

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA  
CENTRO DE DESPORTOS  
CURSO DE GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA LICENCIATURA

**GUSTAVO OLIVEIRA FLORINDO**

**ESTÁGIOS DE MUDANÇA DE COMPORTAMENTO RELACIONADOS À  
ATIVIDADE FÍSICA EM PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA REDE  
PÚBLICA DE FLORIANÓPOLIS - SC**

Florianópolis

2022

**GUSTAVO OLIVEIRA FLORINDO**

**ESTÁGIOS DE MUDANÇA DE COMPORTAMENTO RELACIONADOS À  
ATIVIDADE FÍSICA EM PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA REDE  
PÚBLICA DE FLORIANÓPOLIS - SC**

Trabalho de Conclusão de Curso de Graduação em Educação Física – Hab. Licenciatura, Centro de Desportos/CDS, da Universidade Federal de Santa Catarina/UFSC, como requisito parcial para obtenção do Título de Licenciado em Educação Física.

**Orientador:** Prof. Dr. Cassiano Ricardo Rech  
**Coorientador:** Prof. Dr. Fábio Juner Lanferdini

Florianópolis

2022

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

Florindo, Gustavo Oliveira  
ESTÁGIOS DE MUDANÇA DE COMPORTAMENTO RELACIONADOS À  
ATIVIDADE FÍSICA EM PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA REDE  
PÚBLICA DE FLORIANÓPOLIS - SC / Gustavo Oliveira Florindo ;  
orientador, Cassiano Ricardo Rech, coorientador, Fábio  
Juner Lanferdini, 2022.  
44 p.

Trabalho de Conclusão de Curso (graduação) -  
Universidade Federal de Santa Catarina, Centro de  
Desportos, Graduação em Educação Física, Florianópolis, 2022.

Inclui referências.

1. Educação Física. 2. Educação Física. 3. Atividade Física.  
4. Estágios de Mudança de Comportamento. 5. Barreiras . I.  
Rech, Cassiano Ricardo. II. Lanferdini, Fábio Juner. III.  
Universidade Federal de Santa Catarina. Graduação em  
Educação Física. IV. Título.

Gustavo Oliveira Florindo

**ESTÁGIOS DE MUDANÇA DE COMPORTAMENTO RELACIONADOS À  
ATIVIDADE FÍSICA EM PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA REDE  
PÚBLICA DE FLORIANÓPOLIS - SC**

Este Trabalho de Conclusão de Curso foi julgado adequado para obtenção de Título de Licenciado e aprovado em sua forma final pelo Curso de Educação Física

Florianópolis, 16 de março de 2022.

---

Prof. Dr. Carlos Luiz Cardoso

Coordenador do Curso

---

Prof. Dr. Cassiano Ricardo Rech

Orientador

Universidade Federal de Santa Catarina

---

Prof<sup>ª</sup> Dra. Cíntia De La Rocha Freitas

Avaliadora

Universidade Federal de Santa Catarina

---

Mestranda Olga Maria da Silva Bezerra Cavalvanti

Avaliadora

Universidade Federal de Santa Catarina

## **AGRADECIMENTOS**

Em primeiro lugar gostaria de agradecer aos meus pais Adenilson e Josiane, meu irmão Lucas, minha avó Tereza e minha madrinha Gabriela, por sempre terem me apoiado e dado o suporte necessário em tudo na minha vida.

Ao meu coorientador, Prof. Dr. Fábio Juner Lanferdini, que está comigo desde o início do projeto e sempre me auxiliou e mostrou a luz em meio a escuridão.

Ao meu orientador, Prof. Dr. Cassiano Ricardo Rech, que assumiu minha orientação já no meio do caminho e tornou possível a conclusão deste trabalho.

A todos os meus amigos e colegas, em especial ao Bruno Felisbino, Tainara Delaria e Gabriel Oppa, estes que tornaram a graduação mais divertida. Também a todos os que auxiliaram na divulgação do meu instrumento de coleta de dados.

A todos os meus colegas de trabalho do quartel do Corpo de Bombeiros da Barra da Lagoa, estes que sempre permitiram que eu trabalhasse neste projeto em horário de serviço.

## RESUMO

**Introdução:** profissionais de Educação Física possuem uma importância na promoção de saúde no contexto escolar, incluindo à prática de atividades físicas. Entretanto, pouco se conhece os estágios de prontidão para a atividade física de professores de Educação Física da rede pública de ensino. **Objetivo:** descrever o estágio de prontidão para atividade física em professores de Educação Física docentes na rede pública de ensino do Município de Florianópolis, Santa Catarina. **Métodos:** foi realizado um estudo descritivo, com delineamento transversal, com professores de Educação Física, da rede municipal e estadual de ensino de Florianópolis-SC, no ano de 2021. Todos os professores foram convidados a responder o instrumento que foi aplicado por meio online e investigou: o estágio de prontidão para atividade física (AF); as barreiras para adotar AF de forma regular; as condições de saúde e características de formação profissional, sociodemográficas e de atuação profissional. A análise de dados foi realizada por meio de análise descritiva (média, desvio-padrão e proporções). **Resultados:** as barreiras mais frequentes foram a falta de tempo, excesso de tarefas domésticas e excesso de tarefas laborais; 55% da amostra é composta por sujeitos fisicamente ativos; 87% dos sujeitos não possui dificuldades na prática de AF. O número de barreiras teve relação com o nível de AF de professores de Educação Física da rede pública de ensino da região de Florianópolis-SC, entretanto seu estado de saúde não apresenta tais relações. **Conclusão:** os Estágios de Mudança de Comportamento relacionados a prática de AF dos docentes mostra que boa parte da amostra é ativo, porém possuem muitas barreiras para manter este estágio de comportamento.

**Palavras chave:** Atividade Física; Tempo Livre; Educação Física; Docentes.

## ABSTRACT

**Background:** physical Education teachers have an importance in health promotion in the school context, including the practice of physical activities. However, little is known about the stages of readiness for physical activity of Physical Education teachers in the public school system. **Objective:** to describe the stage of readiness for physical activity in Physical Education teachers in public schools in the city of Florianopolis, Santa Catarina. **Methods:** a descriptive, cross-sectional study was carried out with Physical Education teachers from the municipal and state education network of Florianopolis-SC, in the year 2021. All teachers were invited to respond to the instrument that was applied online, and investigated: the stage of readiness for physical activity (PA); barriers to adopting PA on a regular basis; health conditions and characteristics of professional, sociodemographic and professional training. Data analysis was performed using descriptive analysis (mean, standard deviation and proportions). **Results:** the most frequent barriers were lack of time, excess of domestic tasks and excess of work tasks; 55% of the sample is composed of physically active subjects; 87% of the subjects do not have difficulties in the practice of PA. The number of barriers was related to the PA level of Physical Education teachers from the public school system in the region of Florianopolis-SC, however their health status does not show such relationships. **Conclusion:** the stages behavior changes related to the teachers' PA practice shows that a good part of the sample is active, but they have many barriers to maintain this stage of behavior.

**Keywords:** Physical Activity; Free time; PE; teachers.

## **LISTA DE FIGURAS**

Figura 1 - Tipos de AF que os professores costumam praticar em seu tempo livre .....	23
Figura 2 - Locais utilizados pelos professores para a prática de AF .....	23

## **LISTA DE TABELAS**

Tabela 1 - Dados pessoais da amostra .....	20
Tabela 2 - Dados referente ao estado de saúde e dificuldades relatadas para não praticar AF.	21
Tabela 3 – Dados sobre a realização de AF .....	22
Tabela 4 – Dados acerca de quais são as barreiras frequentes na pratica de AF .....	24

## **LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS**

AF – Atividade Física

CEPSH - Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos

EMC - Estágios de Mudança de Comportamento

GFC – Gerência de Formação Continuada

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística

OMS - Organização Mundial da Saúde

TCLE - Termo de Consentimento Livre Esclarecido

## SUMÁRIO

1	<b>INTRODUÇÃO</b> .....	12
1.1	QUESTÃO NORTEADORA.....	13
1.2	OBJETIVOS.....	13
1.2.1	<b>Objetivo Geral</b> .....	13
1.2.2	<b>Objetivos Específicos</b> .....	13
1.3	JUSTIFICATIVA.....	13
2	<b>REVISÃO DE LITERATURA</b> .....	14
2.1	ATIVIDADE FÍSICA E QUALIDADE DE VIDA NO TEMPO LIVRE.....	14
2.2	PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA .....	15
3	<b>METODOLOGIA</b> .....	16
3.1	CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO.....	16
3.2	POPULAÇÃO DO ESTUDO.....	16
3.3	INSTRUMENTO DE COLETA DE DADOS.....	17
3.4	VARIÁVEIS DO ESTUDO .....	17
3.5	PROCEDIMENTOS DE COLETA DE DADOS.....	17
3.6	ASPECTOS ÉTICOS.....	18
3.7	ANÁLISE DE DADOS.....	19
4	<b>RESULTADOS</b> .....	20
5	<b>DISCUSSÃO DOS RESULTADOS</b> .....	25
6	<b>CONCLUSÃO</b> .....	27
	<b>REFERÊNCIAS</b> .....	28
	<b>APÊNDICE A</b> – Instrumento de coleta de dados.....	32
	<b>APÊNDICE B</b> – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).....	37
	<b>APÊNDICE C</b> – CARTA DE APRESENTAÇÃO (A) .....	40
	<b>APÊNDICE D</b> – CARTA DE APRESENTAÇÃO (B) .....	41
	<b>APÊNDICE E</b> – TERMO DE COMPROMISSO .....	42
	<b>APÊNDICE F</b> – AUTORIZAÇÃO GERÊNCIA DE FORMAÇÃO CONTINUADA .....	43
	<b>APÊNDICE G</b> – AUTORIZAÇÃO SECRETÁRIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO .....	44

## 1 INTRODUÇÃO

De acordo com a revisão de Baumann (2004), foi confirmado o que já estava claro para a comunidade científica, que a atividade física (AF) confere um benefício positivo para a saúde, e é um fator determinante no tratamento e prevenção de diversas doenças. Pensando nisso, este estudo busca compreender melhor como os professores de Educação Física se comportam fisicamente. Segundo o estudo de Dumith (2019), professores que possuam algum hábito de vida saudável, como alimentação ou vida fisicamente ativa, tenham tendências a adquirirem outros hábitos, demonstrando uma maior preocupação com sua saúde. Dumith (2019) também menciona que o nível de AF é proporcional ao escore de qualidade de vida, assim criando outra justificativa para incentivar a prática de atividade física.

