combinação equivalente.
- Não sei responder.
- Não quero responder

6 *

Qual definição de alimentação adequada e saudável presente no Guia Alimentar para a População Brasileira e adotada pelo Programa VAMOS?

- A alimentação adequada e saudável é um direito humano básico que está associada aos aspectos de suprir as necessidades nutricionais e garantir a diversidade de sabores, independente da cultura local, da forma de produção e comercialização, desde que todos tenham acesso aos produtos alimentícios.
- A alimentação adequada e saudável abrange todos os grupos alimentares e preconiza a ingestão de carboidratos, proteínas, gorduras e vitaminas em variedade e quantidade suficiente para a vida e saúde da população, mesmo que para isso seja necessária a ampliação da comercialização dos alimentos produzidos nas mais diversas regiões brasileiras.
- A alimentação adequada e saudável busca garantir o acesso permanente e regular de alimentos por meio da produção cada vez mais crescente da indústria e dos latifúndios, mantendo assim, a quantidade e variedade de alimentos para toda a população.
- A alimentação adequada e saudável é um direito humano básico que respeita aspectos culturais, biológicos, econômicos, nutricionais, psicológicos, ambientais, social e o desenvolvimento sustentável envolvidos em sua formação baseada em práticas produtivas adequadas e sustentáveis.
- Não sei responder.
- Não quero responder.

- 7 *** Marque a alternativa que está de acordo com as principais recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira publicado no ano de 2014.
- Faça de alimentos in natura ou minimamente processados a base de sua alimentação.
 - Use óleos, sal e açúcar em quantidades suficiente para agradar o paladar de todos da família ou unidade residencial.
 - Os alimentos processados são higienicamente melhor produzidos e, por isso, devem ser a base da alimentação.
 - Alimentos comprados prontos e de preparo rápido facilitam o cotidiano e devem ser usados com frequência.
 - Não sei responder.
 - Não quero responder.
- 8 *** O Programa VAMOS está alicerçado na Teoria Sócio Cognitiva que tem sua ênfase no interacionismo caracterizado pela relação de causalidade recíproca entre três determinantes que são:
- Ambientais, cognitivo e sentimentais
 - Cognitivo, comportamentais e sentimentais
 - Intrapessoais, extra pessoais e ambientais.
 - Ambientais, pessoais e comportamentais.
 - Não sei responder.
 - Não quero responder.
- 9 *** A Teoria Sócio Cognitiva é uma teoria da psicologia comportamental que entende o ser humano como:
- Sujeito do inconsciente, língua e cultura, não um ser que se constitui como centro do mundo e das relações sociais, mas dividido em consciente e inconsciente.
 - Não sendo um mero fruto do seu ambiente, embora receba dele influências significativas. Entretanto, podendo assumir mais o controle de sua vida por meio de mecanismos

de autoeficácia, do estabelecimento de metas e da autorregulação.

- Um corpo que age como máquina e funciona de acordo com as leis universais e que se relaciona com a alma por sua necessidade de objetivação, de ação no concreto. Sendo a alma o elemento sensível, origem dos sentimentos e apetites.
- Uma constante transformação do ser biológico em sócio histórico, em um processo no qual a cultura é parte essencial da constituição da natureza do ser e do estar no mundo.
- Não sei responder.
- Não quero responder.

10 * A Teoria Sócio Cognitiva possui cinco constructos que operacionalizam seus pressupostos teóricos visando à compreensão dos mecanismos que influenciam o comportamento humano. São eles:

- Determinantes psicológicos do comportamento, aprendizagem por observação, determinantes ambientais do comportamento, autorregulação/control e desengajamento moral.
- Mediação da linguagem pelo pensamento, aprendizagem por experiência, determinantes socioculturais do desenvolvimento, autorregulação da ação e engajamento moral.
- Determinantes psicológicos do comportamento, aprendizagem pela ação, determinantes interpessoais e intrapessoais do comportamento, regulação das ações pelas relações estabelecidas com o outro e o meio ambiente como fator importante das escolhas e ações pessoais.
- Determinantes sensório-motor do comportamento, aprendizagem pela relação com o outro e com o mundo, determinantes do meio ambiente no comportamento, autocontrole e desengajamento moral.
- Não sei responder.
- Não quero responder.

11 * Quais os princípios da aprendizagem de adultos e idosos?

- A aprendizagem é universalidade, aprendizagem é um processo constante e contínuo, aprendizagem é um processo gradativo, aprendizagem é pessoal/individual e aprendizagem é acumulativa.
- Fatores genéticos e ambientais influenciam na ação de aprender, a aprendizagem acontece de forma acumulativa e depende das experiências anteriores, cada nova aprendizagem constrói base para a mudança de comportamento, aprendizagem é um processo dinâmico e participativo e aprendizagem de adultos e idosos precisa ser significativa.
- A necessidade do aprendiz de saber o que vai aprender, o autoconceito do aprendiz, a experiência anterior do aprendiz, a prontidão para aprender, a orientação para a aprendizagem, a motivação para aprender.
- O cérebro é um processador de pensamentos, intuições, predisposições, e emoções, aprendizagem envolve toda a fisiologia, a procura por significado é inata, queremos saber o que as coisas significam para nós, as emoções são fundamentais no processo de aprendizagem de adultos e idosos, e aprendizagem envolve atenção e retenção.
- Não sei responder.
- Não quero responder.

12 * Diferentes personalidades em um mesmo grupo podem criar desafios para o multiplicador e interferir negativamente na convivência e harmonia do grupo. Para tanto:

- A afirmação acima é inapropriada, pois a diversidade de comportamentos e a liberdade do adulto de se posicionar como quer num grupo é fundamental para a aprendizagem dele e dos demais membros do grupo.
- O Programa VAMOS é oferecido para grupo formados por adultos e idosos, assim, afirmações como a essas não são

pertinentes porque são irreais.

- O Programa VAMOS objetiva a mudança de comportamento para aumento da prática de atividade física, adoção de uma alimentação adequada e saudável e controle de estresse, portanto, comportamentos outros não são foco da preocupação do Multiplicador do Programa VAMOS.
- É preciso estar atento para situações que, ao invés de contribuir no processo de mudança de comportamento, podem diminuir a confiança, motivação e aprendizado dos participantes. É importante identificar os tipos de comportamentos que podem estar presentes em um grupo e saber como lidar com eles.
- Não sei responder.
- Não quero responder.

13 * Em geral, qual é a melhor forma de lidar com comportamentos inconvenientes que podem surgir na convivência durante os encontros do Programa VAMOS?

- Lidar com esse comportamento o mais rápido possível, chamando a atenção do grupo para o assunto em questão de forma que envolva o participante que está sendo inconveniente na discussão ou perguntando a opinião de outra pessoa.
- Ignorar o comportamento, mesmo se acontecer novamente.
- Apontar o participante que está sendo inconveniente para que todos saibam como não agir.
- Focar o resto do encontro sobre o problema de disciplina.
- Não sei responder.
- Não quero responder.

14 * Os encontros do Programa VAMOS possuem uma dinâmica própria que deve ser observada e alguns procedimentos realizados atenciosamente. Quando se trata da preparação do ambiente a orientação se refere a:

- Escolher e organizar um espaço que garanta a prática de atividades físicas e culinárias; boa qualidade de iluminação e ventilação; acesso a banheiros; água potável, tomadas e outros equipamentos.
- Escolher e organizar um espaço que acomode aproximadamente 30 pessoas, com cadeiras para todos e estas distribuídas em círculo; boa qualidade de iluminação e ventilação; boas condições de acesso para idosos e pessoas com alguma limitação; existência de banheiros, tomadas e outros equipamentos necessários para a realização dos encontros.
- Escolher e organizar um espaço de tamanho suficiente para acomodar 30 cadeiras mais a prática de atividades física e culinária; boas condições de acesso para pessoas com alguma limitação; existências de infraestrutura básica para acomodar as pessoas.
- Organizar o auditório da Unidade Básica de Saúde com 30 cadeiras distribuídas em círculo; providenciar projetor de mídia, garantir o acesso aos banheiros e água potável.
- Não sei responder.
- Não quero responder.

15 * O Programa VAMOS possui um protocolo para a execução de seus encontros e dentre os passos não podem faltar:

- Dar as boas-vindas, distribuir água e os pedômetros, fazer a chamada, corrigir as tarefas do encontro anterior, ministrar o conteúdo, fazer 2 minutos de atividades práticas e organizar o lanche do próximo encontro.
- Recepcionar os participantes conferindo as atividades do encontro anterior, lembrar a todos que confirmam o peso, apresentar os conteúdos e estimular a realização das tarefas do dia, arrumar e servir o lanche.
- Distribuir todos os livretos no primeiro encontro, conferir as atividades da semana anterior, fazer a chamada, apresentar o conteúdo do dia, estimular que todos participem do lanche.

- Os livretos, registrar a presença, conferir e discutir a realização das atividades da semana anterior, apresentar os objetivos do encontro, apresentar e discutir o conteúdo, realizar as tarefas propostas no livreto, síntese do que foi abordado.
- Não sei responder.
- Não quero responder.

16 * Por que realizar constantemente uma avaliação do Programa VAMOS é importante?

- Por meio da avaliação constante é possível estabelecer um mecanismo de controle das atividades pelos supervisores e, ou chefe imediato e saber se o programa realmente funciona.
- Por meio da avaliação constante é possível realizar um diagnóstico da situação para efetuar ajustes ao final do programa caso este não tenha funcionado corretamente.
- Por meio da avaliação constante é possível saber se o programa está sendo efetivo, ajustar o programa para atender necessidades específicas, reunir dados para compartilhar com grupos da comunidade e outros setores interessados, criar relatórios para justificar financiamento e apoio contínuo.
- Por meio da avaliação constante é possível diagnosticar um conjunto de ações que nos ajuda a conhecer os problemas e decidir pelos ajustes mais eficientes quando do término do programa.
- Não sei responder.
- Não quero responder.

17 * Na avaliação de desfecho objetivamos analisar se o Programa VAMOS está tendo o efeito desejado. Assim, quais das seguintes alternativas serão avaliadas?

- Se suas técnicas enquanto multiplicador estão atraindo os participantes, se a frequência dos participantes se mantem alta e se os mesmos estão se monitorando.

- Se os participantes estão pensando mais sobre alimentação adequada e saudável, ou sobre atividade física, e se eles estão melhorando os hábitos de saúde.
- Se o programa está sendo bem aceito pelo seu supervisor/coordenador e pela comunidade e se existe a sinalização de continuar com novas turmas no próximo período do planejamento.
- Se as condições do local dos encontros são compatíveis com o que é exigido pelo Programa e se os dias e horários de realização das atividades são convenientes para os participantes.
- Não sei responder.
- Não quero responder.

