

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA – UFSC  
CENTRO DE DESPORTOS - CDS  
CURSO DE GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA – Hab. Licenciatura

**EDÚ FIORIN SCHOPF**

**COMPARAÇÃO DA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM DIFERENTES  
DOMÍNIOS ANTES E DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19 EM  
ADOLESCENTES DA REDE PÚBLICA DE ENSINO DE JAGUARI, RIO GRANDE  
DO SUL**

Florianópolis - SC

2021

**Edu Fiorin Schopf**

**COMPARAÇÃO DA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM DIFERENTES  
DOMÍNIOS ANTES E DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19 EM  
ADOLESCENTES DA REDE PÚBLICA DE ENSINO DE JAGUARI, RIO GRANDE  
DO SUL**

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: Profa. Dra. Michele Caroline de Souza Ribas

Florianópolis - SC

2021

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

Schopf, Edu Fiorin  
COMPARAÇÃO DA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM DIFERENTES  
DOMÍNIOS ANTES E DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19 EM  
ADOLESCENTES DA REDE PÚBLICA DE ENSINO DE JAGUARI, RIO  
GRANDE DO SUL / Edu Fiorin Schopf ; orientadora, Michele  
Caroline de Souza Ribas, 2022.  
74 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. Atividade Física. 3. Pandemia da  
COVID-19. 4. Adolescentes. I. de Souza Ribas, Michele  
Caroline . II. Universidade Federal de Santa Catarina.  
Graduação em Educação Física. III. Título.

**EDU FIORIN SCHOPF**  
**COMPARAÇÃO DA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA EM DIFERENTES**  
**DOMÍNIOS ANTES E DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19 EM**  
**ADOLESCENTES DA REDE PÚBLICA DE ENSINO DE JAGUARI, RIO GRANDE**  
**DO SUL**

Florianópolis, 28 de março de 2022

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

---

Prof. Dr. Carlos Luiz Cardoso

Coordenador do Curso

**Banca Examinadora:**

---

Orientação – Profa. Dra. Michele Caroline de Souza Ribas - CDS/UFSC

---

Examinador titular – Prof. Dr. Giovani Firpo Del Duca - CDS/UFSC

---

Examinador titular – Prof. Érico Martins do Nascimento

## AGRADECIMENTOS

O desenvolvimento dessa pesquisa, assim como toda minha graduação, envolveu diversas pessoas ao longo do caminho. Em muitos momentos que pensei em desistir, ou em momentos de dificuldades, sempre havia um ombro amigo para ouvir-me, aconselhar-me e apoiar-me para que perseverasse nessa pesquisa. Com isso, não poderia deixar de agradecer a todos que ajudaram durante esse processo.

Primeiramente agradeço a Deus que me manteve forte durante todo o processo e que nunca me deixou faltar fé, principalmente nos momentos mais difíceis da minha vida em que parecia não haver solução para as “pedras” que apareciam no caminho.

Aos meus pais, Edimara e Gilmar, que sempre me apoiaram em minhas escolhas, nunca me deixaram faltar nada e sempre estavam ali para o que eu precisasse. Ao meu irmão Miguel que conviveu comigo durante toda a formação e que sempre me ajudou, principalmente nos momentos em que tive problemas de saúde.

A toda minha família, tios e primos, que se importaram comigo e sempre procuraram me apoiar durante todo o caminho. Aos meus amigos de bloco, agradeço pelos momentos de descontração que foram muito importantes para tirar um peso das costas e levar um pouco de alegria nos momentos de tristeza.

Aos meus colegas e amigos Emílio, Paulo, Antônio, João e Matheus que sempre me ajudaram com seus conselhos e experiências, além dos momentos de boas risadas. Ao meu amigo Rafael que esteve comigo desde o começo e foi minha dupla nos estágios e trabalhos, que sempre me incentivou e me ajudou nos momentos mais complicados. Também agradeço a atlética de Educação Física por proporcionar experiências que foram importantes para a construção desse projeto.

Agradeço a minha antiga professora de escola Fabiane que me ajudou na coleta dos dados na escola, além de me aconselhar durante o processo e me proporcionar uma interação incrível com os alunos da escola. Também agradeço a todos os alunos e pais por participarem da pesquisa e me ajudaram nesse momento tão especial da minha formação.

Agradeço a minha orientadora Michele, por todo envolvimento, preocupação e carinho. Que aceitou minha pesquisa e que até nas férias se propôs a me ajudar com o projeto. Me ensinou muito durante todo o processo e com certeza jamais esquecerei tudo que fez por mim.

E por fim, aos professores com quem tive o prazer de conviver e aprender, o meu muito obrigado, sem vocês não seria possível chegar até aqui. Com certeza aprendi muito com vocês e ainda continuarei a aprender cada vez mais.