A prática de AF é algo complexo de ser entendida, pois cada caso é um caso. Existem diferentes tipos de realidades na vida das pessoas, sendo de caráter financeiro, motivacional, motor, tempo para realizar atividades, entre outras (SOUSA et al. 2013), por isso, se manter saudável fisicamente não é algo fácil, pois envolve vários fatores e sair da zona de conforto é um deles, mas também possuir outras condições sociais e econômicas também. Partindo deste princípio, a prática nas sociedades modernas tem se reduzido, principalmente nas populações de menor renda (GOMES et al. 2001).

Portanto, futuros profissionais da Educação Física que irão atuar nas escolas, têm papel relevante em seguir uma vida saudável, e é de suma importância possuir uma vida fisicamente ativa, para que assim incentivem e estimulem seus alunos a adotarem esse estilo de vida (BIELEMANN et al. 2007). Os alunos de Educação Física serão os próximos professores que servirão como moldadores de ideias e darão o exemplo para uma vida saudável, porém, segundo Palma, Abreu e Cunha (2007), os futuros profissionais da saúde deveriam possuir ativamente mais hábitos saudáveis, e necessitam desconsiderar hábitos que ferem o discurso que é pregado pela sua classe.

Diversos estudos que comparam o nível de AF em docentes da educação física com professores de outras áreas, comprovam o que já era esperado, os professores de Educação Física são fisicamente mais ativos do que seus colegas (RINTALA et al. 2007; PIHL et al. 2002).

## 1.1 QUESTÃO NORTEADORA

A questão de pesquisa do presente estudo foi identificar e avaliar o estágio de prontidão para AF de professores de Educação Física da rede pública de ensino da cidade de Florianópolis e quais fatores estão associados com adoção de estágios de ação e manutenção de práticas de AF no tempo livre?

## 1.2 OBJETIVOS

### 1.2.1 **Objetivo Geral**

O objetivo geral do presente estudo, foi descrever o estágio de prontidão para AF e testar os fatores associados com estágios de ação e manutenção entre professores de Educação Física da rede pública de ensino da cidade de Florianópolis-SC.

### 1.2.2 **Objetivos Específicos**

- (a) Avaliar o estágio de prontidão para a AF no tempo livre de professores de Educação Física da rede pública de ensino em Florianópolis;
- (b) Identificar quais são as principais barreiras para a prática de AF no tempo livre de professores de Educação Física da rede pública de ensino em Florianópolis;
- (c) Descrever as características de formação, atuação profissional e de saúde dos professores de Educação Física da rede pública de ensino em Florianópolis;
- (d) Testar a associação entre as barreiras para AF, as características de formação, atuação profissional e de saúde com a adoção dos estágios de ação e manutenção de professores de Educação Física da rede pública de ensino em Florianópolis.

## 1.3 JUSTIFICATIVA

Professores de Educação Física da rede pública da região de Florianópolis-SC aparentemente se mostram fisicamente ativos a partir da minha visão como ex-aluno de escola da região de Florianópolis-SC. Entretanto, não está claro de fato se professores de Educação Física da região de Florianópolis-SC são fisicamente ativos, bem como quais as possíveis barreiras que estes professores relatam para a prática de AF. Portanto, o presente estudo buscou analisar se os professores de Educação Física da rede pública de Florianópolis-SC estão

seguindo a expectativa adotada (praticam AF regularmente), além de relações do nível de AT com saúde e barreiras reportadas pelos mesmos. A partir da aplicação dos questionários, foi possível analisar o que impede um professor de Educação Física da rede pública de Florianópolis-SC se manter fisicamente ativo.

## **2 REVISÃO DE LITERATURA**

### **2.1 ATIVIDADE FÍSICA E QUALIDADE DE VIDA NO TEMPO LIVRE**

Durante a revolução industrial, a população estava sobrecarregada com as longas jornadas de trabalho (AQUINO; MARTINS, 2007), portanto, foi somente após esse período, através das diversas manifestações realizadas pela classe operária, que o chamado “tempo livre” foi conquistado (AQUINO; MARTINS, 2007). Então, na tentativa de minimizar os estragos causados pelo excesso de trabalho, os empregadores burgueses se dispuseram a financiar pesquisas sobre o lazer e tempo livre, para assim manipularem seus empregados e determinarem como o tempo livre deles deveria ser gasto (RUAS, 2012). O chamado “tempo livre” é aquele em que o indivíduo possui controle sobre suas ações, onde ele tenha liberdade para agir conforme seus valores, sem que haja interferência de terceiros (AQUINO; MARTINS, 2007).

Dito isso, muitas pessoas ao longo dos anos começaram a praticar atividades físicas em seu “tempo livre”, essas pessoas tinham o intuito de melhorar a saúde e a qualidade de vida. Dumith (2019) menciona que o nível de atividade física é proporcional ao escore de qualidade de vida, assim criando uma justificativa para incentivar a prática de atividade física. Muitos conceitos sobre atividade física foram criados, e nas palavras de Caspersen et al. (1985, p. 126) “a atividade física é definida como qualquer movimento corporal, produzido pelos músculos esqueléticos que resultam em gasto energético”.

A qualidade de vida é primordial na vida das pessoas, ela deveria ser o foco final de todo ser humano. O tempo exercido pelo cidadão no mercado de trabalho tem de ser uma ferramenta em busca da melhor qualidade de vida possível, porém, vários fatores colaboram para que isso nem sempre seja possível. Com o passar dos anos, diferentes conceitos de qualidade de vida foram surgindo, porém, o mais disseminado e conhecido atualmente é o da Organização Mundial da Saúde por meio do Grupo Qualidade de Vida (World Health Organization; WHO, 1993, p. 1)

Qualidade de vida é definida como uma percepção individual da posição do indivíduo na vida, no contexto de sua cultura e sistema de valores nos quais ele está inserido e

em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações. É um conceito de alcance abrangente, afetado de forma complexa pela saúde física, estado psicológico, nível de independência, relações sociais e relações com as características do meio ambiente do indivíduo

De acordo com a revisão epidemiológica de Baumann (2004), foi confirmado o que já estava claro para a comunidade científica, que a atividade física confere um benefício positivo para a saúde, sendo um fator determinante no tratamento e precaução de diversas doenças, além de ser fundamental na melhora da qualidade de vida. Seguindo essa lógica, ao passar dos anos, diversos estudos foram desenvolvidos e está cada vez mais concreto que a atividade física no tempo livre é inversamente proporcional à presença de doenças cardiovasculares (PITANGA et al. 2018; LOPES et al. 2010; KRETSCHMER; DUMITH, 2020).

A prática de atividade física é algo complexo de ser entendida, pois cada caso é um caso. E existem diferentes tipos de realidades na vida das pessoas, sendo de caráter financeiro, motivacional, motor, tempo para realizar atividades, entre outras (SOUSA et al. 2013), por isso, se manter saudável fisicamente não é algo fácil, pois envolve vários fatores, sair da zona de conforto é um deles. Partindo deste princípio, a prática nas sociedades modernas tem se reduzido, principalmente nas populações mais carentes (GOMES et al. 2001). Historicamente, as mulheres são mais sedentárias no tempo livre em relação aos homens (PITANGA; LESSA, 2005; GOMES et al. 2001; COSTA et al. 2003), isto, de acordo com Eyler (1998 apud OLIVEIRA, 2000), os principais motivos do sedentarismo nas mulheres são a falta de motivação, apoio social, responsabilidades domésticas, situação conjugal e possuir filhos pequenos.

## 2.2. PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Os futuros profissionais da Educação Física que irão atuar nas escolas, deverão seguir o exemplo de vida saudável, e entender que a Educação Física na escola não é o lugar ideal para a prática de atividade física com o intuito de manutenção da saúde, ela deve ter o objetivo de auxiliar os discentes na aprendizagem de conceitos e técnicas que os incentivem a adquirirem hábitos saudáveis fora do ambiente escolar, assim, para os professores é de suma importância possuir uma vida fisicamente ativa, auxiliando no exemplo passado para seus alunos (BIELEMANN et al. 2007; VECCHIO, 2011). Para a sociedade, os professores de Educação Física servirão como moldadores de ideias e darão o exemplo para uma vida saudável, portanto, devem possuir o conhecimento necessário sobre os males do sedentarismo e os benefícios de se manter ativo. Entretanto, segundo Palma, Abreu e Cunha (2007), os futuros profissionais da

saúde deveriam possuir ativamente mais hábitos saudáveis, e necessitam desconsiderar fatores que ferem o discurso que é pregado pela sua classe.

Segundo o estudo de Dumith (2019), notou-se que professores que possuam algum hábito de vida saudável, como alimentação ou vida fisicamente ativa, tenham tendências a adquirirem outros hábitos, demonstrando uma maior preocupação com sua saúde. A presença de uma boa estrutura na escola em que o professor exerce sua função, pode se tornar um fator positivo na prática de atividade física (SOUZA; COSTA, 2011). Portanto, alguns estudos evidenciam que a prática de atividade física por parte dos docentes no geral, é preocupante, de acordo com Dias et al. (2017) foi notado que a grande parcela dos docentes universitários de uma universidade pública do Paraná se encontra fisicamente inativos, onde mais da metade está em situação de risco, apresentando sobrepeso ou obesidade, prejudicando assim sua saúde e qualidade de vida.