18 * O Programa VAMOS é baseado em pesquisas de evidências, que busca o sucesso na mudança de comportamento dos participantes, cada etapa tem uma razão de ser, mas algumas adaptações podem ser feitas. São elas:

- Pequenas mudanças nos objetivos dos encontros para atender a todos, mudar a ordem dos encontros, fazer cópias dos livretos.
- Pequenas mudanças nas histórias ou conteúdo para torná-lo mais próximo a cultura local, pular as partes dos encontros que acredita ser desinteressante para o grupo.
- Pequenas mudanças nas histórias ou conteúdo para torná-lo mais próximo a cultura local, a faixa etária ou patologias específicas dos participantes, adicionar materiais complementares.
- Adaptar os livretos fazendo cópias apenas das partes que são mais interessantes para o grupo, trabalhar com dois livretos por encontro e assim encurtar o tempo do programa.
- Não sei responder.
- Não quero responder

19 * Para todo trabalho em grupo é importante aplicar estratégias de motivação e manutenção do interesse e frequência dos participantes. No Programa VAMOS estas estratégias são:

- Ensinar como os principais conceitos do Programa VAMOS são na verdade aplicações práticas; utilizar recompensas e prêmios; associar as novas informações aos conceitos teóricos; estimular os participantes a praticarem atividade física todos os dias; e utilizar os princípios gerais de prescrição.
- Associar os principais conceitos de atividade física e saúde aos conceitos da Teoria Sócio Cognitiva; usar analogias e comparações para relacionar os princípios do Programa VAMOS às técnicas culinárias; aplicar técnicas de ensino expositivas; e utilizar os princípios gerais de aconselhamento.
- Ensinar os principais conceitos do Programa VAMOS; usar metodologias expositivas de ensino; utilizar sempre as recompensas e prêmios; que permitam a aplicações práticas; usar analogias e comparações para relacionar novas informações a algo já vivido ou conhecido; praticar imediatamente um conceito novo; aplicar técnicas de ensino baseadas em experiências; e utilizar os princípios gerais de aconselhamento.
- Associar os principais conceitos do Programa VAMOS às aplicações práticas; usar analogias e comparações para relacionar novas informações a algo já vivido ou conhecido; praticar imediatamente um conceito novo; aplicar técnicas de ensino baseadas em experiências; e utilizar os princípios gerais de aconselhamento.
- Não sei responder.
- Não quero responder.

20 * Qual o conceito de estresse adotado pelo Programa VAMOS?

- O estresse é um conjunto de reações fisiológicas necessárias para a adaptação a novas situações e que causam sempre muito sofrimento.
- O estresse é essencialmente um grau de desgaste no corpo e da mente, que pode atingir níveis degenerativos e sempre está associado às atividades que não temos condições de superar.
- O estresse é uma reação que ocorre quando precisamos lidar com situações que exigem um grande esforço emocional para serem superadas. Pode estar ligado à capacidade de adaptação ou à mudança.
- O estresse é a soma de respostas físicas e mentais causadas por estímulos externos que sempre permitem ao indivíduo superar determinadas exigências do meio ambiente e das relações pessoais.
- Não sei responder.
- Não quero responder

21 * A Síndrome de Adaptação Geral (SAG) inclui pelo menos três estágios de reação ao estresse. Assinale a alternativa que indica corretamente os três estágios.

- Alarme, resistência e exaustão.
- Negação, aceitação e adaptação.
- Alarme, adaptação e aceitação.
- Resistência, aceitação e pré-exaustão.
- Não sei responder.
- Não quero responder.

22 * As estratégias para gerenciar o estresse podem ser classificadas como:

- Estratégias de enfrentamento, estratégias de técnica de resolução de problemas, estratégias de controle do tempo e agressividade, estratégias de assertividade.
- Estratégias educativas, estratégias situacionais, estratégias de enfrentamento do estresse de efeito duradouro, estratégias de enfrentamento para atenuar os sintomas do

estresse.

- Estratégias de detectar e regular as suas respostas emocionais, estratégias de questionar os pensamentos negativos, estratégias para ficar no momento presente, estratégias de enfrentamento do estresse de efeito duradouro.
- Estratégias de reinterpretação das situações, estratégias de pensar na capacidade de controlar as situações, estratégias de enfrentamento dos sintomas do estresse, estratégias de assertividade.
- Não sei responder.
- Não quero responder.

23 * Um dos objetivos do Encontro “VAMOS saber mais sobre alimentação saudável?” do Programa VAMOS é:

- Apresentar diferentes tipos de dieta que são efetivas no emagrecimento.
- Prescrever orientação nutricional para os participantes que estão com sobrepeso e risco de desenvolver doenças crônicas.
- Apresentar mais informações sobre o que é uma alimentação adequada e saudável.
- Discutir individualmente possibilidades de alterações nas rotinas alimentares para controle da hiperglicemia.
- Não sei responder.
- Não quero responder.

24 * São objetivos do Encontro “VAMOS reunir apoio e ir passo a passo?” do Programa VAMOS:

- Mediar e facilitar a reflexão sobre como os participantes gastam seu tempo; levar os participantes a encontrarem tempo para levantarem-se e mexerem-se na rotina do dia a dia; e ensinar aos participantes a monitorarem as atividades físicas feitas durante a semana.
- Propiciar aos participantes momentos de discussão e reflexão quanto ao progresso que cada um experimentou até

aqui; discutir e orientar no reestabelecimento de metas em relação à alimentação; e estimular os participantes para que ganhem confiança em suas ações.

- Mediar e facilitar a reflexão para identificar as principais fontes de apoio de cada um; propiciar um momento de revisão do plano de atividade física; e apresentar o contador de passos e orientar os participantes quanto à sua utilização.
- Auxiliar os participantes a identificarem diferentes opções de atividade física e de alimentação adequada e saudável na comunidade; orientar e estimular os participantes a adicionarem atividades físicas diferentes e novos alimentos em suas rotinas; e discutir sobre a importância das escolhas saudáveis duradouras e motivá-los a fazê-las.
- Não sei responder.
- Não quero responder.

25 * Um dos conteúdos abordado no Encontro “VAMOS desfazer o estresse?” do Programa VAMOS é:

- Importância de inserir atividade física na rotina do dia-a-dia, como elaborar um plano inicial para a prática da atividade física, monitoramento das atividades físicas feitas durante uma semana.
- Os riscos do estresse, a importância da identificação de situações estressoras, técnicas para reduzir o estresse e formas de administrar o tempo para diminuir a chance de estresse no dia a dia.
- Os obstáculos usuais que mais afetam cada participante, tanto para a atividade física quanto para a alimentação adequada e saudável, e como é possível vencê-los e solucionar essas dificuldades.
- O papel do suporte ou apoio social da família e dos amigos na mudança de comportamento, identificar as fontes de apoio de cada um, aspectos relacionados à revisão dos planos de atividade física.

- Não sei responder
- Não quero responder

Apêndice 4: Instrumento 3 – Questionário Durante Treinamento

ERPI

Dando seguimento ao Estudo que objetiva avaliar o Treinamento para Multiplicadores do VAMOS convidamos você para preencher um questionário, que está dividido em quatro pequenas etapas, cujo objetivo é avaliar a Sessão que você acabou de concluir.

Suas respostas são muito importantes para nós. Não deixe de responder nenhuma questão.

Lembramos que nosso objetivo é a avaliação do Treinamento e não dos participantes do Estudo.

Precisamos que você avalie os **procedimentos do Treinamento** para Multiplicadores do VAMOS. Utilize a escala que varia de **0 (péssimo) a 10 (excelente)**.

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Péssimo					Excelente					

Leia atentamente os itens listados, escolha o ponto da escala (0, 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9 ou 10) que melhor representa a sua opinião sobre a qualidade da sessão que você acabou de concluir.

Registre sua resposta abaixo de cada item com o número escolhido.

- 1 *** Ligação entre o conteúdo e os objetivos desta sessão.

- 2 *** Ligação entre o conteúdo desta sessão e os seus objetivos pessoais.

- 3 *** Linguagem utilizada no material desta sessão.

- 4 *** Leituras recomendadas.

5 * Exercícios de fixação (obrigatórios).

6 * Quantidade de conteúdo nesta sessão.

7 * Tempo que você levou para concluir a sessão.

ERIG

Precisamos que você avalie o **ambiente eletrônico do Treinamento** para Multiplicadores do VAMOS. Utilize a escala que varia de **0 (péssimo) a 10 (excelente)**.

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Péssimo					Excelente					

Leia atentamente os itens listados, escolha o ponto da escala (0, 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9 ou 10) que melhor representa a sua opinião sobre a qualidade da sessão que você acabou de concluir.

Registre sua resposta abaixo de cada item com o número escolhido.

- 1 *** Apresentação visual das telas.

- 2 *** Indicação sobre o que devo fazer para atingir meus objetivos instrucionais (específicos da sessão) nesta sessão.

- 3 *** Quantidade de passos para chegar na informação que preciso nesta sessão.

- 4 *** Disposição dos comandos na tela para encontrar as informações desejadas.

- 5 *** Informações que me permitem evitar erros de navegação.

- 6 *** Quantidade de conteúdo por tela.

- 7 *** Qualidade das imagens nesta sessão.

ERR

Leia atentamente os itens listados e escolha o ponto da escala que melhor representa a sua opinião sobre a **contribuição desta sessão para sua aprendizagem**.

Para responder os itens a seguir, utilize a escala abaixo que varia de 0 (Nenhuma) a 10 (Muita).

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Nenhuma					Muita					

Registre o número escolhido abaixo de cada item.

- 1 *** Capacidade de aplicar o conhecimento ensinado nesta sessão em diferentes situações.

- 2 *** Assimilação do conteúdo desta sessão.

- 3 *** Capacidade de transmitir os conhecimentos adquiridos nesta sessão para outras pessoas.

Abertas

Agora nos fale sobre sua percepção de aprendizagem e outras observações que julgar importantes para avaliar esta sessão.

- 1** Cite novos conhecimentos e habilidades que você julga ter adquirido durante essa sessão.

- 2** Deixe aqui alguma observação que você julgar importante para melhorar esta sessão ou sessões anteriores que você não teve a oportunidade de avaliar.

Apêndice 5: Instrumento 4 – Questionário Pós Treinamento

ERPI

Parabéns você está chegando ao final do Treinamento de Multiplicadores do Programa VAMOS.

Dando continuidade ao nosso Estudo, agora você está acessando um questionário que deverá ser preenchido antes da realização da Avaliação de Certificação.

Suas respostas são muito importantes para nós. Não deixe de responder nenhuma questão.