*“A falta de atividade física destrói a boa condição de qualquer ser humano, enquanto o movimento e o exercício físico metódico o salva e o preserva”.*

**(Platão)**

## RESUMO

A prática insuficiente de atividade física por adolescentes vem crescendo cada vez mais e com a pandemia da COVID-19, doença causada pelo SARS-CoV-2, isso agravou ainda mais a vida dos adolescentes, principalmente com o ensino realizado de forma remota. Também com mais tempo em casa devido as restrições, além de algumas práticas de atividade física limitadas. Com isso, o presente estudo tem como objetivo comparar a prática de atividade física em diferentes domínios (lazer, escola, transporte e atividades domésticas) antes e durante a pandemia de Covid-19 em adolescentes da rede pública de ensino de Jaguari, Rio Grande do Sul. Trata-se de pesquisa transversal que apresenta abordagem quantitativa, de caráter descritivo, tendo como instrumento de coleta o questionário estruturado, adaptado do questionário IPAQ, composto de questões abertas e fechadas, no qual tratou de perguntas para compreender se os adolescentes praticam ou não determinado domínio da atividade física e quanto tempo despenderam desses domínios (deslocamento, escola, lazer, atividades domiciliares), antes e durante a pandemia. Entre os critérios de inclusão, os adolescentes deveria estar no ensino médio e ter entre 14 e 19 anos. A partir dos critérios de inclusão e exclusão pré-estabelecidos, a coleta contou com 98 participantes, sendo 48 do sexo masculino e 50 do sexo feminino, em que participaram três turmas do 1º ano, uma do 2º ano e duas do 3º ano. A análise dos dados foi efetuada no *software* SPSS sendo utilizado em todas as análises o nível de significância de 5%. Os resultados evidenciaram que no momento anterior ao da pandemia os adolescentes de ambos os sexos eram insuficientemente ativos, com medianas de 225 min para os meninos e 165 min para as meninas. Em relação aos domínios, identificou-se que os meninos tiveram diferença significativa na mediana nos domínios de deslocamento (45 min pré e 20 min durante) e escolar (45 min pré e 0 min durante), já as meninas apenas no domínio escolar (45 min pré e 15 min durante). Ambos os sexos tiveram redução do tempo total de prática de atividade física, sendo a mediana de 165 min para os meninos e 150 para as meninas durante a pandemia. No que se refere as principais atividades físicas praticadas, identificou-se que antes da pandemia eram mais realizadas o futebol, o vôlei e a caminhada; e durante a pandemia se manteve o futebol e caminhada, contudo, incluiu-se os exercícios em casa. No geral, no momento anterior e durante a pandemia da COVID-19, os adolescentes não cumpriram com as recomendações da OMS. Conclui-se que os adolescentes foram considerados insuficientemente ativos fisicamente e os meninos se dispõem mais para a prática de atividades físicas no lazer do que as meninas. Também ficou evidente que a pandemia contribuiu para um aumento de atividades físicas realizadas em casa e por fim, ficou evidente que durante o período anterior ao da pandemia, os meninos foram mais ativos do que as meninas, sendo a principal causa um maior tempo dispendido na prática de atividade física no lazer. Diante disso, foi possível verificar que a pandemia contribuiu para um menor tempo de prática em quase todos os domínios, embora nem todos de forma significativa. Por fim, espera-se que esse estudo contribua com informações pertinentes para os professores em que analisem novas possibilidades de ensino em um possível período de aulas remotas. Assim como os alunos compreendam que devem buscar mais a prática de atividades físicas.