Vários estudos que comparam o nível de atividade física em docentes da Educação Física com professores de outras áreas, comprovam o que já era esperado, os professores de Educação Física são fisicamente mais ativos do que seus colegas (RINTALA et al. 2007; PIHL et al. 2002). Canabarro et al. (2010) mostram que a maioria dos professores de Educação Física no ensino básico são fisicamente mais ativos no lazer do que a população brasileira em geral. Em um estudo realizado com profissionais da Educação Física que trabalham em uma academia em Ubá-MG, mostrou que o nível de atividade física deles foi considerado alto, uma vez que 51,60% foram considerados muito ativos (AFONSO et al. 2017), porém, isto já era previsto, pois os professores de academia possuem o seu corpo como principal ferramenta de marketing do seu trabalho, diferente dos docentes em escolas.

### **3 METODOLOGIA**

#### **3.1 CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO**

Este estudo é caracterizado como do tipo descritivo, de coorte transversal, com foco em professores de Educação Física, que atuam na rede pública de ensino em Florianópolis, Santa Catarina, Brasil, no ano de 2021. “Estudos transversais são estudos que visualizam a situação de uma população em um determinado momento, como instantâneo da realidade” (ROUQUAYROL; ALMEIDA, 2006 apud ARAGÃO, 2011, p. 60)”.

### 3.2 POPULAÇÃO DO ESTUDO

A pesquisa contou com a participação de professores de Educação Física de todos os níveis de ensino, que atuam em escolas públicas do município de Florianópolis, vinculados a escolas municipais ou estaduais. O convite para participar do presente estudo, foi enviado através de E-mail, ou aplicativo WhatsApp. A amostra foi composta pelos professores de Educação Física que aceitaram o convite para participarem da pesquisa e responderam os respectivos questionários.

Os sujeitos incluídos nesse estudo possuíram minimamente os seguintes critérios: (1) graduação no curso de Educação Física - Licenciatura; (2) estar trabalhando em alguma escola da rede pública de Florianópolis; (3) possuir ao menos 1 ano de trabalho na área; (4) concordar em assinar o termo de consentimento livre esclarecido (TCLE). Além disso, foram excluídos do presente estudo os sujeitos que: (1) não responderam ao questionário de acordo com o solicitado; (2) portador(a) de doença musculoesquelética que inibe a realização de atividades físicas; (3) professores que apresentarem algum tipo de doença no Sistema Nervoso Central.

### 3.3 INSTRUMENTO DE COLETA DE DADOS

O procedimento de coleta foi realizado por meio de um formulário do Google Documents (disponível eletronicamente). Este formulário contém um questionário continha questões pessoais (idade e massa corporal), profissionais (escolaridade e docência), rotinas de exercícios e atividades físicas, e qualidade de vida (APÊNDICE A), que foi criado especificamente para este estudo. A constituição do respectivo formulário continha questões aos EMC a partir da abordagem de Prochaska e Marcus (1994) e barreiras frequentes na prática de AF a partir do que foi proposto por Martins e Petroski (2000).

### 3.4 VARIÁVEIS DO ESTUDO

O nível de AF no tempo livre foi avaliado por meio do questionário IPAQ no domínio de lazer. As barreiras para a realização de atividade física forma avaliadas por meio da escala de Martins e Petroski (2000) e os Estágios de Mudança de Comportamento (EMC) estimados por meio das questões propostas por Prochaska e Marcus (1994). Além disso, foram mensuradas as variáveis de duração da AF, tipo de atividade física, local de realização da atividade física, tipo de prática esportiva, estado de saúde. As medidas de massa corporal e estatura foram obtidas e calculado o Índice de massa corporal (IMC) (MOS, 20180. Questões formação universitária, formação em Educação Física, tipo de contrato de trabalho, idade, sexo, situação conjugal, tipo de moradia e número de filhos também foram avaliados.

### 3.5 PROCEDIMENTOS DE COLETA DE DADOS

Inicialmente foi realizado o contato com a Gerência de Formação Continuada (GFC) e com a Secretária de Estado da Educação, para obter autorização do município e do estado para realizar a pesquisa. Logo após, o aceite dos professores, os mesmos assinaram o TCLE (APÊNDICE B), após concluída esta etapa, os pesquisados receberam através de E-mail, ou Aplicativo WhatsApp o *link* com o formulário para responderem a pesquisa. O instrumento continha questões abertas e fechadas que abordam perguntas pessoais e relacionadas a prática de AF, ou seja, com qual frequência os participantes praticavam AF, quais eram as principais barreiras que a amostra percebia para não praticar AF. Todos os procedimentos de coleta de dados somente foram realizados após aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CEPSH) e foram realizados durante o segundo semestre de 2021.

### 3.6 ASPECTOS ÉTICOS

Inicialmente foi realizado o contato com a Secretaria de Educação do Município de Florianópolis, por meio da Gerência de Formação Continuada, e com a Secretária de Estado da Educação de Santa Catarina, para fazer o convite à participação na pesquisa e obter o seu consentimento. Após o aceite das Secretarias de Educação, os participantes deveriam assinar um TCLE (APÊNDICE B), que constou todos os benefícios e riscos da pesquisa a qual foram submetidos.

Os possíveis riscos em participar da pesquisa foram: 1) Sentir-se constrangido por parte de alguma pergunta realizada no questionário; 2) quebra de sigilo (eventualmente de maneira involuntária e não intencional). Todas as questões abordadas no questionário foram minuciosamente formuladas para evitar que haja qualquer desconforto aos participantes. O presente projeto de pesquisa frisa também que caso haja algum desconforto por parte de alguma questão, você participante, tem direito de não responder. Os autores destacam também que somente os envolvidos diretamente na pesquisa tiveram acesso aos dados coletados, para assim evitar qualquer quebra de sigilo. Em relação aos benefícios do participante, a participação nesta pesquisa possibilitará que o participante da pesquisa entenda qual o seu nível de prontidão para a prática de AF. Além de ser disponibilizado também os estágios de mudança de comportamento relacionados à prática de AF. Outro benefício aos participantes foram a disponibilização de um relatório com as principais informações acerca da pesquisa realizada ao final das coletas de dados. O presente projeto de pesquisa, também disponibilizará novos dados científicos para a sociedade em geral, e principalmente para o município de Florianópolis, que

poderá analisar as condições sociais, econômicas e nível de prontidão para a prática de atividade física de seus professores de Educação Física.

Anteriormente ao início das coletas de dados, o presente projeto foi enviado ao Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CEPSH) da UFSC (**Endereço: Rua Desembargador Vitor Lima, nº 222, Trindade, Florianópolis / SC. Telefone para contato: 3721-6094**). O CEPSH é um órgão colegiado interdisciplinar, deliberativo, consultivo e educativo, vinculado à UFSC, mas independente na tomada de decisões, criado para defender os interesses dos participantes da pesquisa em sua integridade e dignidade e para contribuir no desenvolvimento da pesquisa dentro de padrões éticos.

### 3.7 ANÁLISE DE DADOS

A análise de dados foi realizada por meio do método de categorização a partir das respostas oriundas das questões abertas e fechadas do questionário. As questões fechadas não tiveram discurso para analisar, pois os dados foram restritos e objetivos, com respostas em múltiplas alternativas ou dicotômicas (SIM ou NÃO), assim o participante do presente estudo não pode discorrer sobre o assunto (BARTELMÉBS, 2013). Nas questões abertas, não há sugestões de respostas e os participantes tiveram liberdade para se expressarem da maneira que preferirem, além de ser necessário um maior esforço por parte do participante para a elaboração das respostas (GUNHTER; JÚNIOR, 2012). A fim de quantificar as respostas obtidas, foram calculadas frequências absoluta e relativa para cada resposta (categoria) obtida pela aplicação do questionário.

Os estágios de mudança de comportamento (EMC) relacionados a prática de AF foram analisadas baseado na abordagem proposta por Prochaska e Marcus (1994), que divide a amostra em cinco grupos: Pré-Contemplação: Não realiza AF e não pensa em começar; Contemplação: Não realiza AF, porém pensa em começar; Preparação: Realiza AF, mas não regularmente; Ação: Realiza AF regularmente, mas iniciou nos últimos 6 meses; Manutenção: Realiza AF regularmente há mais de seis meses.

A análise e estatística dos dados consistiu em qualificar e quantificar as respostas absolutas (N) e relativas (%) obtidas pela aplicação dos questionários. Além do mais, foi realizado o teste de Qui-Quadrado para verificar a associação entre as barreiras e o nível de AF, bem como o estado de saúde e o nível de AF de professores de Educação Física da rede pública de ensino da cidade de Florianópolis-SC. O software SPSS 22.0 for Windows foi utilizado para todas as análises, com nível de significância de  $\alpha = 0,05$ .

Para determinar a AF = Insuficientemente ativo, foi considerado ( $> 150$  minutos semanais) e ativo ( $< 150$  minutos semanais). Em relação as barreiras = Poucas Barreiras (0-1); Moderadas Barreiras (2-4) e Muitas Barreiras (5  $<$ ).

#### **4 RESULTADOS**

O presente estudo teve a participação de 31 docentes de Educação Física que estão em exercício na rede pública de ensino de Florianópolis-SC, Brasil. Dentre os docentes que responderam os questionários deste trabalho, 48% dos participantes são do sexo masculino, enquanto 52% são do sexo feminino (Tabela 1). Os professores apresentaram idade  $43 \pm 8$  anos; estatura  $171,8 \pm 12,1$  cm; e massa corporal  $78,4 \pm 18,3$  kg.

Além do mais, o teste de Qui-Quadrado demonstrou entre as barreiras e o nível de AF de professores de educação física da rede pública de ensino da região de Florianópolis-SC (Razão de Verossimilhança = 10,65;  $p = 0,005$ ). Em outras palavras, professor que responderam existir mais barreiras para a prática de AF, são o que possuem menor nível de AF. Entretanto, o estado de saúde dos professores não possui associação com o nível de AF (Razão de Verossimilhança = 5,30;  $p = 0,151$ ).

**Tabela 1.** Resultados de frequência absoluta (N) e relativa (%) acerca de dados pessoais de professores de Educação Física da rede pública de ensino da região de Florianópolis, Santa Catarina, Brasil.