Lembramos, mais uma vez, que nosso objetivo é a avaliação do Treinamento e não dos participantes do Estudo.

Precisamos que você avalie os procedimentos do Treinamento para Multiplicadores do VAMOS. Utilize a escala que varia de 0 (péssimo) a 10 (excelente).

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Péssimo					Excelente					

Leia atentamente os itens listados, escolha o ponto da escala (0, 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9 ou 10) que melhor representa a sua opinião sobre a qualidade do Treinamento que você realizou.

Registre sua resposta abaixo de cada item com o número escolhido.

- 1 *** Ligação entre o conteúdo proposto e os objetivos do treinamento.

- 2 *** Ligação entre o conteúdo do treinamento e os seus objetivos pessoais.

- 3 *** Sequência de apresentação das sessões.

4 * Linguagem utilizada no material do treinamento.

5 * Leituras recomendadas.

6 * Novidades e lembretes divulgados no ambiente do curso (mural).

7 * *Links* disponibilizados no ambiente eletrônico do curso.

8 * Exercícios de fixação (obrigatórios).

9 * Orientação para solução de erros em exercícios de fixação (obrigatórios).

10 * Quantidade de conteúdo para cada sessão.

11 * Quantidade de horas de estudo sugerida para o Treinamento.

12 * Discussões na comunidade de aprendizagem.

ERIG

Precisamos que você avalie o ambiente eletrônico do Treinamento para Multiplicadores de VAMOS. Utilize a escala que varia de 0 (péssimo) a 10 (excelente).

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Péssimo					Excelente					

Leia atentamente os itens listados, escolha o ponto da escala (0, 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9 ou 10) que melhor representa a sua opinião sobre a qualidade da sessão que você acabou de concluir.

Registre sua resposta abaixo de cada item com o número escolhido.

- 1 *** Relação entre os nomes e as siglas dos comandos e suas funções.

- 2 *** Relação entre o ícone (desenho, seta) e sua função.

- 3 *** Manutenção da função de um mesmo comando em todas as telas.

- 4 *** Clareza das mensagens que o ambiente eletrônico fornece como resposta às minhas ações.

- 5 *** Indicação sobre o que devo fazer para atingir meus objetivos instrucionais.

6 * Quantidade de passos para chegar na informação que preciso.

7 * Apresentação visual das telas.

8 * Disposição dos comandos na tela para encontrar as informações desejadas.

9 * Informações que me permitem evitar erros de navegação.

10 * Quantidade de conteúdo por tela.

11 * Indicação de onde estou no ambiente eletrônico, em cada momento.

12 * Adequação do ambiente eletrônico do Treinamento à minha experiência com o uso da *internet*.

13 * Letras (cor, tipo, tamanho) usadas nos textos.

14 * Qualidade das imagens.

15 * Qualidade das mensagens que recebo do ambiente eletrônico quando cometo erros de navegação.

16 * Velocidade das respostas do ambiente eletrônico às minhas ações.

ERAPEI

Para responder os itens a seguir, utilize a escala abaixo varia de 0 (dificultou minha permanência do treinamento) a 10 (não dificultou minha permanência no treinamento).

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Dificultou muito minha permanência no treinamento					Não dificultou minha permanência no treinamento					

Leia atentamente os itens listados, escolha o ponto da escala (0, 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9 ou 10) que melhor representa a sua opinião sobre o quanto os fatores abaixo descritos dificultaram a sua permanência no treinamento.

Registre sua resposta abaixo de cada item com o número escolhido.

1 * Uso do computador em atividades diferentes do treinamento no meu dia a dia.

2 * Conciliação do treinamento com outras atividades de estudo.

3 * Conciliação do treinamento com meus compromissos familiares.

4 * Disponibilidade de computador nos horários que tenho para estudar.

5 * Conciliação do treinamento com minhas atividades profissionais.

6 * Surgimento de nova atividade profissional durante a realização do treinamento.

7 * Acesso ao treinamento na *internet* com a regularidade proposta.

8 * Estudo dos conteúdos do curso com a regularidade proposta.

9 * Problemas relacionados à minha saúde.

10 * Custo financeiro para manutenção do computador.

11 * Custo financeiro para acessar a *internet*.

12 * Qualidade da conexão a *internet*.

13 * Quantidade de mensagens administrativas enviadas por *e-mail*.

14 * Volume de leitura na tela do computador.

15 * Utilização do e-mail para comunicação com colegas.

16 * Utilização de algum fórum para comunicação com colegas.

ERR

Leia atentamente os itens listados e escolha o ponto da escala que melhor representa a sua opinião sobre a contribuição do Treinamento para sua aprendizagem.

Para responder os itens a seguir, utilize a escala abaixo que varia de 0 (Nenhuma) a 10 (Muita).

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Nenhuma					Muita					

Registre o número escolhido abaixo de cada item.

1 * Capacidade de aplicar o conhecimento ensinado no Treinamento em diferentes situações.

2 * Assimilação do conteúdo do Treinamento.

3 * Capacidade de transmitir os conhecimentos adquiridos no Treinamento para outras pessoas.

Abertas

Agora nos fale sobre suas expectativas, percepção de aprendizagem e outras observações que julgar importantes para avaliar o Treinamento.

- 1 *** O Treinamento atendeu as suas expectativas frente à proposta inicial?
- Sim Não
- 2 *** Os conhecimentos adquiridos podem ser implementados/implantados na sua prática profissional?
- Sim Não
- 3 *** Você se sente apto a aplicar o Programa VAMOS em sua comunidade?
- Sim Não
- 4** Após a conclusão do Treinamento de Multiplicadores do Programa VAMOS, cite as competências que você adquiriu durante esse processo.

Estamos chegando ao final.

As questões seguintes abordam os conteúdos do Treinamento de Multiplicadores do Programa VAMOS.

É importante você não “chutar” uma resposta.

Mais uma vez lembramos que você não está sendo avaliado. O que está sendo avaliado é o Treinamento.

Observação: para efeito de certificação como Multiplicador do Programa VAMOS será considerada apenas a nota da Prova de Certificação que você fará ao final de todo Treinamento e não as respostas deste questionário.

1 * O que é o Programa VAMOS?

- É um programa de aulas de atividade física e práticas alimentares com objetivo de incentivar as pessoas a buscarem uma melhor qualidade de saúde.
- É um programa de promoção de saúde, que objetiva motivar as pessoas a adotarem um estilo de vida saudável com relação à atividade física e alimentação.
- É um programa que visa monitorar as atividades dos usuários dos centros de saúde para promover mudanças no estilo de vida.
- É um programa voltado aos profissionais de atividade física e nutrição com objetivo de capacitá-los a promover mudanças de comportamento em sua clientela.

- Não sei responder.
- Não quero responder.

2 * Qual a filosofia do Programa VAMOS?

- Desenvolver atitudes, habilidades e competências para promover a autonomia na escolha de um estilo de vida saudável relacionado à atividade física, alimentação adequada e saudável valorizando os contextos culturais.
- Tratar as pessoas com respeito, seguindo o princípio universal de zelar com igual empenho pelo bem-estar próprio e de todos.
- Agir de forma profissional, dentro da lei, com total transparência, de forma profundamente ética para o bem comum.
- Buscar a excelência em tudo, usando conceitos modernos da administração e gestão de problemas objetivando avaliar claramente os riscos e benefícios da prática de atividade física e de uma alimentação adequada e saudável.
- Não sei responder.
- Não quero responder.

3 * Como o Programa VAMOS pode ajudar as pessoas a melhorarem sua condição de saúde?

- O Programa VAMOS contribui para a capacitação de profissionais utilizando técnicas da administração e de gestão para atuarem na mudança dos comportamentos de risco das pessoas.
- O Programa VAMOS elabora planos de gestão do tempo e prescreve ações de mudanças comportamentais que auxiliam as pessoas na gestão de sua saúde e da comunidade.
- Com base em uma teoria comportamental, o Programa VAMOS, auxilia, ensina e discute técnicas ou formas que ajudam as pessoas a incorporarem a atividade física, mudanças na alimentação e maior controle do estresse em sua rotina, levando-as a entenderem e mudarem comportamentos nocivos à saúde.

- Utilizando os preceitos da Educação Física e da Nutrição o Programa VAMOS auxilia as pessoas prescrevendo planos de atividade física, cardápio e processos terapêuticos para a conquista de melhores condições de saúde.
- Não sei responder.
- Não quero responder.

4 * Segundo Caspersen, Powell e Christensen (1985) qual o conceito de Atividade Física?

- É qualquer movimento corporal produzido por músculos esqueléticos que resulta em gasto de energia.
- É um movimento corporal planejado, estruturado e repetido feito para melhorar ou manter um ou mais componentes do condicionamento físico.
- É o conjunto de características possuídas ou adquiridas por um indivíduo e que estão relacionadas com a capacidade de realizar atividades físicas.
- São atividades estruturadas ou não que são realizadas com o objetivo de evitar doenças, melhorar marcadores metabólicos, adquirir maior autonomia nas atividades diárias, atuar como coadjuvantes em tratamento de saúde, aliviar o estresse e melhorar o humor.
- Não sei responder.
- Não quero responder.

5 * Quais as diretrizes de Atividade Física para a Saúde preconizada pela Organização Mundial de Saúde (WHO, 2010) para a população adulta (18 a 64 anos)?

- Praticar, ao menos, 150 minutos de atividade física de intensidade moderada ou 75 minutos de atividade física de intensidade vigorosa por semana, ou ainda uma combinação de atividades moderadas e vigorosas equivalentes.
- Praticar, ao menos, 300 minutos de atividade física de intensidade moderada ou 150 minutos de atividade física de intensidade vigorosa por semana, ou ainda uma combinação de atividades moderadas e vigorosas equivalentes.

- Praticar atividade física todos os dias por, pelo menos, 60 minutos em intensidade moderada ou vigorosa, ou ainda uma combinação equivalente.
- Praticar, no máximo, 150 minutos de atividade física de intensidade moderada ou vigorosa por semana, ou ainda uma combinação equivalente.
- Não sei responder.
- Não quero responder

6 *

Qual definição de alimentação adequada e saudável presente no Guia Alimentar para a População Brasileira e adotada pelo Programa VAMOS?