**Palavras chave:** Atividade Física; Adolescentes; Doença por Vírus COVID-19; Domínios.

## ABSTRACT

The insufficient practice of physical activity by adolescents has been growing more and more and with the COVID-19 pandemic, a disease caused by SARS-CoV-2, this has further worsened the lives of adolescents, especially with teaching carried out remotely. Also with more time at home due to restrictions, in addition to some limited physical activity practices. Thus, the present study aims to compare the practice of physical activity in different domains (leisure, school, transport and domestic activities) before and during the Covid-19 pandemic in adolescents from the public school system in Jaguari, Rio Grande do Sul. This is a cross-sectional research that has a quantitative approach, of a descriptive nature, having as a collection instrument the structured questionnaire, adapted from the IPAQ questionnaire, composed of open and closed questions, in which it dealt with questions to understand whether or not adolescents practice a certain domain of physical activity and how much time they spent in these domains (commuting, school, leisure, home activities), before and during the pandemic. Among the inclusion criteria, adolescents should be in high school and be between 14 and 19 years old. Based on the pre-established inclusion and exclusion criteria, the collection had 98 participants, 48 male and 50 female, in which three classes of the 1st year, one of the 2nd year and two of the 3rd year participated. Data analysis was performed using SPSS software, with a significance level of 5% being used in all analyses. The results showed that, before the pandemic, adolescents of both sexes were insufficiently active, with a median of 225 min for boys and 165 min for girls. Regarding the domains, it was identified that boys had a significant difference in the median in the commuting (45 min pre and 20 min during) and school (45 min pre and 0 min during) domains, while the girls only in the school domain (45 min. min before and 15 min during). Both sexes had a reduction in the total time of physical activity, with a median of 165 minutes for boys and 150 minutes for girls during the pandemic. Regarding the main physical activities practiced, it was identified that before the pandemic, football, volleyball and walking were more performed; and during the pandemic, football and walking were maintained, however, exercises at home were included. Overall, at the time prior to and during the COVID-19 pandemic, adolescents did not comply with WHO recommendations. It is concluded that adolescents were considered insufficiently physically active and boys are more willing to practice physical activities during leisure time than girls. It was also evident that the pandemic contributed to an increase in physical activities carried out at home and finally, it was evident that during the period before the pandemic, boys were more active than girls, the main cause being a greater time spent at home. leisure time physical activity. In view of this, it was possible to verify that the pandemic contributed to a shorter time of practice in almost all areas, although not all in a significant way. Finally, it is expected that this study will contribute with relevant information for teachers who analyze new teaching possibilities in a possible period of remote classes. As well as students understand that they should seek more the practice of physical activities.

**Keywords:** Physical Activity; Adolescents; COVID 19 Virus Disease; Domains.

## LISTA DE TABELAS

<b>Tabela 1.</b> Perfil dos participantes da pesquisa.....	24
<b>Tabela 2.</b> Número de meninos e meninas que realizavam atividades físicas em cada domínio pré e durante a pandemia.....	25
<b>Tabela 3.</b> Mediana, p25, p75 e amplitude interquartílica de atividade física antes e durante a pandemia.....	26

## LISTA DE GRÁFICOS

<b>Gráfico 1.</b> Principais atividades físicas antes e durante a pandemia.....	26
---	----

## LISTA DE APÊNDICES

<b>APÊNDICE A - Instrumento de coleta de dados.....</b>	<b>36</b>
<b>APÊNDICE B - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido para Pais CEP.....</b>	<b>39</b>
<b>APÊNDICE C - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido para Alunos CEP.....</b>	<b>42</b>
<b>APÊNDICE D - Termo de Assentimento Livre e Esclarecido CEP.....</b>	<b>45</b>
<b>APÊNDICE E - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido para Pais.....</b>	<b>48</b>
<b>APÊNDICE F - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido para Alunos.....</b>	<b>51</b>
<b>APÊNDICE G - Termo de Assentimento Livre e Esclarecido.....</b>	<b>54</b>

## **LISTA DE ANEXOS**

ANEXO 1. Parecer consubstanciado do CEP.....	57
--	----

## **LISTA DE ABREVIATURAS**

Atividade Física (AF)

Atividade Física na escola (AFES)

Atividade Física no deslocamento (AFDE)

Atividade Física doméstica (AFDO)

Atividade Física no lazer (AFLA)

Organização Mundial da Saúde (OMS)

Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)

Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE)

## SUMÁRIO

<b>1</b>	<b>INTRODUÇÃO.....</b>	<b>06</b>
1.1	OBJETIVOS.....	08
1.1.1	<b>Objetivo Geral.....</b>	<b>08</b>
1.1.2	<b>Objetivos Específicos.....</b>	<b>08</b>
1.1.3	<b>Hipóteses.....</b>	<b>08</b>
1.2	JUSTIFICATIVA.....	09
<b>2</b>	<b>REVISÃO DE LITERATURA.....</b>	<b>11</b>
2.1	ATIVIDADE FÍSICA NA ADOLESCÊNCIA.....	11
2.2	PANDEMIA DA COVID-19.....	15
2.3	EFEITOS DA PANDEMIA DE COVID-19 NOS HÁBITOS DE ATIVIDADE FÍSICA DOS ADOLESCENTES.....	16
<b>3</b>	<b>METODOLOGIA.....</b>	<b>19</b>
3.1	CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO.....	19
3.2	PARTICIPANTES DO ESTUDO.....	19
3.3	PROCEDIMENTOS ÉTICOS.....	20
3.4	PROCEDIMENTOS DE COLETA DE DADOS.....	20
3.5	INSTRUMENTO DE COLETA DE DADOS.....	21
3.5.1	<b>Questionário Estruturado.....</b>	<b>21</b>
3.6	ANÁLISE DE DADOS.....	22
<b>4</b>	<b>RESULTADOS.....</b>	<b>24</b>
<b>5</b>	<b>DISCUSSÃO.....</b>	<b>27</b>
<b>6</b>	<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>30</b>
	REFERÊNCIAS.....	31
	<b>APÊNDICE A</b> - Instrumento de coleta de dados.....	<b>35</b>
	<b>APÊNDICE B</b> – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido para Pais CEP.....	<b>38</b>
	<b>APÊNDICE C</b> - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido para Alunos CEP.....	<b>41</b>
	<b>APÊNDICE D</b> - Termo de Assentimento Livre e Esclarecido CEP.....	<b>44</b>