<b>VARIÁVEIS</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Sexo</b>		
Masculino	15	48,4
Feminino	16	51,6
<b>Situação conjugal</b>		
Solteiro/Vivendo só	8	25,8
Casado/Vivendo com alguém	23	74,2
<b>Tipo de moradia</b>		
Casa Própria	23	74,2
Casa Alugada	5	16,1
Casa de Parentes	2	6,5
Não Responderam	1	3,2
<b>Possui filhos</b>		
Sim	15	48,4
Não	16	51,6
<b>Número de filhos</b>		
Nenhum	16	51,6
1	7	22,6
2	7	22,6
3	1	3,2
<b>Conclusão da graduação</b>		
Faculdade Privada	5	16,1
Faculdade Pública	26	83,9
<b>Tipo de formação acadêmica</b>		
Licenciatura	6	19,4
Licenciatura Plena	22	71
Licenciatura e Bacharelado	3	9,7
<b>Contrato de trabalho</b>		
Efetivo/Concursado	21	67,7
Temporário/ACT	10	32,3

Na Tabela 2 são apresentados os resultados referentes as condições de vida profissional e saúde dos profissionais. Entre os professores, 42% afirmam que seu estado de saúde é muito ruim ou regular e 58% dos participantes estão com a saúde boa ou ótima. Acerca da relação entre saúde e prática de AF, 13% dos sujeitos relatam que devido a seu estado de saúde, possuem dificuldades para praticar AF, enquanto 87% não possuem dificuldades na pratica de AF. A partir dos dados coletados, quatro sujeitos possuem dificuldades na prática de AF, segundo eles, as dificuldades são: desmotivação, ansiedade, dores na prática e obesidade

(Tabela 2). Além disso, quando perguntado para os participantes da pesquisa em relação a satisfação com a massa corporal atual, 16% indivíduos relatam que estão muito satisfeitos, 29% se encontram satisfeito, 23% não estão nem satisfeito/nem insatisfeito, 26% relatam insatisfação com a atual massa corporal e 7% se encontram muito insatisfeitos (Tabela 2).

**Tabela 2.** Resultados de frequência absoluta (N) e relativa (%) referente ao estado de saúde e dificuldades relatadas para não praticar atividade física (AF) por professores de educação física da rede pública de ensino da região de Florianópolis, Santa Catarina, Brasil.

<b>VARIÁVEIS</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Estado de saúde</b>		
Muito Ruim	2	6,5
Regular	11	35,5
Bom	15	48,4
Ótimo	3	9,7
<b>Dificuldade de praticar AF</b>		
Sim	4	12,9
Não	27	87,1
<b>Dificuldades na prática de AF devido a saúde</b>		
Desmotivação	1	3,2
Ansiedade	1	3,2
Dores	1	3,2
Obesidade	1	3,2
Não Dificulta	27	87,1
<b>Satisfação com a massa corporal atual</b>		
Muito Satisfeito	5	16,1
Satisfeito	9	29
Nem Satisfeito/Nem Insatisfeito	7	22,6
Insatisfeito	8	25,8
Muito Insatisfeito	2	6,5

Outras questões realizadas aos professores foram relacionadas a prática de AF. A partir das repostas dos 31 professores, dois (7%) responderam que não praticam nenhum tipo de AF, porém pensam em começar, 10 (32%) realizam algum tipo de AF, mas não de maneira regular, outros cinco (16%) iniciaram AF regularmente nos últimos 6 meses, e 14 (45%) dos entrevistados são fisicamente ativos a mais de seis meses. Portanto, destes 31 professores que compõem a amostra, 19 deles praticam AF de maneira regular. Todavia, semanalmente 5% dos sujeitos da amostra praticam AF uma vez por semana, enquanto que 26% praticam AF três dias

na semana, outros 47% utilizam quatro dias na semana para a prática de AF, 11% dos indivíduos faz AF 5 dias na semana, e outros 11% praticam AF durante seis dias por semana.

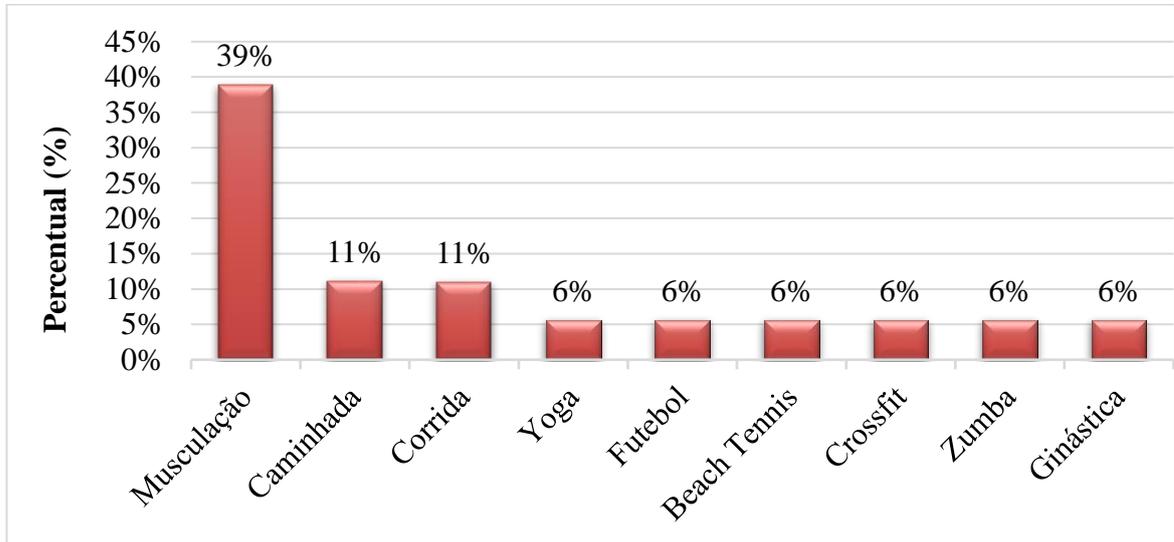
A cerca do tempo que os participantes dedicam a AF durante a semana, 11% dos professores praticam AF durante 120 minutos na semana, 32% utilizam 180 minutos na semana para praticar AF, outros 26% dedicam 240 minutos semanais para AF, 11% relatam que fazem uso de 330 minutos de sua semana para se dedicarem a AF, e 21% dos participantes utilizam 510 minutos semanais para praticar AF (Tabela 3).

**Tabela 3.** Resultados de frequência absoluta (N) e relativa (%) sobre a realização de atividade física (AF) por professores da rede pública de ensino da região de Florianópolis, Santa Catarina, Brasil.

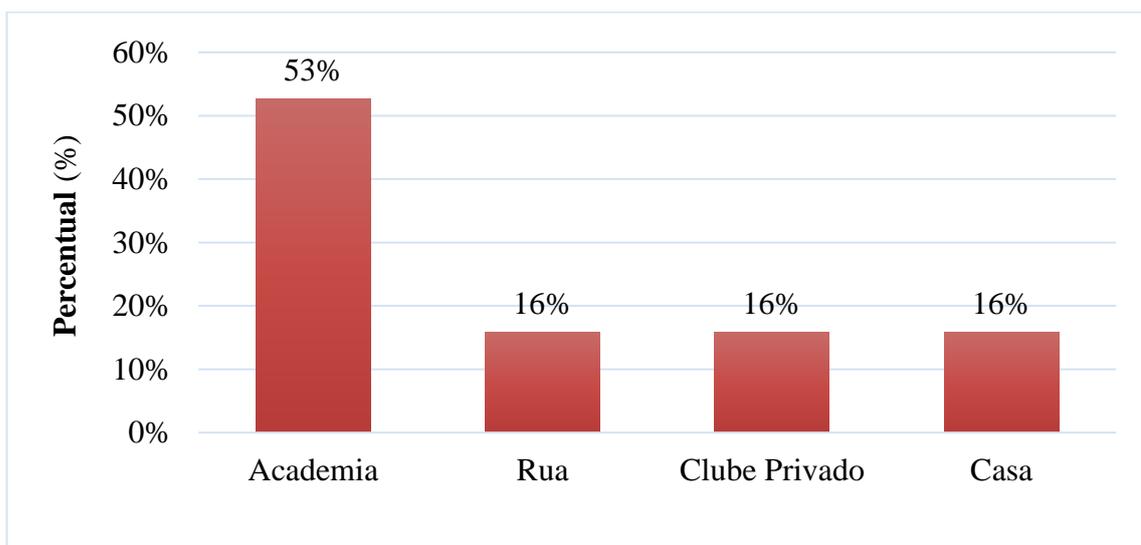
<b>Realização de AF</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Não realiza AF, mas pensa em começar(contemplação)	2	6,5
Realiza AF, mas não regularmente (preparação)	10	32,3
Realiza AF regularmente, mas iniciou nos últimos 6 meses(ação)	5	16,1
Realiza AF regularmente há mais de 6 meses(manutenção)	14	45,2
<b>Dias por semana que realiza AF</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
2 Dias	1	5,3
3 Dias	5	26,3
4 Dias	9	47,4
5 Dias	2	10,5
6 Dias	2	10,5
<b>Tempo por semana que realiza AF</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
120 min	2	10,5
180 min	6	31,6
240 min	5	26,3
330 min	2	10,5
510 min	4	21,1

Em relação aos locais utilizados e tipos de AF realizadas pelos professores que compõem a amostra, a maioria faz uso da academia (53%) e a principal AF realizada é a musculação (39%), como pode ser visualizado nas Figuras 1 e 2.

**Figura 1.** Resultados de frequência relativa (%) referente ao tipo de atividade física (AF) que os professores de educação física da rede pública de ensino da região de Florianópolis, Santa Catarina, Brasil, costumam praticar em seu tempo livre. (Figura 1).



**Figura 2.** Resultados de frequência relativa (%) referente aos locais que são utilizados pelos professores de educação física da rede pública de ensino da região de Florianópolis, Santa Catarina, Brasil.



Na tabela 4, são apresentados os resultados das principais barreiras relatadas pelos professores de Educação Física da rede pública de ensino da região de Florianópolis, Santa Catarina, Brasil para a prática de AF no tempo livre, também é visto o que menos é considerado um empecilho para a prática de AF para esta classe.