- A alimentação adequada e saudável é um direito humano básico que está associada aos aspectos de suprir as necessidades nutricionais e garantir a diversidade de sabores, independente da cultura local, da forma de produção e comercialização, desde que todos tenham acesso aos produtos alimentícios.
- A alimentação adequada e saudável abrange todos os grupos alimentares e preconiza a ingestão de carboidratos, proteínas, gorduras e vitaminas em variedade e quantidade suficiente para a vida e saúde da população, mesmo que para isso seja necessária a ampliação da comercialização dos alimentos produzidos nas mais diversas regiões brasileiras.
- A alimentação adequada e saudável busca garantir o acesso permanente e regular de alimentos por meio da produção cada vez mais crescente da indústria e dos latifúndios, mantendo assim, a quantidade e variedade de alimentos para toda a população.
- A alimentação adequada e saudável é um direito humano básico que respeita aspectos culturais, biológicos, econômicos, nutricionais, psicológicos, ambientais, social e o desenvolvimento sustentável envolvidos em sua formação baseada em práticas produtivas adequadas e sustentáveis.
- Não sei responder.
- Não quero responder.

- 7 *** Marque a alternativa que está de acordo com as principais recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira publicado no ano de 2014.
- Faça de alimentos in natura ou minimamente processados a base de sua alimentação.
 - Use óleos, sal e açúcar em quantidades suficiente para agradar o paladar de todos da família ou unidade residencial.
 - Os alimentos processados são higienicamente melhor produzidos e, por isso, devem ser a base da alimentação.
 - Alimentos comprados prontos e de preparo rápido facilitam o cotidiano e devem ser usados com frequência.
 - Não sei responder.
 - Não quero responder.
- 8 *** O Programa VAMOS está alicerçado na Teoria Sócio Cognitiva que tem sua ênfase no interacionismo caracterizado pela relação de causalidade recíproca entre três determinantes que são:
- Ambientais, cognitivo e sentimentais
 - Cognitivo, comportamentais e sentimentais
 - Intrapessoais, extra pessoais e ambientais.
 - Ambientais, pessoais e comportamentais.
 - Não sei responder.
 - Não quero responder.
- 9 *** A Teoria Sócio Cognitiva é uma teoria da psicologia comportamental que entende o ser humano como:
- Sujeito do inconsciente, língua e cultura, não um ser que se constitui como centro do mundo e das relações sociais, mas dividido em consciente e inconsciente.
 - Não sendo um mero fruto do seu ambiente, embora receba dele influências significativas. Entretanto, podendo assumir mais o controle de sua vida por meio de mecanismos

de autoeficácia, do estabelecimento de metas e da autorregulação.

○ Um corpo que age como máquina e funciona de acordo com as leis universais e que se relaciona com a alma por sua necessidade de objetivação, de ação no concreto. Sendo a alma o elemento sensível, origem dos sentimentos e apetites.

○ Uma constante transformação do ser biológico em sócio histórico, em um processo no qual a cultura é parte essencial da constituição da natureza do ser e do estar no mundo.

○ Não sei responder.

○ Não quero responder.

10 * A Teoria Sócio Cognitiva possui cinco constructos que operacionalizam seus pressupostos teóricos visando à compreensão dos mecanismos que influenciam o comportamento humano. São eles:

○ Determinantes psicológicos do comportamento, aprendizagem por observação, determinantes ambientais do comportamento, autorregulação/controle e desengajamento moral.

○ Mediação da linguagem pelo pensamento, aprendizagem por experiência, determinantes socioculturais do desenvolvimento, autorregulação da ação e engajamento moral.

○ Determinantes psicológicos do comportamento, aprendizagem pela ação, determinantes interpessoais e intrapessoais do comportamento, regulação das ações pelas relações estabelecidas com o outro e o meio ambiente como fator importante das escolhas e ações pessoais.

○ Determinantes sensório-motor do comportamento, aprendizagem pela relação com o outro e com o mundo, determinantes do meio ambiente no comportamento, autocontrole e desengajamento moral.

○ Não sei responder.

○ Não quero responder.

11 * Quais os princípios da aprendizagem de adultos e idosos?

- A aprendizagem é universalidade, aprendizagem é um processo constante e contínuo, aprendizagem é um processo gradativo, aprendizagem é pessoal/individual e aprendizagem é acumulativa.
- Fatores genéticos e ambientais influenciam na ação de aprender, a aprendizagem acontece de forma acumulativa e depende das experiências anteriores, cada nova aprendizagem constrói base para a mudança de comportamento, aprendizagem é um processo dinâmico e participativo e aprendizagem de adultos e idosos precisa ser significativa.
- A necessidade do aprendiz de saber o que vai aprender, o autoconceito do aprendiz, a experiência anterior do aprendiz, a prontidão para aprender, a orientação para a aprendizagem, a motivação para aprender.
- O cérebro é um processador de pensamentos, intuições, predisposições, e emoções, aprendizagem envolve toda a fisiologia, a procura por significado é inata, queremos saber o que as coisas significam para nós, as emoções são fundamentais no processo de aprendizagem de adultos e idosos, e aprendizagem envolve atenção e retenção.
- Não sei responder.
- Não quero responder.

12 * Diferentes personalidades em um mesmo grupo podem criar desafios para o multiplicador e interferir negativamente na convivência e harmonia do grupo. Para tanto:

- A afirmação acima é inapropriada, pois a diversidade de comportamentos e a liberdade do adulto de se posicionar como quer num grupo é fundamental para a aprendizagem dele e dos demais membros do grupo.
- O Programa VAMOS é oferecido para grupo formados por adultos e idosos, assim, afirmações como a essas não são

pertinentes porque são irreais.

- O Programa VAMOS objetiva a mudança de comportamento para aumento da prática de atividade física, adoção de uma alimentação adequada e saudável e controle de estresse, portanto, comportamentos outros não são foco da preocupação do Multiplicador do Programa VAMOS.
- É preciso estar atento para situações que, ao invés de contribuir no processo de mudança de comportamento, podem diminuir a confiança, motivação e aprendizado dos participantes. É importante identificar os tipos de comportamentos que podem estar presentes em um grupo e saber como lidar com eles.
- Não sei responder.
- Não quero responder.

13 * Em geral, qual é a melhor forma de lidar com comportamentos inconvenientes que podem surgir na convivência durante os encontros do Programa VAMOS?

- Lidar com esse comportamento o mais rápido possível, chamando a atenção do grupo para o assunto em questão de forma que envolva o participante que está sendo inconveniente na discussão ou perguntando a opinião de outra pessoa.
- Ignorar o comportamento, mesmo se acontecer novamente.
- Apontar o participante que está sendo inconveniente para que todos saibam como não agir.
- Focar o resto do encontro sobre o problema de disciplina.
- Não sei responder.
- Não quero responder.

14 * Os encontros do Programa VAMOS possuem uma dinâmica própria que deve ser observada e alguns procedimentos realizados atenciosamente. Quando se trata da preparação do ambiente a orientação se refere a:

- Escolher e organizar um espaço que garanta a prática de atividades físicas e culinárias; boa qualidade de iluminação e ventilação; acesso a banheiros; água potável, tomadas e outros equipamentos.
- Escolher e organizar um espaço que acomode aproximadamente 30 pessoas, com cadeiras para todos e estas distribuídas em círculo; boa qualidade de iluminação e ventilação; boas condições de acesso para idosos e pessoas com alguma limitação; existência de banheiros, tomadas e outros equipamentos necessários para a realização dos encontros.
- Escolher e organizar um espaço de tamanho suficiente para acomodar 30 cadeiras mais a prática de atividades física e culinária; boas condições de acesso para pessoas com alguma limitação; existências de infraestrutura básica para acomodar as pessoas.
- Organizar o auditório da Unidade Básica de Saúde com 30 cadeiras distribuídas em círculo; providenciar projetor de mídia, garantir o acesso aos banheiros e água potável.
- Não sei responder.
- Não quero responder.

15 * O Programa VAMOS possui um protocolo para a execução de seus encontros e dentre os passos não podem faltar:

- Dar as boas-vindas, distribuir água e os pedômetros, fazer a chamada, corrigir as tarefas do encontro anterior, ministrar o conteúdo, fazer 2 minutos de atividades práticas e organizar o lanche do próximo encontro.
- Recepcionar os participantes conferindo as atividades do encontro anterior, lembrar a todos que confirmam o peso, apresentar os conteúdos e estimular a realização das tarefas do dia, arrumar e servir o lanche.
- Distribuir todos os livretos no primeiro encontro, conferir as atividades da semana anterior, fazer a chamada, apresentar o conteúdo do dia, estimular que todos participem do lanche.

- Os livretos, registrar a presença, conferir e discutir a realização das atividades da semana anterior, apresentar os objetivos do encontro, apresentar e discutir o conteúdo, realizar as tarefas propostas no livreto, síntese do que foi abordado.
- Não sei responder.
- Não quero responder.

16 * Por que realizar constantemente uma avaliação do Programa VAMOS é importante?

- Por meio da avaliação constante é possível estabelecer um mecanismo de controle das atividades pelos supervisores e, ou chefe imediato e saber se o programa realmente funciona.
- Por meio da avaliação constante é possível realizar um diagnóstico da situação para efetuar ajustes ao final do programa caso este não tenha funcionado corretamente.
- Por meio da avaliação constante é possível saber se o programa está sendo efetivo, ajustar o programa para atender necessidades específicas, reunir dados para compartilhar com grupos da comunidade e outros setores interessados, criar relatórios para justificar financiamento e apoio contínuo.
- Por meio da avaliação constante é possível diagnosticar um conjunto de ações que nos ajuda a conhecer os problemas e decidir pelos ajustes mais eficientes quando do término do programa.
- Não sei responder.
- Não quero responder.

17 * Na avaliação de desfecho objetivamos analisar se o Programa VAMOS está tendo o efeito desejado. Assim, quais das seguintes alternativas serão avaliadas?

- Se suas técnicas enquanto multiplicador estão atraindo os participantes, se a frequência dos participantes se mantém alta e se os mesmos estão se monitorando.

- Se os participantes estão pensando mais sobre alimentação adequada e saudável, ou sobre atividade física, e se eles estão melhorando os hábitos de saúde.
- Se o programa está sendo bem aceito pelo seu supervisor/coordenador e pela comunidade e se existe a sinalização de continuar com novas turmas no próximo período do planejamento.
- Se as condições do local dos encontros são compatíveis com o que é exigido pelo Programa e se os dias e horários de realização das atividades são convenientes para os participantes.
- Não sei responder.
- Não quero responder.