**Tabela 4.** Resultados de frequência absoluta (N) e relativa (%) referente a quais são as barreiras frequentes para praticar atividade física (AF) em seu tempo livre de professores de educação física da rede pública de ensino da região de Florianópolis, Santa Catarina, Brasil.

	SIM		NÃO	
	N	%	N	%
<b>Falta de Tempo</b>	24	82,8	5	17,2
<b>Excesso de Tarefas Domésticas</b>	16	72,7	6	27,3
<b>Excesso de Tarefas Laborais</b>	16	72,7	6	27,3
<b>Falta de Companhia</b>	15	57,7	11	42,3
<b>Falta de Motivação</b>	15	68,2	7	31,8
<b>Preguiça</b>	15	68,2	7	31,8
<b>Falta de Segurança nos Locais</b>	13	50	13	50
<b>Falta de Recursos Financeiros</b>	12	46,2	14	53,8
<b>Falta de Locais Adequados</b>	12	44,4	15	55,6
<b>Fatores Climáticos</b>	11	50	11	50
<b>Falta de Estrutura e Equipamento</b>	8	30,8	18	69,2
<b>Dores e Desconfortos na Prática</b>	8	26,7	14	63,6
<b>Falta de Interesse</b>	6	27,3	16	72,7
<b>Medo de Lesão</b>	6	27,3	16	72,7
<b>Dificuldade de Deslocamento</b>	6	27,3	16	72,7
<b>Falta de Habilidades Físicas</b>	3	13	20	87
<b>Idade Avançada</b>	3	13,6	19	86,4
<b>Falta de Orientação Adequada</b>	2	8,7	21	91,3
<b>Doença na Família</b>	2	9,1	20	90,9

## 5 DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

O objetivo do presente estudo foi descrever o estágio de prontidão para AF e testar os fatores associados com estágios de ação e manutenção entre professores de Educação Física da rede pública de ensino da cidade de Florianópolis-SC. De modo geral, os principais achados foram: 1) a maioria dos participantes avaliados estão no estágio de ação/manutenção de AF; 2) a academia é o local mais utilizado para a prática de AF, sendo a musculação a AF mais praticada pela classe; 3) as principais barreiras para a prática de AF são a falta de tempo e excesso de tarefas; 4) mais de 83% da amostra é formada em faculdade pública; 5) 27 dos 31 participantes da pesquisa não possuem dificuldades na prática de AF; 6) O número de barreiras influencia o nível de AF de professores de Educação Física da rede pública de ensino da região de Florianópolis-SC, entretanto seu estado de saúde não apresenta tais relações.

Através da análise de dados, pode-se observar que os EMC relacionados a prática de AF, demonstraram que quando agrupados essas categorias em dois grupos, os sujeitos inativos (pré-contemplação, contemplação e preparação) dos ativos (ação e manutenção), pode-se observar que 61% da amostra é composto por ativos e 39% é caracterizada por inativos. Entretanto, quando utilizamos o critério da Organização Mundial da Saúde - OMS, que propõe o mínimo de 150 minutos semanais para a prática de AF, vemos que a quantidade de sujeitos fisicamente ativos diminui para 55% (WHO, 2010).

Na docência, é preciso estar focado, com a saúde e raciocínio em dia, portanto, a AF é de suma importância para esta classe, isto pois, segundo alguns estudos, a AF propicia melhorias na aprendizagem e na saúde, além de diminuir os riscos de distúrbios mentais, como a depressão, demência, a AF também auxilia no processamento cognitivo (OLIVEIRA et al. 2011; BENEDETTI et al. 2008; COSTA; SOARES; TEIXEIRA, 2007). De acordo com o presente estudo, 13% da amostra apresenta dificuldades na prática de AF, e segundo os participantes, essas dificuldades são: desmotivação, dores, ansiedade e obesidade. Entretanto, devido a inúmeros estudos, está claro que a AF é benéfica para a saúde, ela contribui para o tratamento e prevenção dessas e diversas outras doenças, como: as doenças cardiovasculares, obesidade, além de ser inversamente proporcional a mortalidade por todas as causas (NAHAS, 2017). Portanto, como tratado anteriormente, 55% dos docentes são fisicamente ativos, se usarmos o critério da OMS, entretanto, este número não é elevado se partirmos do pressuposto que a amostra é composta por profissionais da área da saúde que possuem como um de seus objetivos incentivarem seus alunos a criarem hábitos e terem uma vida mais saudável.

Entretanto, o estado de saúde dos professores não possui associação com o nível de AF, este dado se diverge com o que mostra a literatura (DUMITH, 2019). Todavia, este achado pode estar relacionado ao fato de os professores desta amostra apresentarem bom/ótimo estado de saúde, que possivelmente estão relacionados a idade, bons hábitos alimentares, entre outros fatores.

De acordo com os resultados, as principais barreiras para a prática de AF para os professores de Educação Física da rede pública de Florianópolis são: falta de tempo; excesso de tarefas domésticas, excesso de tarefas laborais, falta de companhia, falta de motivação e preguiça. Segundo um estudo do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE (2017), o qual buscava avaliar a prática de AF em pessoas com mais de 15 anos, foi visto que a falta de tempo foi a principal barreira para a não prática de AF. Pesquisas com diferentes populações mostraram que a jornada de trabalho extensa foi o principal opositor na prática de AF (GONÇALVES, 2016; RIGONI et al. 2012; DAMBROS et al. 2011). Os dados também demonstram que a falta de habilidades físicas, idade avançada, falta de orientação adequada e doença na família são as barreiras menos frequentes relatadas pelos participantes do estudo. Possível hipótese é que essas barreiras não são frequentes devido ao nível de esclarecimento por parte da amostra. Quando falamos de idade avançada, está hipótese se assemelha a de Dumith (2019), este que analisou que professores com idade avançada foram mais ativos no lazer. Além do mais, foi encontrada associação entre as barreiras e o nível de AF de professores de educação física da rede pública de ensino da região de Florianópolis-SC. Em outras palavras, professores que responderam existir mais barreiras para a prática de AF, são o que possuem menor nível de AF. Esses dados possuem associação com um estudo realizado em 2011, este que demonstra que a inatividade física no lazer possui associação com barreiras relatadas por trabalhadores da indústria no Sul do Brasil (SILVA et al. 2011). Outro estudo que também se assimila com os dados adquiridos no presente estudo, foi o de Cardoso et al. (2020) estes que mostraram que quanto maior o índice negativo do estilo de vida, maior o número de barreiras.

Não houve diferenças percentuais entre homens e mulheres na questão sobre a falta de segurança e excesso de tarefas domésticas serem uma barreira para a prática de AF. Entretanto, culturalmente as mulheres possuem maior excesso de tarefas domésticas que os homens, portanto, não podemos levar este dado coletado em consideração, isto devido à baixa quantidade de mulheres presentes no estudo. Em 2015, as mulheres dedicavam 7,5 horas a mais que os homens em tarefas domésticas (Retrato das Desigualdades de Gênero e Raça – 1995 a 2015).

As academias são excelentes lugares para a prática de AF, em vista disso, este foi o principal local utilizado na prática de AF (53%) pela amostra e a musculação foi a AF mais praticada, isto se dá, pois, a academia é responsável por trazer uma sensação de bem-estar, melhoria na saúde e estética, além de ser um excelente local para se socializar com outros indivíduos (LIZ E ANDRADE, 2016).

Portanto, as aplicações práticas do presente estudo evidenciam que as barreiras influenciam o nível de AF de professores de Educação Física da rede pública de ensino na região de Florianópolis-SC, ou seja, políticas públicas adequadas poderiam minimizar tais efeitos e aumentar o nível de AF de docentes. Por outro lado, o estado de saúde não é afetado pelo nível de AF em professores da rede pública de ensino na região de Florianópolis-SC. Estes resultados precisam ser novamente testados em novos estudos, visto que a amostra foi constituída por somente 31 professores de Educação Física, que na sua maioria apresentaram bom/ótimo estado de saúde. Por fim, a pandemia de COVID-19 pode ter afetado o nível de AF de docentes de Educação Física da rede pública de ensino da região de Florianópolis-SC. Além do mais, outra limitação do presente estudo foi ter realizado a aplicação dos questionários somente de maneira remota, devido a pandemia de COVID-19 e, portanto, sugerimos que estudos futuros testem tais efeitos em situações “normais” com a aplicação de questionários e testes físicos de maneira presencial.

Todavia, os resultados do presente estudo são de suma importância para entender os EMC em professores de Educação Física da rede pública de ensino da região de Florianópolis-SC. Portanto, estratégias para a redução do nível de barreiras podem ser adotadas por órgão públicos para facilitar a prática de AF por professores e assim propiciar melhor do nível de AF e como consequência possivelmente fatores relacionados a saúde desta população.

## **6 CONCLUSÃO**

O estudo evidenciou que a maior parte dos docentes não possui dificuldades na prática de AF e é composta por sujeitos ativos fisicamente, além de estarem majoritariamente no EMC relacionados a prática de AF “ação e manutenção”. Através do teste Qui-Quadrado, foi visto que a quantidade de barreiras influencia no nível de AF. As principais barreiras estão relacionadas a falta de tempo e excesso de tarefas, e as menos frequentes foram falta de habilidades físicas e idade avançada.

## REFERÊNCIAS

- AFONSO, José Aurélio et al. Nível de Atividade Física dos Professores de Educação Física nas Academias de Ubá-MG. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, v. 11, n. 66, p. 293-300, 2017.
- AQUINO, Cassio Adriano Braz; MARTINS, José Clerton de Oliveira. Ócio, lazer e tempo livre na sociedade do consumo e do trabalho. **Revista Mal-Estar e Subjetividade**, v. 7, n. 2, p. 479- 500, 2007.
- ARAGÃO, Júlio. Introdução aos estudos quantitativos utilizados em pesquisas científicas. **REVISTA PRÁXIS**, v. 3, n. 6, p. 59-62, 2011.
- BARTELMERBS, Roberta Chiesa. Analisando os dados na pesquisa qualitativa. **Metodologia de Estudos e Pesquisas em Educação**, 2013.
- BAUMAN, AE. Updating the evidence that physical activity is good for health: an epidemiological review 2000-2003. **Journal of Science and Medicine in Sport**. v.7, n.1, p. 6-19, 2004.
- BENEDETTI, Tânia R Bertoldo; BORGES, Lucélia Justino; PETROSKI, Edio Luiz; GONÇALVES, Lúcia Hisako Takase. Atividade física e estado de saúde mental de idosos. **Revista Saúde Pública**, v. 42, n. 2, p. 302-307, 2008.
- BIELEMANN, Renata; KARINI, Gicele; AZEVEDO, Mario Renato; REICHERT, Felipe Fossati. Prática de atividade física no lazer entre acadêmicos de educação física e fatores associados. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v.12, n.3, p. 65-72, 2007.
- CANABARRO, Lúcio Kerber et al. Nível de atividade física no lazer dos professores de educação física do ensino básico. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v. 16, n. 1, p. 11-17, 2011.
- CASPERSEN, Carl J. et al. Physical activity, exercise and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research. **Public Health Report**, v. 100, n. 2, p. 126-131, 1985.
- CARDOSO, Berta Leni Costa; ALMEIDA, Ariane Ramos de; RODRIGUES, Geysa Magalhães; FAGUNDES, Heldina Pereira Pinto; NUNES, Cláudio Pinto. Estilo de Vida e Barreiras para a Prática de Atividade Física de Docentes Universitários, **Teoria e Prática da Educação**, v. 23, n.3, p. 132-149, 2020.
- COSTA, Rudy Alves; SOARES, Hugo Leonardo Rodrigues; TEIXEIRA, José Antônio Caldas. Benefícios da Atividade Física e do Exercício Físico na Depressão. **Revista do Departamento de Psicologia - UFF**, v. 19, n. 1, p. 269-276, 2007.
- DAMBROS, Daniela Dressler; LOPES, Luis Felipe Dias; SANTOS, Daniela Lopes. Barreiras percebidas e hábitos de atividade física de adolescentes escolares de uma cidade do sul do Brasil. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, v. 13, n. 6, p. 422-428, 2011.
- DIAS, Jaqueline et al. Prática de atividade física em docentes do ensino superior: foco na qualidade de vida. **Escola Anna Nery**, v. 21, n. 4, p. 1-6, 2017.

- DUMITH, Samuel Carvalho. Atividade física e qualidade de vida de professores universitários. **Caderno Saúde Coletiva**, v. 28, n. 3, p. 438-446, 2020.
- ELIANY, Nazaré Oliveira; AGUIAR, Rômulo Carlos de; ALMEIDA, Maria Tereza Oliveira; CORDEIRO, Sara Eloia; QUEIROZ, Tâmia Lira. Benefícios da Atividade Física para Saúde Mental. **Saúde Coletiva**, v. 8, n. 50, p. 126-130, 2011.
- FERREIRA, Lílian Aparecida. **O Professor de Educação Física no Primeiro Ano da Carreira: Análise da Aprendizagem Profissional a Partir da Promoção de um Programa de Iniciação à Docência**. São Carlos, 2005.
- GOMES, Valéria Barbosa; SIQUEIRA, Kamile Santos; SICHIERI, Rosely. Atividade física em uma amostra probabilística da população do município do Rio de Janeiro. **Caderno Saúde Pública**, v. 17, n. 4, p. 969-976, 2001.
- GONÇALVES, Carlos Alexandre Moreira Gonçalves. **Barreiras à prática de exercício físico no tempo de lazer dos utentes adultos de um Centro de Saúde**, 2016.
- GUNTHER, Hartmut; JÚNIOR, Jair Lopes. Perguntas abertas versus perguntas fechadas: uma comparação empírica. **Revista Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 6, n. 2, p. 203-213, 2012.
- INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA – IBGE. **Práticas de Esporte e Atividade Física**, 2017.
- INSTITUTO DE PESQUISA ECONÔMICA APLICADA – IPEA. **Retrato de Desigualdades de Gênero e Raça – 1995 a 2015**.
- KRETSCHMER, Andressa Carine; DUMITH, Samuel Carvalho. Prática de atividade física no lazer e ambiente percebido: um estudo de base populacional com adultos e idosos do Sul do Brasil. **Revista Brasileiro de Epidemiologia**. v. 23, p.1-13, 2020.
- LIZ, Carla Maria de; ANDRADE, Alexandre. Análise qualitativa dos motivos de adesão e desistência da musculação em academias, **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 38, n.3, p. 267-274, 2016.
- LOPES, João Altamiro et al. Fatores associados à atividade física insuficiente em adultos: estudo de base populacional no sul do Brasil. **Revista Brasileiro de Epidemiologia**, v. 13, n. 4, p. 689-698, 2010.
- MARTINS, Marcelle de Oliveira; PETROSKI, Edio Luiz. Mensuração da Percepção de Barreiras para a Prática de Atividades Físicas: uma proposta de instrumento. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, v. 2, n. 1, p. 58-65, 2000.
- NAHAS, Markus Vinicius. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo**, v. 7, p. 63, 2017.
- OLIVEIRA, Cátia Cristina Martin de et al. **Atividade Física de Lazer e Sua Associação Com Variáveis Demográficas e Outros Hábitos Relacionados à Saúde em Funcionários de Banco Estatal**. Rio de Janeiro, 2000.
- PALMA, Alexandre; ABREU, Raquel Azevedo; CUNHA; Cristina de Almeida. Comportamentos de risco e vulnerabilidade entre estudantes de Educação Física. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 10, n. 1, p. 117-26, 2007.

PIHL, E; MATSIN, T; JURIMAE, T. Physical Activity, Musculoskeletal Disorders and Cardiovascular Risk Factors in Male Physical Education Teachers. **Journal of Sports Medicine and Physical Fitness**, v. 42, n. 4, p. 466-471, 2002.

PITANGA, Francisco Godim et al. Atividade Física no Tempo Livre, porém não Atividade Física no Deslocamento, está Associada com Risco Cardiovascular em Participantes do ELSA-Brasil. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, v. 110, n. 1, p. 36-43, 2018.

PITANGA, Francisco Godim; LESSA, Ines. Prevalência e Fatores Associados ao Sedentarismo no Lazer em Adultos. **Caderno Saúde Pública**, v. 21, n. 3, p. 870-877, 2005.

PITANGA, Francisco Godim et al. Prevalência e Fatores Sociodemográficos e Ambientais Associados à Atividade Física no Tempo Livre e no Deslocamento em Adultos. **Revista Motricidade**, v. 10, n.1, p. 3-13, 2014.

PROCHASKA, J.O.; MARCUS, B. **The transteoretical model: applications to exercise. In: DISHMAN, R.K. Advances in exercise adherence. Champaign: Human Kinetics, 1994. p.161-80**

PROGRAMME ON MENTAL HEALTH – WHOQOL. (1997). **WHOQOL Measuring Quality of Life**. Disponível em: [https://www.who.int/mental\\_health/media/68.pdf](https://www.who.int/mental_health/media/68.pdf). Acesso em: 15 de abril de 2021.

QUINTINO, Priscila Luana; SILVA, Diego Augusto Santos; PETROSKI, Edio Luiz. Estágios de mudança de comportamento para atividade física em universitários e fatores sociodemográficos associados. **Revista Brasileira Educação Física Esporte**, v. 28, n. 2, p. 305-314, São Paulo.

RIGONI, Patricia Aparecida Gaion; JUNIOR, José Roberto Andra do Nascimento; COSTA, Guaracy Nilton Fernandes de Souza; VIEIRA, Lenamar Fiorese. Estágios de mudança de comportamento e percepção de barreiras para a prática de atividade física em universitários do curso de Educação Física. **Revista Brasileira Atividade Física e Saúde**, v. 17, n. 2, p. 87-92, 2012.

RINTALA, Pirjo et al. Physical activity and breast cancer risk among female physical education and language teachers: a 34-year follow-up. **International Journal of Cancer**, v. 107, n. 2, p. 268-70, 2003.

RUAS, Júlio. Lazer vs. Ócio: A Experiência Moderna do Tempo Livre. **Revista Três Pontos**, v. 9, n. 1, p. 5-13, 2012.

SILVA, Shana Ginar da; SILVA, Marcelo Cozzensa da; NAHAS, Markus Vinicius; VIANA, Sérgio Luís. Fatores associados à inatividade física no lazer e principais barreiras na percepção de trabalhadores da indústria do Sul do Brasil. **Caderno Saúde Pública**, v. 27, n. 2, p. 249-259, 2011

SOUSA, Clóvis Arlindo; CÉSAR; Chester Luiz Galvão; BARROS, Marilisa Berti de Azevedo; CARANDINA, Luana; GOLDBAUM, Moisés; MARCHIONI, Dirce Maria Lobo; FISBERG, Regina Mara. Prevalência de atividade física no lazer e fatores associados: estudo de base populacional em São Paulo, Brasil, 2008-2009. **Caderno Saúde Pública**, v. 29, n. 2, p. 270-282, 2013.

SOUZA, José Carlos; COSTA, Domingos Sávio da. Qualidade de vida de uma amostra de profissionais de educação física. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 60, n. 1, p. 23-27, 2011.

VECCHIO, Fabrício Boscolo Del. Atividade Física e Educação Física Escolar. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v. 16, n. 1, p. 78, 2011.

WORLD HEALTH ORGANIZATION - WHO. **Global Recommendations on Physical Activity for Health**, 2010.



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA**  
**DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**  
**CENTRO DE DESPORTOS**  
**CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**



**APÊNDICE A - INSTRUMENTO DE COLETA DE DADOS**

ID: \_\_\_\_\_ (código único para cada respondente)  
 Data da resposta: \_\_\_/\_\_\_/2021 (colocar automático)

**BLOCO 1 – ATIVIDADES FÍSICAS NO TEMPO LIVRE**

Neste bloco você deve responder sobre as atividades físicas que você realiza regularmente no seu tempo livre. Considere tempo livre como os momentos que você não está no trabalho, escola/universidade ou em tarefas do lar. Nosso interesse é identificar quais atividades você realiza como forma de lazer e recreação para seu bem-estar e saúde física e mental.