18 * O Programa VAMOS é baseado em pesquisas de evidências, que busca o sucesso na mudança de comportamento dos participantes, cada etapa tem uma razão de ser, mas algumas adaptações podem ser feitas. São elas:

- Pequenas mudanças nos objetivos dos encontros para atender a todos, mudar a ordem dos encontros, fazer cópias dos livretos.
- Pequenas mudanças nas histórias ou conteúdo para torná-lo mais próximo a cultura local, pular as partes dos encontros que acredita ser desinteressante para o grupo.
- Pequenas mudanças nas histórias ou conteúdo para torná-lo mais próximo a cultura local, a faixa etária ou patologias específicas dos participantes, adicionar materiais complementares.
- Adaptar os livretos fazendo cópias apenas das partes que são mais interessantes para o grupo, trabalhar com dois livretos por encontro e assim encurtar o tempo do programa.
- Não sei responder.
- Não quero responder

19 * Para todo trabalho em grupo é importante aplicar Estratégias de motivação e manutenção do interesse e frequência dos participantes. No Programa VAMOS estas estratégias são:

- Ensinar como os principais conceitos do Programa VAMOS são na verdade aplicações práticas; utilizar recompensas e prêmios; associar as novas informações aos conceitos teóricos; estimular os participantes a praticarem atividade física todos os dias; e utilizar os princípios gerais de prescrição.
- Associar os principais conceitos de atividade física e saúde aos conceitos da Teoria Sócio Cognitiva; usar analogias e comparações para relacionar os princípios do Programa VAMOS às técnicas culinárias; aplicar técnicas de ensino expositivas; e utilizar os princípios gerais de aconselhamento.
- Ensinar os principais conceitos do Programa VAMOS; usar metodologias expositivas de ensino; utilizar sempre as recompensas e prêmios; que permitam a aplicações práticas; usar analogias e comparações para relacionar novas informações a algo já vivido ou conhecido; praticar imediatamente um conceito novo; aplicar técnicas de ensino baseadas em experiências; e utilizar os princípios gerais de aconselhamento.
- Associar os principais conceitos do Programa VAMOS às aplicações práticas; usar analogias e comparações para relacionar novas informações a algo já vivido ou conhecido; praticar imediatamente um conceito novo; aplicar técnicas de ensino baseadas em experiências; e utilizar os princípios gerais de aconselhamento.
- Não sei responder.
- Não quero responder.

20 * Qual o conceito de estresse adotado pelo Programa VAMOS?

- O estresse é um conjunto de reações fisiológicas necessárias para a adaptação a novas situações e que causam sempre muito sofrimento.
- O estresse é essencialmente um grau de desgaste no corpo e da mente, que pode atingir níveis degenerativos e sempre está associado às atividades que não temos condições de superar.
- O estresse é uma reação que ocorre quando precisamos lidar com situações que exigem um grande esforço emocional para serem superadas. Pode estar ligado à capacidade de adaptação ou à mudança.
- O estresse é a soma de respostas físicas e mentais causadas por estímulos externos que sempre permitem ao indivíduo superar determinadas exigências do meio ambiente e das relações pessoais.
- Não sei responder.
- Não quero responder

21 * A Síndrome de Adaptação Geral (SAG) inclui pelo menos três estágios de reação ao estresse. Assinale a alternativa que indica corretamente os três estágios.

- Alarme, resistência e exaustão.
- Negação, aceitação e adaptação.
- Alarme, adaptação e aceitação.
- Resistência, aceitação e pré-exaustão.
- Não sei responder.
- Não quero responder.

22 * As estratégias para gerenciar o estresse podem ser classificadas como:

- Estratégias de enfrentamento, estratégias de técnica de resolução de problemas, estratégias de controle do tempo e agressividade, estratégias de assertividade.
- Estratégias educativas, estratégias situacionais, estratégias de enfrentamento do estresse de efeito duradouro, estratégias de enfrentamento para atenuar os sintomas do

estresse.

- Estratégias de detectar e regular as suas respostas emocionais, estratégias de questionar os pensamentos negativos, estratégias para ficar no momento presente, estratégias de enfrentamento do estresse de efeito duradouro.
- Estratégias de reinterpretação das situações, estratégias de pensar na capacidade de controlar as situações, estratégias de enfrentamento dos sintomas do estresse, estratégias de assertividade.
- Não sei responder.
- Não quero responder.

23 * Um dos objetivos do Encontro “VAMOS saber mais sobre alimentação saudável?” do Programa VAMOS é:

- Apresentar diferentes tipos de dieta que são efetivas no emagrecimento.
- Prescrever orientação nutricional para os participantes que estão com sobrepeso e risco de desenvolver doenças crônicas.
- Apresentar mais informações sobre o que é uma alimentação adequada e saudável.
- Discutir individualmente possibilidades de alterações nas rotinas alimentares para controle da hiperglicemia.
- Não sei responder.
- Não quero responder.

24 * São objetivos do Encontro “VAMOS reunir apoio e ir passo a passo?” do Programa VAMOS:

- Mediar e facilitar a reflexão sobre como os participantes gastam seu tempo; levar os participantes a encontrarem tempo para levantarem-se e mexerem-se na rotina do dia a dia; e ensinar aos participantes a monitorarem as atividades físicas feitas durante a semana.
- Propiciar aos participantes momentos de discussão e reflexão quanto ao progresso que cada um experimentou até

aqui; discutir e orientar no reestabelecimento de metas em relação à alimentação; e estimular os participantes para que ganhem confiança em suas ações.

- Mediar e facilitar a reflexão para identificar as principais fontes de apoio de cada um; propiciar um momento de revisão do plano de atividade física; e apresentar o contador de passos e orientar os participantes quanto à sua utilização.
- Auxiliar os participantes a identificarem diferentes opções de atividade física e de alimentação adequada e saudável na comunidade; orientar e estimular os participantes a adicionarem atividades físicas diferentes e novos alimentos em suas rotinas; e discutir sobre a importância das escolhas saudáveis duradouras e motivá-los a fazê-las.
- Não sei responder.
- Não quero responder.

25 * Um dos conteúdos abordado no Encontro “VAMOS desfazer o estresse?” do Programa VAMOS é:

- Importância de inserir atividade física na rotina do dia-a-dia, como elaborar um plano inicial para a prática da atividade física, monitoramento das atividades físicas feitas durante uma semana.
- Os riscos do estresse, a importância da identificação de situações estressoras, técnicas para reduzir o estresse e formas de administrar o tempo para diminuir a chance de estresse no dia a dia.
- Os obstáculos usuais que mais afetam cada participante, tanto para a atividade física quanto para a alimentação adequada e saudável, e como é possível vencê-los e solucionar essas dificuldades.
- O papel do suporte ou apoio social da família e dos amigos na mudança de comportamento, identificar as fontes de apoio de cada um, aspectos relacionados à revisão dos planos de atividade física.

- Não sei responder
- Não quero responder

Apêndice 6: Estudo Piloto

a) Introdução

Realizamos um estudo piloto com profissionais de Educação Física que atuavam nos centros de saúde da cidade de Florianópolis objetivando testar o funcionamento do treinamento na plataforma *Moodle*, o preenchimento dos instrumentos 2, 3 e 4 e realizar uma pré-avaliação de conteúdos e apresentação das sessões do treinamento.

Os participantes realizam o treinamento e responderam a todos os questionários utilizados na etapa 2 da pesquisa. Devido a dificuldades técnicas com configuração das trilhas de aprendizagem do *Moodle* e com o registro dos participantes para a utilização da plataforma, optamos pelo preenchimento do TCLE e dos questionários na forma impressa ou por arquivo digital (formato *doc*). A aplicação dos instrumentos aconteceu sem a interferência da pesquisadora ou de qualquer outra pessoa da equipe do estudo.

A opção de não interferir no preenchimento dos questionários se deu para que a aplicação dos mesmos fosse realizada de forma a se aproximar o máximo possível da forma como foram preenchidos durante a etapa 2, que foi disponibilizado no ambiente do *Moodle*.

Os participantes do estudo piloto avaliaram todas as 12 sessões e a introdução do treinamento, além de realizarem observações e sugestões que julgassem contribuir para melhorar o treinamento.

O Quadro 11 sistematiza os momentos da coleta de dados no estudo piloto.

Quadro 11 - Momentos da coleta de dados do Estudo Piloto

Pré-Treinamento Instrumento 2	Durante o Treinamento Instrumento 3	Pós-imediato Instrumento 4
Análise do Perfil	Reação aos procedimentos instrucionais, à interface gráfica e aos resultados.	Reação aos procedimentos instrucionais, à interface gráfica, ao ambiente de estudo e

		procedimentos de interação, e aos resultados
Expectativas	Percepção de competências adquiridas	Percepção de competências adquiridas e motivação para implementação do programa.
	Observações e sugestões de mudanças nas sessões	Observações e sugestões de mudanças no treinamento como um todo,
Avaliação da aprendizagem (pré-teste)		Avaliação da aprendizagem (pré-teste)

No estudo piloto utilizamos os mesmos instrumentos da etapa 2, mas como foram aplicados na forma impressa e digital em formatos compatíveis com o programa *Microsoft Word*® e outros editores de texto, foi necessária a fase de transcrição dos dados, o que fizemos em planilhas do *Microsoft Excel*®.

b) Síntese dos resultados

Participaram do estudo piloto sete profissionais de educação física que atuavam em centros de saúde a época da coleta. O grupo era composto por um homem e seis mulheres, com média de idade de 35 anos, os seis que declaram renda familiar responderam que era maior que cinco salários mínimos (R\$ 822,00).

Quanto o perfil de formação e trabalho todos eram graduados em educação física e tinham em média dez anos de formados (8-15), deles quatro eram especialistas e três mestres, a média de tempo trabalhando na área de saúde pública foi de cinco anos (3-6) e todos trabalhavam 40 horas por semana.

Em referência ao uso de TICs, seis deles já havia feito curso na modalidade a distância e todos já havia usado o *Moodle*, os sete participantes utilizavam computador em casa e no trabalho, faziam uso de redes sociais. Seis participantes declararam usar a *internet* diariamente e um de quatro e seis vezes na semana. A maioria disse usar a *internet* entre 1 e 2 horas diariamente.

Quanto a conhecer o programa VAMOS antes da pesquisa 5 responderam positivamente. O convite para fazer o treinamento e entender que esta poderia ser uma possibilidade de incrementar o trabalho foram os motivos mais citados do porquê decidiram fazer o treinamento. Todos declararam já ter trabalhado com programas de mudança de comportamento.

As expectativas de trabalhar com o treinamento estão apresentadas no Quadro 12.

Quadro 12 - Expectativa dos participantes do estudo piloto com o treinamento de multiplicadores do programa VAMOS

PARTICIPANTE	FALA
PLT01	Conhecer melhor o programa, ver efetividade e eficiência do programa.
PLT02	Fundamentação teórica buscando a melhor aplicabilidade do programa.
PLT03	Compreender melhor as estratégias de manejo de grupo.
PLT04	Que seja mais eficaz, que abranja mais dimensões do que conseguimos nos grupos de exercício físico.
PLT05	Possibilidade de ajudar as pessoas a mudar seu comportamento, buscando um estilo de vida melhor.
PTL06	Aperfeiçoamento profissional.
PLT07	Oportunidade de aumentar a qualidade de atendimento.