**Assinale SOMENTE UMA das alternativas abaixo que melhor represente o que você faz em relação à realização de atividade física no tempo livre atualmente:**

- a.  Eu NÃO REALIZO atividade física no meu tempo livre e não tenho a intenção de começar.
- b.  Eu NÃO REALIZO atividade física no meu tempo livre, mas estou pensando em começar.
- c.  Eu REALIZO atividade física no meu tempo livre algumas vezes, mas não regularmente.
- d.  Eu REALIZO atividade física regularmente no meu tempo livre, mas iniciei nos últimos seis meses.
- e.  Eu REALIZO atividade física no meu tempo livre há mais de seis meses.

**Caso você tenha respondido as opções “a” ou “b” ou “c”, por favor, pule para a questão 7.**

1. Em uma semana típica de sua rotina, em quantos dias você realiza atividades físicas no tempo livre?

1       2       3       4       5       6       7

2. Nos dias em que você realiza atividades físicas no tempo livre, quanto tempo em média dura essa atividade?

\_\_\_\_\_ horas \_\_\_\_\_ minutos

3. Que tipo de atividade você realiza, predominantemente, nestes dias?

Caminhada  Corrida  Musculação  Pilates  Yoga

Futebol  Vôleibol  Basquetebol  Beach Tennis  Natação

Crossfit  Pedalada  Outros

4. Qual o local que você, geralmente, utiliza para realizar essas atividades?

Rua  Academia  Estúdio  Clube privado  Parques públicos  Praças  Casa  Outros.

## BLOCO 2 – BARREIRAS PARA ATIVIDADES FÍSICAS NO TEMPO LIVRE

Agora vamos conversar sobre motivos que podem dificultar você a realizar uma atividade física no seu tempo livre. Considere a lista de fatores abaixo e indique com que frequência cada um deles representa para você, **motivos/barreiras** para não praticar atividades físicas.

n	Fatores	Nunca	Raramente	Às vezes	Quase sempre	Sempre
1	Falta de tempo disponível					
2	Falta de locais adequados					
3	Falta de estrutura/equipamento adequado					
4	Falta de segurança nos locais					
5	Falta de recursos financeiros					

6	Falta de companhia (amigos, familiares)					
7	Falta de habilidades físicas					
8	Falta de orientação adequada para prática					
9	Falta conhecimento sobre atividade física					
10	Falta de motivação/vontade					
11	Falta de interesse/gosto					
12	Preguiça					
13	Medo de me lesionar					
14	Dores e desconforto durante a prática					
15	Fatores climáticos (chuva, vento, frio)					
16	Excesso de tarefas domésticas					
17	Dificuldade para me deslocar até o local					
18	Excesso de tarefas laborais					
19	Idade avançada					
20	Doença na família/cuidado familiar					
21	Outro:					

### BLOCO 3 – QUALIDADE DE VIDA E SAÚDE GERAL

1. Como está o seu estado de saúde atual?

( ) Muito ruim                      ( ) Ruim                      ( ) Regular                      ( ) Bom                      ( ) Ótimo

2. O seu estado de saúde atual dificulta a prática de atividade física/exercício físico?

( ) Não                      ( ) Sim

Se sim, de que modo: \_\_\_\_\_

---

3. Qual é seu peso atual: \_\_\_\_\_ kg.

4. Qual a sua estatura atual: \_\_\_\_\_ m.

5. Você está satisfeito com o seu peso atual?

Muito satisfeito    Satisfeito    Nem satisfeito/nem insatisfeito    Insatisfeito

Muito insatisfeito

#### **BLOCO 4 – FORMAÇÃO PROFISSIONAL E OCUPAÇÃO**

Agora vamos conversar sobre sua formação e ocupação atual.

1. Você concluiu sua formação básica em uma Universidade?

Privada    Pública    Comunitária

2. Sua formação em Educação Física foi:

Licenciatura    Bacharelado    Licenciatura Plena (antigo curso)    Licenciatura e bacharelado (novos cursos)

3. Seu contrato de trabalho é:

Efetivo/concursado    Temporário (ACT)    Outro

---

**BLOCO 5 – DADOS SOCIODEMOGRÁFICOS**

1. Sexo: ( ) Masculino ( ) Feminino
2. Data de nascimento: dia / mês / ano
3. Situação conjugal: ( ) Solteiro/vivendo só ( ) Casado/união estável/vivendo com alguém
4. Você mora: ( ) em casa própria ( ) em casa alugada ( ) em casa de parentes ( ) outros
5. Você tem filhos?  
( ) SIM ( ) NÃO

Se sim, quantos? \_\_\_\_\_



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA**  
**DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**  
**CENTRO DE DESPORTOS**  
**CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**



**APÊNDICE B - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**

**Prezado(a) participante,**

Você está sendo convidado(a) a participar de forma voluntária da pesquisa intitulada **“ESTÁGIOS DE MUDANÇA DE COMPORTAMENTO PARA A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NO TEMPO LIVRE DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA REDE PÚBLICA DE FLORIANÓPOLIS”**. O presente estudo tem por objetivo avaliar a atividade física e qualidade de vida no tempo livre em professores de Educação Física da rede pública de Florianópolis.

Este termo de consentimento explica todo o processo de participação que você passará como participante da pesquisa. A pesquisa consiste em uma avaliação através de um questionário para saber como é a sua relação com a atividade física no tempo livre.

A participação no estudo não acarretará qualquer custo adicional para você, mas também não será disponibilizada qualquer compensação financeira quanto a sua participação. Entretanto, em caso de gastos comprovadamente decorrentes da pesquisa, o participante será ressarcido. O participante da pesquisa será indenizado caso haja qualquer dano comprovadamente decorrente da pesquisa. Cabe ressaltar que, você vai poder contribuir para a formação de nova literatura científica sobre o nível de prontidão em atividade física de professores de Educação Física na região de Florianópolis-SC e, além disso, receberá a avaliação individual de sua atividade física e qualidade de vida.

Os possíveis riscos em sua participação na presente pesquisa serão: 1) sentir-se constrangido(a) por parte de alguma pergunta realizada no questionário; 2) quebra de sigilo (eventualmente de maneira involuntária e não intencional). Todas as questões abordadas no questionário foram minuciosamente formuladas para evitar que haja qualquer desconforto aos participantes. O presente projeto de pesquisa frisa também que caso haja algum desconforto por parte de alguma questão, você participante, tem direito de não respondê-la. Os autores destacam também que somente os envolvidos diretamente na pesquisa terão acesso aos dados coletados, para assim evitar qualquer quebra de sigilo. Em relação aos benefícios de sua participação na presente pesquisa, serão: Entender qual o seu nível de prontidão para a prática de atividade física. Além de ser disponibilizado também os estágios de mudança de comportamento relacionados à prática de atividade física. Outro benefício aos participantes será a disponibilização de um relatório com as principais informações acerca da pesquisa realizada ao final das coletas de dados. O presente projeto de pesquisa, também disponibilizará novos dados científicos para a sociedade em geral, e principalmente para o município de Florianópolis, que poderá analisar as condições sociais, econômicas e nível de prontidão para a prática de atividade física de seus professores de Educação Física.

Por fim, salienta-se que você também poderá retirar-se do estudo a qualquer momento, sem que isso lhe traga qualquer prejuízo. Não hesite em nos perguntar suas dúvidas em qualquer momento das avaliações. O pesquisador que irá lhe acompanhar será o aluno Gustavo Oliveira Florindo, graduando em Educação Física licenciatura, que poderá ser contatado pelo número (48) 98470-5053 ou email (blsguu@gmail.com).

Todos os envolvidos nesta pesquisa seguem o que rege a Resolução CNS 466/12, que assegura através da lei, informações referentes aos direitos dos participantes das pesquisas científicas envolvendo seres humanos. Os dados coletados serão utilizados exclusivamente para este projeto e a sua privacidade será mantida por meio da não-identificação do seu nome.

Dessa forma, ao assinar o termo, você declara estar ciente de que está sendo convidado(a) a participar de uma pesquisa submetida e aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CEPSH) da UFSC (**Endereço: Rua Desembargador Vitor Lima, nº 222, Trindade, Florianópolis / SC. Telefone para contato: 3721-6094**). O CEPSH é um órgão colegiado interdisciplinar, deliberativo, consultivo e educativo, vinculado à UFSC, mas independente na tomada de decisões, criado para defender os interesses dos participantes da pesquisa em sua integridade e dignidade e para contribuir no desenvolvimento da pesquisa dentro de padrões éticos.

O presente termo foi elaborado em duas vias, rubricadas e assinadas pelo pesquisador responsável. Caso você aceite participar, é preciso rubricar as páginas e assinar no campo solicitado da página seguinte, manifestando adesão como voluntário(a) da respectiva pesquisa supracitada. Agradecemos desde já sua contribuição e participação em prol do desenvolvimento da literatura científica no campo da atividade física e lazer.

#### **CEPSH-UFSC**

Endereço: Prédio Reitoria II, R: Desembargador Vitor Lima, nº 222, sala 401, Trindade, Florianópolis/SC, CEP 88040-400, Contato: (48) 3721-6094, cep.propesq@contato.ufsc.br.

#### **DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA - UFSC**

Endereço: Departamento de Educação Física - DEF, Campus Reitor João David Ferreira Lima, s/n, Trindade, Florianópolis/SC, CEP 88040-900, Contato: (48) 3721-9462, def@contato.ufsc.br

#### **CASSIANO RICARDO RECH**

Endereço: Departamento de Educação Física - DEF. Campus João David Ferreira Lima, s/n, Trindade, Florianópolis/SC, CEP 88040-900, Prédio Administrativo do CDS, Sala 200, Segundo andar.