Em seguida apresentaremos os resultados das escalas de reação por sessão.

A Tabela 32 apresenta os dados descritivos das avaliações da escala de reação aos procedimentos instrucionais das 12 sessões, a Tabela 33 da escala de reação a interface gráfica das 12 sessões e a Tabela 34 a escala de reação aos resultados das 12 sessões.

Tabela 32 - Escala de Reação do Procedimento Instrucionais do estudo piloto

ITEM	SESSÃO												MÉDIA ITEM
	1 (n4)	2 (n4)	3 (n4)	4 (n4)	5 (n4)	6 (n4)	7 (n4)	8 (n4)	9 (n4)	10 (n4)	11 (n4)	12 (n3)	
Ligação entre o conteúdo e os objetivos desta sessão	9,8	9,8	9,6	9,1	9,8	9,8	9,8	9,8	10,0	10,0	9,8	10,0	9,8
Ligação entre o conteúdo desta sessão e os seus objetivos pessoais.	10,0	9,0	9,6	9,4	9,8	9,3	9,5	9,8	9,8	10,0	9,8	10,0	9,7
Linguagem utilizada no material desta sessão.	9,9	9,6	9,8	8,9	9,8	9,8	9,5	9,8	10,0	10,0	9,8	10,0	9,7
Leituras recomendadas.	9,9	9,8	9,8	9,4	9,6	9,3	9,5	9,7	9,7	9,0	9,0	9,3	9,5
Exercícios de fixação (obrigatórios).	10,0	9,3	9,7	9,0	9,7	9,7	9,7	9,7	9,7	9,7	9,3	9,00	9,5
Orientação para solução de erros em exercícios de fixação (obrigatórios)	8,5	10,0	10,0	7,5	8,0	8,5	8,5	9,0	8,5	9,00	9,00	8,5	8,8
Quantidade de conteúdo nesta sessão.	9,8	9,3	9,9	8,8	9,5	9,5	9,5	8,5	9,5	9,5	9,5	9,67	9,5
Tempo você levou para concluir a sessão.	10,0	8,5	10,0	8,0	9,5	9,0	9,0	8,3	9,5	9,0	9,0	9,5	9,2
MÉDIA DA SESSÃO	9,7	9,4	9,8	8,8	9,4	9,3	9,4	9,3	9,6	9,5	9,4	9,5	

Tabela 33 - Escala de Reação a Interface Gráfica do estudo piloto

ITEM	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	MÉDIA
	(n4)	GERAL											
Apresentação visual das telas.	9,1	9,1	9,8	9,0	9,8	9,5	9,5	9,3	9,3	9,5	9,5	9,8	9,4
Indicação sobre o que devo fazer para atingir meus objetivos instrucionais (específicos da sessão) nesta sessão.	9,8	9,4	9,5	9,8	9,8	9,8	9,8	9,5	9,8	9,5	9,5	9,8	9,6
Quantidade de passos para chegar na informação que preciso nesta sessão.	10,0	9,8	9,8	9,5	9,8	9,8	9,8	9,3	9,8	9,8	9,5	10,0	9,7
Disposição dos comandos na tela para encontrar as informações desejadas.	9,5	8,0	9,5	8,7	9,0	9,0	9,0	9,3	9,7	9,7	9,3	9,7	9,3
Informações que me permitem evitar erros de navegação.	10,0	7,3	9,0	9,0	8,5	8,5	8,5	9,0	9,5	9,5	9,0	9,5	9,0
Quantidade de conteúdo por tela.	9,5	9,1	9,8	9,0	9,8	9,8	8,8	9,0	9,8	9,5	9,5	9,8	9,5
Qualidade das mensagens que recebo do ambiente eletrônico quando cometo erros de navegação.	9,67	9,0	10,0	8,0	8,5	8,5	8,5	8,5	9,0	9,0	9,0	9,0	8,9
MÉDIA DAS SESSÕES	9,7	8,8	9,6	9,0	9,3	9,3	9,1	9,1	9,5	9,5	9,3	9,6	

Tabela 34 - Escala de Reação aos Resultados do estudo piloto

ITEM	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	MÉDIA
	(n4)	GERAL											
Capacidade de aplicar o conhecimento ensinado nesta sessão em diferentes situações.	9,8	9,63	9,8	8,88	9,8	9,8	9,8	9,8	9,5	9,8	9,8	9,8	9,5
Assimilação do conteúdo desta sessão.	10,0	9,4	9,8	8,3	9,5	9,8	9,5	9,8	9,8	9,5	9,5	9,8	9,6
Capacidade de transmitir os conhecimentos adquiridos nesta sessão para outras pessoas.	10,0	9,4	9,8	8,5	9,5	9,8	9,5	9,5	9,8	9,5	9,5	9,8	9,6
MÉDIA DAS SESSÕES	9,9	9,5	9,8	8,5	9,6	9,8	9,6	9,7	9,7	9,6	9,6	9,8	

A Tabela 35 apresenta as médias das avaliações das escalas e a média do treinamento.

Tabela 35 - Média geral das escalas e do treinamento no estudo piloto

ESCALA	MÉDIA DA ESCALA	MÉDIA DO TREINAMENTO
ERPI	9,45	9,44
ERIG	9,34	
ERR	9,55	

A Tabela 36 apresenta os resultados do pré e pós-teste em formato de escore (quantidade de acertos 0-25) e nota e o percentual de diferença entre as duas medidas.

Tabela 36 - Resultado do pré e pós-teste no estudo piloto

ID	Pré-teste		Pós-teste		%
	Escore	Nota	Escore	Nota	
PLT01	19	7,60	-	-	
PLT02	20	8,00	22	8,80	+8
PLT03	19	7,60	23	9,20	+16
PLT04	19	7,60	24	9,60	+20
PLT05	19	7,60	-	-	
PTL06	11	4,40	23	9,20	+48
PLT07	13	5,20	-	-	
Média	17	6,90	23	92	

Os participantes do estudo piloto foram convidados a registrarem competências que julgassem ter adquirido na sessão que acabará de ler. Em todas as sessões houve registros de percepção de competências adquiridas todas no âmbito de aquisição de novos conhecimentos.

Também solicitamos o registro de sugestões e observações que os pudessem melhorar o treinamento. Contabilizamos 135 sugestões e observações. Dessas, 112 (83%) foram sugestões de mudanças e ou acréscimos no conteúdo, ou correções de grafia. 10 (7%) correções de imagens, uma sugestão de mudança na forma de navegação, cinco sugestões de mudanças de

procedimentos instrucionais, dois registros de pontos negativos e cinco registros de pontos positivos.

As sugestões foram organizadas e encaminhadas para o grupo que trabalhou na confecção e formatação do treinamento para os ajustes antes da coleta de dados da etapa 2.

Apêndice 7: Carta convite



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
Campus Universitário - Trindade - Florianópolis/SC - CEP 88040-900
E-MAIL: vamos@contato.ufsc.br



Prezado(a) Senhor(a)

Vimos por meio deste convidá-lo(a) para conhecer o Programa VAMOS.

O VAMOS (Vida Ativa Melhorando a Saúde) é um programa de mudança de comportamento que objetiva motivar as pessoas a adotarem um estilo de vida saudável com relação à atividade física e alimentação.

O VAMOS foi desenvolvido por uma equipe de especialistas da Universidade Federal de Santa Catarina e da Universidade Federal de Minas Gerais, com a consultoria de profissionais da Universidade do Illinois Urbana-Champaign e da Universidade de Nebraska Medical Center (EUA).

Testado nos anos de 2012 e 2014, o Programa VAMOS demonstrou ter potencial para auxiliar as pessoas a mudarem comportamentos adotando um estilo de vida mais saudável, constituindo-se como uma promissora estratégia de ação para a saúde pública.

Neste momento estamos divulgando o Programa VAMOS e lhe convidando a participar do Treinamento para Multiplicadores. O Treinamento busca capacitar e certificar profissionais para aplicar o VAMOS em diferentes lugares do Brasil e conduzir o Programa orientando as pessoas a adquirirem novos hábitos e superar possíveis barreiras.

O Treinamento faz parte de uma pesquisa intitulada AVALIAÇÃO DO TREINAMENTO PARA CAPACITAÇÃO E CERTIFICAÇÃO DE MULTIPLICADORES DO PROGRAMA VIDA ATIVA MELHORANDO A SAÚDE (VAMOS), e estará disponível via Ensino a Distância (EAD), ambientado na plataforma Moodle, facilitando o acesso e permitindo sua total realização de maneira online.

Assim, além de participar do Treinamento você também está sendo convidado a fazer parte da pesquisa que tem por objetivo avaliar o processo do treinamento para capacitação e certificação de multiplicadores do programa VAMOS.

A sua participação torna-se imprescindível para o alcance do objetivo proposto e em muito contribuirá para novos passos na busca de oferecermos mais uma ação que poderá contribuir para a melhoria da qualidade de vida da população.

Visite a nossa página (vamos.ufsc.br). Lá você pode obter mais informações sobre o Programa VAMOS, sobre o Treinamento e também fazer sua inscrição para ser um dos nossos Multiplicadores.

Agradecemos antecipadamente a atenção dispensada e colocamo-nos à sua disposição para quaisquer esclarecimentos. (vamos@contato.ufsc.br)

Os pesquisadores:

Profa. Dra. Tânia R. Bertoldo (tania.benedetti@ufsc.br)

Prof. Dr. Cassiano Ricardo Rech (cassiano.rech@ufsc.br)

Vamos
Vida Ativa Melhorando a Saúde

Apêndice 8: Termo de Consentimento destinado aos participantes da etapa 2 da pesquisa



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE
SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS**



TERMO CONSUBSTANCIADO DE CONSENTIMENTO

Prezado(a) Senhor(a)

Considerando a Resolução n. 466, de 12 de dezembro de 2012, do Conselho Nacional de Saúde e as determinações da Comissão de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da UFSC, temos o prazer de convidá-lo(a) a participar da **AVALIAÇÃO DO TREINAMENTO PARA CAPACITAÇÃO E CERTIFICAÇÃO DE MULTIPLICADORES DO PROGRAMA VAMOS - *Projeto Vida Ativa Melhorando a Saúde***. Este trabalho faz parte de um projeto de pesquisa vinculado a Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis.

O objetivo do Programa VAMOS é motivar a mudança de comportamento para um estilo de vida saudável com relação à atividade física e alimentação, de acordo com constructos e estratégias da Teoria Sócio Cognitiva. O Programa é baseado em reuniões semanais que produzam mudanças de comportamento e, com isso, busca contribuir para o aumento do percentual de praticantes de atividades físicas bem como melhorar a alimentação da população.

Esta investigação tem por objetivo avaliar o Treinamento para capacitação e certificação dos profissionais que atuarão como multiplicadores do Programa VAMOS.

O Treinamento foi desenvolvido para ser realizado *online* via Ensino a Distância (EAD) e foi avaliado por especialistas quanto à pertinência dos seus objetivos e conteúdos, bem como a sua apresentação e dinâmica.

A metodologia adotada para a investigação prevê a aplicação de um questionário inicial com dados do seu perfil e questões para verificar os conhecimentos gerais acerca dos conteúdos abordados, a realização do treinamento em 12

sessões, cada qual com temas específicos, dois questionários que serão respondidos durante a realização do Treinamento para avaliar o grau de satisfação com as sessões e um questionário final. Ao término do Treinamento, caso seja sorteado(a) o(a) Sr(a) também será convidado(a) a participar de uma entrevista. Para realizar o Treinamento o(a) Sr(a) gastará em torno de 20 horas do seu tempo, e poderá ser realizado até o dia 30 de junho de 2016.

A participação na pesquisa poderá causar pequenos desconfortos, por conta do uso do computador, especialmente quanto ao tempo em que deverá ser dedicado para a realização do Treinamento. Em caso da ocorrência de algum problema decorrente da realização do treinamento, o(a) Sr(a) poderá entrar em contato com nossa equipe e serão tomadas todas as providências cabíveis para a recuperação do seu bem estar e ressarcidas despesas decorrentes da pesquisa, garantindo indenização para eventuais danos.

Será garantido o sigilo das informações obtidas, bem como o anonimato dos participantes do estudo e os resultados gerais da pesquisa serão divulgados apenas em eventos e publicações científicas, constando de números.

Esclarecemos que as informações coletadas serão utilizadas, exclusivamente, para o desenvolvimento desta pesquisa, sendo-lhe assegurado o direito de desistir da mesma a qualquer momento sem qualquer dano, penalização ou prejuízo.

A sua colaboração torna-se imprescindível para o alcance do objetivo proposto e te possibilita a capacitação e certificação para implementação e desenvolvimento do Programa VAMOS em sua comunidade/organização.

Agradecemos antecipadamente a atenção dispensada e colocamo-nos à sua disposição para quaisquer esclarecimentos pelos e-mails: tania.benedetti@ufsc.br e cassiano.rech@ufsc.br ou pelo fone (48) 3721-9462 ou ainda no Departamento de Educação Física do campus universitário da UFSC, situado no bairro Trindade – Florianópolis.

Caso queira, poderá contatar o Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Santa Catarina localizado na Rua Desembargador Vitor Lima, nº 222, Reitoria II, 4º andar, sala 401, Trindade, Florianópolis, fone (48) 3721-6094.

Se o(a) Sr(a) estiver esclarecido(a) sobre o estudo e aceitar participar da pesquisa “*Projeto VAMOS*” estando devidamente informado(a) sobre a natureza da pesquisa, objetivos propostos, metodologia empregada e benefícios previstos. O(a) Sr(a) deverá clicar em () concordo, caso contrário o Sr(a) deverá clicar em () não concordo, ou simplesmente fechar a página.

Ao clicar em concordo o Sr(a) terá acesso aos questionários e ao Treinamento propriamente dito.

Pesquisadores responsáveis

Tânia R. Bertoldo Benedetti

(e-mail: tania.benedetti@ufsc.br)

Cassiano Ricardo Rech

(e-mail: cassiano.rech@ufsc.br)

ANEXOS

Anexo 1: Carta do Ministério da Saúde solicitando a utilização do banco com os dados dos inscritos do curso Academia da Saúde.



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE DESPORTOS



Florianópolis, 07 de dezembro de 2015

A Secretária de Vigilância em Saúde

Meu nome é Tânia Bertoldo Benedetti e sou professora da Universidade Federal de Santa Catarina – Brasil, e pesquisadora na área de programas, envelhecimento e atividade física. Atualmente estamos desenvolvendo um estudo no qual criamos um programa de mudança de comportamento para a promoção da saúde denominado VAMOS - Vida Ativa Melhorando a Saúde, o qual já testamos em duas versões nos Centros de Saúde (CS) de Florianópolis mostrando-se satisfatório.

Neste momento, estamos desenvolvendo o treinamento via Ensino a Distância (EAD) que deverá ser avaliado por profissionais da saúde de diversas partes do Brasil. Neste sentido gostaríamos de solicitar a autorização pelo Ministério da Saúde para utilizar o banco de e-mails do curso de aperfeiçoamento – Implementação da Política Nacional da Promoção da Saúde – Programa da Academia da Saúde, que está sendo oferecido pela Universidade Federal de Santa Catarina.

Sabemos que o referido curso está sendo oferecido para 600 profissionais da saúde que atuam na atenção básica de todo o Brasil e que foram selecionados de um total de 2.200 inscritos.

Neste sentido, gostaríamos de convidar os 2.220 inscritos via e-mail, para realizar o treinamento via EAD para que fosse avaliado quanto ao conteúdo, forma e pertinência, para que em futuro próximo possa ser aplicado como uma estratégia de promoção de saúde em diferentes contextos brasileiros.

Atenciosamente,

Tânia R. Bertoldo Benedetti

TERMO DE RESPONSABILIDADE

Pelo presente instrumento, na qualidade de responsável pela autorização na utilização do banco de e-mails do curso de aperfeiçoamento – Implementação da Política Nacional da Promoção da Saúde – Programa da Academia da Saúde nos responsabilizamos:

1. Utilizar a base de e-mails única e exclusivamente para a convidá-los a realizar o treinamento do programa VAMOS – Vida Ativa Melhorando a Saúde;
2. Não divulgar, por qualquer meio de divulgação, dados ou informações que permitam a identificação do indivíduo e que afetem a confidencialidade;
3. Não disponibilizar, emprestar ou permitir o acesso a esta base de e-mails a outras pessoas ou instituições;
4. Não praticar ou permitir qualquer ação que comprometa a integridade desta base de e-mails;
5. Indicar a outros interessados em ter acesso a esta base de e-mails, que a solicitem diretamente a SVS.
6. Indicar a fonte dos dados conforme modelo;
7. Desta forma, assumo total responsabilidade pelas consequências legais pela utilização indevida desta(s) bases de dados, por parte de servidores desta instituição ou por terceiros.

Nome: Tânia R. Bertoldo Benedetti

R.G: 3940438 CPF: 44286770034

Instituição: Universidade Federal de Santa Catarina

Local (cidade / estado): Florianópolis, Santa Catarina, Brasil

Brasil: Centro de Desportos, UFSC, Cx postal 476 Capus Universitário, Trindade – Florianópolis – Santa Catarina - Brasil CEP: 88040-970

Data: 07/dezembro/ 2015

Anexo 2: Carta do Ministério da Saúde autorizando a utilização do banco com os dados dos inscritos do curso Academia da Saúde.



MINISTÉRIO DA SAÚDE
 Secretaria de Vigilância em Saúde
 Departamento de Vigilância de Doenças e Agravos Não Transmissíveis e Promoção da Saúde
 SAE/SUL trecho 02 Lote 05/06 Bloco F Torre 01 – Edifício Premium Térreo Sala 16
 CEP: 70.070-600 - Brasília – DF – Telefones (61) 3315-7701/7702/7703

Ofício nº 02/2016/CGDANT/DANTPS/SVS/MS

Brasília, 08 de abril de 2016.

À Senhora
 Tânia Bertoldo Benedetti
 Universidade Federal de Santa Catarina
 Centro de Desportos, UFSC, Cx postal 476 Campus Universitário, Trindade,
 Florianópolis-SC
 CEP: 88040-970

Assunto: Autorização de utilização do banco de dados do Curso de Aperfeiçoamento em Implementação da Política Nacional de Promoção da Saúde: Programa Academia da Saúde

Prezada Senhora,

1. Considerando o direito constitucional à informação foi regulamentado pela Lei de Acesso à Informação – Lei nº 12.527 (LAI), em 2011. A LAI prevê o acesso à informação como regra e trata o sigilo como exceção. São consideradas sigilosas apenas aquelas informações imprescindíveis à segurança do Estado e da sociedade e à preservação da intimidade, honra e imagem das pessoas. No caso de **informações pessoais**, o acesso é permitido à própria pessoa; a agentes públicos legalmente autorizados; e a terceiros, desde que haja previsão legal ou consentimento da pessoa a que as informações se referirem.
2. De acordo com as rotinas da Secretaria de Vigilância em Saúde (SVS) descritas em < <http://portals.vade.saude.gov.br/index.php/o-ministerio/principal/leia-mais-o-ministerio/197-secretaria-svs/13226-dados-informacoes-pessoais-lai>>, a solicitação de acesso a informações pessoais foi criteriosamente analisada pela secretaria, tendo a Carta enviada pela solicitante, o parecer do Comitê de Ética

em Pesquisa, o Termo de Responsabilidade e da documentação necessária sido encaminhada.

3. A Coordenadora Geral de Doenças e Agravos Não Transmissíveis e Promoção da Saúde, responsável pelo Curso de Aperfeiçoamento em Implementação da Política Nacional de Promoção da Saúde: Programa Academia da Saúde, autoriza o acesso ao banco de e-mail do referido curso no ano de 2015/2016 sob a responsabilidade da Sra. Tânia R. Bertoldo Benedetti, RG nº 3940438, CPF nº 44286770034, do Centro de Desportos (CDS/UFSC) para o Programa VAMOS – Vida Ativa Melhorando a Saúde, com parecer favorável do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC) nº 1.394.492.
4. Caso ocorra mudança do responsável pela guarda do sigilo e pela privacidade dos indivíduos listados na base de dados, o interessado deverá comunicar formalmente à SVS os dados pessoais do novo responsável.