Contato: (48) 98486-2658, cassiano.rech@ufsc.br

#### **GUSTAVO OLIVEIRA FLORINDO**

Endereço: Rua Raulino Hermógenes Coelho, 36 - Barra da Lagoa, Florianópolis, CEP 88061-048, Contato: (48) 98470-5053, blsguu@gmail.com

**TERMO DE CONSENTIMENTO**

Declaro que fui informado(a), de forma clara e objetiva, sobre todos os procedimentos do projeto de pesquisa intitulado “**ESTÁGIOS DE MUDANÇA DE COMPORTAMENTO PARA A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NO TEMPO LIVRE DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA REDE PÚBLICA DE FLORIANÓPOLIS**”. Estou ciente que todos os dados a meu respeito são sigilosos e que posso me retirar do estudo a qualquer momento. Assinando este termo, eu concordo em participar deste estudo.

**Nome por extenso:** \_\_\_\_\_  
Florianópolis (SC) \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_\_.

\_\_\_\_\_  
**Assinatura do Participante**

\_\_\_\_\_  
**Gustavo Oliveira Florindo**  
**Aluno Responsável**

\_\_\_\_\_  
**Cassiano Ricardo Rech**  
**Professor Responsável**



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA**  
**CENTRO DE DESPORTOS**  
**DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**  
**CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**



**APÊNDICE C - CARTA DE APRESENTAÇÃO (A)**

À Gerência de Formação Continuada (GFC) – Prefeitura de Florianópolis,

Venho, por meio desta, apresentar o acadêmico Senhor Gustavo Oliveira Florindo, devidamente matriculado no Curso de Licenciatura em Educação Física, da Universidade Federal de Santa Catarina, que está desenvolvendo o seu projeto de trabalho de conclusão de curso intitulado **“ESTÁGIOS DE MUDANÇA DE COMPORTAMENTO PARA A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NO TEMPO LIVRE DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA REDE PÚBLICA DE FLORIANÓPOLIS”**, sob a minha orientação e responsabilidade, solicitando desta secretaria a autorização para a sua realização. O estudo objetiva investigar qual o nível de atividade física de professores de Educação Física da rede pública de ensino de Florianópolis. Para tanto, propõe a realização de um questionário estruturado, elaborado pelos pesquisadores responsáveis, com base nos objetivos delineados. O estudo não terá qualquer impacto negativo no exercício da função e nem acarretará custos a seus participantes. Devido às restrições impostas pela Pandemia de COVID-19, a coleta de dados será realizada de modo online, via formulário enviado através de um link disponibilizado a todos os docentes de Educação Física da Rede Pública de Ensino de Florianópolis. A previsão é de que o instrumento possa ser respondido em média em 15 minutos.

Estamos à disposição para maiores esclarecimentos que forem necessários. Contato: Cassiano R Rech (cassiano.rech@ufsc.br ou 48-984862658)

Sem mais para o momento, agradecemos.

Atenciosamente,

---

Prof. Dr. Cassiano Ricardo Rech – Orientador



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA**  
**CENTRO DE DESPORTOS**  
**DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**  
**CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**



**APÊNDICE D - CARTA DE APRESENTAÇÃO (B)**

À Secretária de Estado da Educação,

Venho, por meio desta, apresentar o acadêmico Senhor Gustavo Oliveira Florindo, devidamente matriculado no Curso de Licenciatura em Educação Física, da Universidade Federal de Santa Catarina, que está desenvolvendo o seu projeto de trabalho de conclusão de curso intitulado **“ESTÁGIOS DE MUDANÇA DE COMPORTAMENTO PARA A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NO TEMPO LIVRE DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA REDE PÚBLICA DE FLORIANÓPOLIS”**, sob a minha orientação e responsabilidade, solicitando desta secretaria a autorização para a sua realização. O estudo objetiva investigar qual o nível de atividade física de professores de Educação Física da rede pública de ensino de Florianópolis. Para tanto, propõe a realização de um questionário estruturado, elaborado pelos pesquisadores responsáveis, com base nos objetivos delineados. O estudo não terá nenhum impacto negativo no exercício da função e nem acarretará custos a seus participantes. Devido às restrições impostas pela Pandemia de COVID-19, a coleta de dados será realizada de modo online, via formulário enviado através de um link disponibilizado a todos os docentes de Educação Física da Rede Pública de Ensino de Florianópolis. A previsão é de que o instrumento possa ser respondido em média em 15 minutos.

Estamos à disposição para maiores esclarecimentos que forem necessários.

Sem mais para o momento, agradecemos.

1. Gustavo Oliveira Florindo (blsguu@gmail.com ou 48-984705053)	Pesquisador	
2. Cassiano Ricardo Rech (cassiano.rech@ufsc.br ou 48-984862658)	Orientador	



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA**  
**CENTRO DE DESPORTOS**  
**DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**  
**CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**



**APÊNDICE E - TERMO DE COMPROMISSO**

Declaro que cumprirei os requisitos da *Resolução CNS n.º 466/12* e/ou da *Resolução CNS n.º 510/16*, bem como suas complementares, e conforme esta portaria, como pesquisador(a) responsável do projeto intitulado:

**“ESTÁGIOS DE MUDANÇA DE COMPORTAMENTO PARA A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NO TEMPO LIVRE DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA REDE PÚBLICA DE FLORIANÓPOLIS”.**

Comprometo-me a:

- I. Preservar a privacidade dos sujeitos cujos dados serão coletados.
- II. Assegurar que as informações serão utilizadas única e exclusivamente para a execução do projeto em questão.
- III. Assegurar que as informações somente serão divulgadas de forma anônima, não sendo usadas iniciais ou quaisquer outras indicações que possam identificar o sujeito da pesquisa.

Data: 21/08/2021

<b>Nome do(a) Pesquisador(a)</b>	<b>Função na Pesquisa</b>	<b>Assinatura Digital</b>
3. Gustavo Oliveira Florindo (blsguu@gmail.com ou 48-984705053)	Pesquisador	
4. Cassiano Ricardo Rech (cassiano.rech@ufsc.br ou 48-984862658)	Orientador	
5. Fábio Juner Lanferdini (fabiolanferdini@gmail.com ou 48-998883262)	Coorientador	

**APÊNDICE F – AUTORIZAÇÃO GERÊNCIA DE FORMAÇÃO CONTINUADA**

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
DIRETORIA DE GESTÃO ESCOLAR  
GERÊNCIA DE FORMAÇÃO CONTINUADA  
Rua Ferreira Lima, 82 – Centro  
CEP 88014-420 – Florianópolis – SC  
Telefones: (48) 32120922 – (48) 32120923

Florianópolis, 21 de julho de 2021.

**DECLARAÇÃO**

Declaro para os devidos fins e efeitos legais que, objetivando atender as exigências para a obtenção de parecer do Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos, e como representante legal da Secretaria Municipal de Educação de Florianópolis (Gerência de Formação Continuada), tomei conhecimento do projeto de pesquisa: “ESTÁGIOS DE MUDANÇA DE COMPORTAMENTO RELACIONADOS À ATIVIDADE FÍSICA EM PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA REDE PÚBLICA DE FLORIANÓPOLIS - SC”, em desenvolvimento no Curso de Graduação em Educação Física - licenciatura da Universidade Federal de Santa Catarina- UFSC, no período de 2021. O pesquisador **Gustavo Oliveira Florindo** está sob orientação do Profº Dr. Cassiano Ricardo Rech e coorientação do Profº. Me. Fábio Juner Lanferdini. Cumprirei os termos das Resoluções CNS nº 466/2012, nº 510/2016 e suas complementares, e como esta instituição tem condição para o desenvolvimento deste projeto, autorizo a sua execução nos termos propostos.

---

Fabrícia Luiz Souza - Diretora  
Diretoria de Gestão Escolar  
Matrícula 15829-1

## APÊNDICE G – AUTORIZAÇÃO SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO



ESTADO DE SANTA CATARINA  
 Coordenadoria Regional da Grande Florianópolis  
 Rua: Irmã Bonavita, 240 - Capoeiras

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO  
 Coordenadoria Regional de Educação de Florianópolis:  
 Rua Irmã Bonavita, nº 240 - Capoeiras  
 CEP: 88090-150 - Florianópolis/SC  
 Fone: 3665-6602/3665-4088 - NPJ: 82.951.328/0001-58

### TERMO DE AUTORIZAÇÃO DE REALIZAÇÃO DE ESTÁGIO OU PROJETO DE PESQUISA

A COORDENADORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DA GRANDE FLORIANÓPOLIS está de acordo com a execução do projeto de pesquisa intitulado “ESTÁGIOS DE MUDANÇA DE COMPORTAMENTO PARA A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NO TEMPO LIVRE DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA REDE PÚBLICA DE FLORIANÓPOLIS”, do (a) pesquisador (a) Gustavo Oliveira Florindo da Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC – Centro de Desportos – Departamento de Educação Física – Curso de Licenciatura em Educação Física. Tendo como Orientador (es) o professor Prof. Dr. Cassiano Ricardo Rech e Prof. Me. Fábio Juner Lanferdini.

As Unidades Escolares do município de Florianópolis/SC assumem o compromisso de apoiar o desenvolvimento da referida pesquisa pela autorização da coleta de dados durante os meses de julho (21/07) de 2021 até setembro de 2021. Com a autorização da realização da pesquisa, ficam o/a pesquisador/a e seu orientador/a responsáveis pelos procedimentos de autorização do Comitê de Ética em Pesquisa e sua aprovação, conforme prevê esta portaria.

Declaramos ciência de que nossa instituição é coparticipante do presente projeto de pesquisa, e requeremos o compromisso do (a) pesquisador (a) responsável com o resguardo da segurança e bem-estar dos participantes de pesquisa nela recrutados. Autorizamos ( X ) *OU Não autorizamos* ( ) a citação do nome da instituição nos títulos e textos das futuras publicações dos resultados do estudo.

Florianópolis, 21 de Julho de 2021.

Atenciosamente,

*Amanda C. Pereira*  
**Amanda C. Pereira**

**Amanda C. Pereira**  
**Técnico em Educação**

Técnica em Educação  
 Matrícula 331.650

**Coordenadoria Regional da Grande Florianópolis**

**Fone: 3665-4088**

**Emails:** [supervisaoes18@sed.sc.gov.br](mailto:supervisaoes18@sed.sc.gov.br) / [amanda@sed.sc.gov.br](mailto:amanda@sed.sc.gov.br)