Atenciosamente,

MARTA MARIA ALVES DA SILVA
Coordenadora Geral de Doenças e Agravos Não Transmissíveis e Promoção da Saúde

Anexo 3: Aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa

UNIVERSIDADE FEDERAL DE
SANTA CATARINA - UFSC

PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Programa VAMOS - Vida Ativa Melhorando a Saúde

Pesquisador: Tânia Rosane Bertoldo Benedetti

Área Temática:

Versão: 4

CAAE: 47789015.8.0000.0121

Instituição Proponente: CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE

Patrocinador Principal: FUNDAÇÃO DE AMPARO A PESQUISA E INOVAÇÃO DO ESTADO DE SANTA CATARINA

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 1.394.492

Apresentação do Projeto:

O projeto de pesquisa será desenvolvido sob a responsabilidade da Profa. Tânia Bertoldo Benedetti do Centro de Desportos (CDS/UFSC), sob financiamento da Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de Santa Catarina (FAPESC - Chamada Pública nº 07/2013 MS-DECIT/CNPq/SES-SC). O projeto tem por objetivo testar um programa baseado em evidência de mudança de comportamento (VAMOS) para promover estilo de vida ativo em diferentes contextos do ambiente. Essa proposta é continuidade de um projeto que teve seu início em 2011 e inicialmente, foi financiado pelo Instituto Lemann (Estados Unidos). Atualmente está com financiamento do CNPq (processo n. 475075/2012-9, Chamada universal 14/2012) e do PPSUS (Chamada Pública n. 07/2013 MSDECIT/CNPq/SES-SC) onde ficou em terceiro lugar no ranking de mais de 100 projetos classificados, recebendo certificado de menção honrosa com novo financiamento para sua continuidade. Assim, a proponente e equipe desenvolveram o programa VAMOS, que está em sua segunda versão, já aplicado e testado nos Centros de Saúde de Florianópolis, aplicado nas academias da saúde de Belo Horizonte e no hospital universitário de Recife. O projeto será desenvolvido através das seguintes etapas: Etapa 1:- Treinamento, que consistirá em sessões do treinamento em 2 grupos de participantes através de uma equipe de pesquisadores responsáveis pela criação do programa VAMOS. Um dos grupos terá

Endereço: Universidade Federal de Santa Catarina, Prédio Reitoria II, R: Desembargador Vitor Lima, nº 222, sala 401
 Bairro: Trindade CEP: 88.040-400
 UF: SC Município: FLORIANÓPOLIS
 Telefone: (48)3721-8004 E-mail: cep.propesq@contato.ufsc.br

Continuação do Parecer: 1.294.492

a participação de seis especialistas na área de programas para mudança de comportamento em atividade física e alimentação saudável. O segundo grupo será composto por profissionais da saúde que serão convidados a fazer parte do estudo a partir dos selecionados no curso realizado pelo Ministério da Saúde, cujo quantitativo ainda é aguardado para precisar a quantidade final de participantes nesse grupo. O treinamento utilizará as bases teóricas de modelo EAD conforme descrito no mapa de treinamento anexado ao projeto na Plataforma Brasil (ANEXO 1) Entre os concluintes do treinamento, serão sorteados 2 participantes de cada região brasileira, sendo de cidades de portes diferentes para aplicar um questionário sobre o treinamento. A partir da pertinência do treinamento, os profissionais serão convidados para aplicarem o programa pelo menos um em cada região do Brasil, enquanto que a equipe de criação do VAMOS acompanhará o desenvolvimento desse processo. Etapa 2- Mapeamento dos espaços públicos: consistirá na seleção dos Centros de Saúde com a ajuda de uma

Agente Comunitária de Saúde (ACS). A seleção dos espaços será de acordo com as características do ambiente da área de abrangência do Centro de Saúde (CS), uma vez que o programa VAMOS será aplicado em diferentes contextos ambientais para a prática de atividade física. Etapa 3: Aplicação do programa e observação da equipe de saúde: consistirá na aplicação do programa VAMOS, o qual será aplicado por profissionais convidados dos CS previamente treinados para aplicar o programa. A avaliação será pelo modelo RE-AIM (anexado ao projeto na Plataforma), desenvolvido para avaliar o impacto do programa. Os CS serão selecionados de acordo com a qualidade das estruturas para atividade física e posteriormente aplicado o programa em pelo menos dois locais de elevada qualidade e dois locais de baixa qualidade. O treinamento e a supervisão dos trabalhos de campo serão através de professores pesquisadores e alunos de doutorado e mestrado atuantes na pesquisa. Os dados serão analisados qualitativamente e quantitativamente e acredita-se que servirão de subsídios para recomendar o programa e o treinamento para aplicação.

Objetivo da Pesquisa:

O objetivo geral do presente projeto será testar um programa baseado em evidência de mudança de comportamento (VAMOS) para promover estilo de vida ativo em diferentes contextos do ambiente. Os objetivos específicos são explicitados a seguir:

- Desenvolver e testar o conteúdo e as estratégias do Programa VAMOS na realidade dos Sistema Único de Saúde.
- Desenvolver e testar o treinamento via Ensino a Distância (EAD), do Programa VAMOS.

Endereço: Universidade Federal de Santa Catarina, Prédio Reitoria II, R. Desembargador Vitor Lima, nº 222, sala 401
 Bairro: Trindade CEP: 88.040-400
 UF: SC Município: FLORIANÓPOLIS
 Telefone: (48)3721-6094 E-mail: cep.propesq@contato.ufsc.br

Continuação do Parecer: 1.354.492

Avaliar a pertinência do treinamento do programa VAMOS quanto o seu conteúdo, apresentação, estrutura e dinâmica;

- Avaliar a efetividade do treinamento em relação as variáveis de aquisição de conteúdos e de habilidades a partir do modelo RE-AIM;
- Mapear os espaços públicos e privados para a prática de atividade física nas áreas dos Centros de Saúde de Florianópolis, SC;
- Aplicar o programa VAMOS nos diferentes contextos;
- Analisar o impacto da implementação do Programa VAMOS em diferentes contextos ambientais para a prática de atividade física;
- Avaliar a efetividade do Programa VAMOS em diferentes contextos ambientais na cidade de Florianópolis;
- Verificar as estratégias dos multiplicadores do programa VAMOS para atender o modelo de avaliação REAIM.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Os riscos e benefícios foram adequadamente previstos e especificados no projeto. Como riscos, foi mencionado que há risco de queda dos participantes durante os testes físicos. Para minimizar esta possibilidade, os participantes serão acompanhados por profissionais de Educação Física. Caso haja a ocorrência de algum problema decorrente da aplicação dos testes, serão tomadas todas as providências cabíveis para a recuperação do bem-estar do participante. Vários benefícios foram previstos no projeto, tais como: contribuição para um melhor entendimento do modelo de intervenção a partir da aplicação do programa, do treinamento, da equipe e do ambiente. Criação, implementação, e difusão de novas metodologias de pesquisa e de ação para o sistema de saúde brasileiro. Teste do treinamento via EAD para disseminação do programa "VAMOS – 3.0", baseado em reuniões semanais para mudanças de comportamento com relação a prática de atividade física e alimentação saudável na população brasileira. Mapeamento dos espaços públicos e privados para a prática de atividade física nas áreas dos Centros de Saúde de Florianópolis, SC, para sua disseminação. Fortalecimento da pesquisa interdisciplinar na Instituição (UFSC), estabelecendo, inclusive parcerias com outras Instituições, especialmente em âmbito Internacional (EUA). Potencialização da formação acadêmica dos alunos da Educação Física, em diferentes níveis de pesquisa (graduação, mestrado e doutorado), especialmente na área da saúde pública por meio do envolvimento neste projeto de pesquisa. Contribuição para o aumento do percentual de pessoas mais saudáveis no Brasil.

Endereço: Universidade Federal de Santa Catarina, Prédio Reitoria II, R: Desembargador Vitor Lima, nº 222, sala 401
 Bairro: Trindade CEP: 88.040-400
 UF: SC Município: FLORIANÓPOLIS
 Telefone: (48)3721-6094 E-mail: cep.propesq@contato.ufsc.br

Continuação do Parecer: 1.394.492

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

O projeto tem relevância acadêmica, científica e social, uma vez que visa a promoção da saúde de uma população, promovendo alterações de comportamento para a adoção de um estilo de vida mais saudável e que portanto, é relevante para estimular investimentos visando a melhoria da saúde pública no país. Os objetivos e metas estão bem estabelecidos e a metodologia adotada permite atingir adequadamente os objetivos propostos.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Todas as solicitações referentes ao TCLE foram atendidas.

Recomendações:

Nenhuma recomendação é necessária.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

As demandas nas versões anteriores da submissão foram atendidas e portanto somos de parecer pela aprovação.

Considerações Finais a critério do CEP:

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_P PROJETO_560058.pdf	14/01/2016 15:22:09		Aceito
Outros	CARTA_3.pdf	14/01/2016 15:21:50	Tânia Rosane Bertoldo Benedetti	Aceito
Outros	CARTA_2.pdf	30/11/2015 09:00:28	Tânia Rosane Bertoldo Benedetti	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TERMO_CONSUBSTANCIADO_2.pdf	30/11/2015 08:58:24	Tânia Rosane Bertoldo Benedetti	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE_2.pdf	30/11/2015 08:57:10	Tânia Rosane Bertoldo Benedetti	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TERMO_ASSENTIMENTO.pdf	23/10/2015 19:20:35	Tânia Rosane Bertoldo Benedetti	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento /	TCLE_AJUSTADO.pdf	23/10/2015 19:18:26	Tânia Rosane Bertoldo Benedetti	Aceito

Endereço: Universidade Federal de Santa Catarina, Prédio Reitoria II, R: Desembargador Vitor Lima, nº 222, sala 401
 Bairro: Trindade CEP: 88.040-400
 UF: SC Município: FLORIANÓPOLIS
 Telefone: (48)3721-8094 E-mail: cep.propesq@contato.ufsc.br

Continuação do Parecer: 1.394.492

Justificativa de Ausência	TCLE_AJUSTADO.pdf	23/10/2015 19:18:26	Tânia Rosane Bertoldo Benedetti	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	PROJETO.pdf	23/10/2015 19:17:48	Tânia Rosane Bertoldo Benedetti	Aceito
Outros	CARTA.docx	23/10/2015 19:14:48	Tânia Rosane Bertoldo Benedetti	Aceito
Folha de Rosto	folha de rosto - plataforma Brasil.pdf	31/07/2015 15:05:28		Aceito
Outros	resultado_ppsus.pdf	31/07/2015 15:05:02		Aceito
Outros	oficio abertura conta 03 10 2013.pdf	31/07/2015 15:04:37		Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE WEB.pdf	30/07/2015 15:12:40		Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE.pdf	30/07/2015 15:12:15		Aceito
Outros	anexo 3 - RE-AIM.pdf	30/07/2015 12:18:14		Aceito
Outros	Anexo 2 - ambiente.pdf	29/07/2015 16:24:54		Aceito
Outros	Anexo 1 - Treinamento.pdf	29/07/2015 16:24:31		Aceito
Outros	declaracao prefeitura.pdf	29/07/2015 16:19:49		Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

FLORIANOPOLIS, 25 de Janeiro de 2016

 Assinado por:
 Washington Portela de Souza
 (Coordenador)

Endereço: Universidade Federal de Santa Catarina, Prédio Reitoria II, R. Desembargador Vitor Lima, nº 222, sala 401
 Bairro: Trindade CEP: 88.040-400
 UF: SC Município: FLORIANOPOLIS
 Telefone: (48)3721-8094 E-mail: cep.propes@contato.ufsc.br