## 1 INTRODUÇÃO

Muito se fala sobre a importância da atividade física (AF) para a saúde, já é de conhecimento público que ela traz diversos benefícios para o nosso corpo e nossa mente. Este é um tema muito debatido nos dias de hoje em todo o mundo, no qual são realizados vários programas de saúde, campanhas e propagandas a favor da atividade física.

Nahas (2021) cita que um dos principais benefícios da atividade física é a prevenção de doenças crônicas não transmissíveis, além de auxiliar no controle do peso corporal, melhora da aptidão física e redução da sensação de ansiedade e depressão.

Sabe-se que manter uma prática de AF é de extrema importância para a saúde, na adolescência é ainda mais importante pois é uma fase em que estamos em transição para a vida adulta. Também, segundo Organização Mundial da Saúde (OMS), os adolescentes passam por uma fase de rápido crescimento físico, cognitivo e psicossocial influenciando nos seus pensamentos, atitudes e sentimentos, além da interação com o ambiente em que está inserido. Segundo Viner *et al.* (2015), uma vida ativa na adolescência pode perpetuar-se por uma vida ativa quando adulto.

Ainda, é importante destacar os fatores que podem afetar e influenciar a prática de AF dos adolescentes, tais como os determinantes biológicos e sócio culturais como a idade, sexo, estatuto socioeconômico, familiares e pares, e o professor de educação física (SEABRA *et al.*, 2008).

Por mais que se conheça a importância da AF, estudos têm mostrado que os níveis de atividade física na adolescência são muito baixos, em todos os domínios da AF (Deslocamento; Doméstico; Escolar; Lazer) são poucos os adolescentes que cumprem a recomendação da OMS de 300 min de atividade física por semana de moderada a vigorosa intensidade, sendo os meninos mais ativos que as meninas. O estudo de Hallal *et al.* (2012), mostra que mais de 80% dos adolescentes, em níveis globais, não cumprem com as recomendações de 60 min de AF por dia. Mais recentemente, outro estudo de revisão global mostrou que a prática diária de AF de no mínimo 60 min por dia pelos adolescentes foi abaixo de 30%, e que essa prática tende a diminuir com o avanço da idade na adolescência (MARQUES; LOUREIRO; AVELAR-ROSA; NAIA; MATOS, 2020).

No Brasil, segundo estudos de Tenório *et al.* (2010), Cureau *et al.* (2016) e Santos M *et al.* (2010a), mais de 50% dos adolescentes brasileiros não cumprem com as recomendações da OMS de pelo menos 60 min de atividade física por pelo menos 5 dias na semana, sendo meninas menos ativas que meninos em práticas de AF.

Com esses estudos, evidencia-se números baixos em relação a prática de atividade física pelos adolescentes. Adicionalmente, para complicar ainda mais a situação, surge em dezembro de 2019, na província de Hubei localizada na China, o novo Coronavírus (SARS-CoV-2), sendo considerada uma infecção respiratória aguda grave. Com o surto desse novo vírus em todos os países, surge então uma nova pandemia no mundo (CUCINOTTA; VANELLI, 2020).

Com a pandemia da COVID-19, foram adotadas diversas medidas para evitar a propagação do vírus, entre essas medidas podemos destacar o isolamento social onde muitas escolas, praças e parques foram fechados para evitar aglomerações. Essas medidas podem, facilmente, ter afetado a prática de atividade física dos adolescentes (SOUZA; GRAÇA, 2020).

Com essas medidas, conseqüentemente, ocorreram diversos impactos econômicos e sociais que afetaram a vida de todos os brasileiros. As pessoas ficaram mais tempo em casa e também, muitos deixaram de praticar atividades físicas, principalmente as coletivas, por medo de contrair o vírus (PITANGA; BECK; PITANGA, C., 2020).

Porém, a Sociedade Brasileira de Medicina do Exercício e do Esporte (SBMEE) informa que a prática regular de exercícios físicos está relacionada com uma melhora da função imunológica, potencializando as defesas do organismo contra agentes infecciosos como o da COVID-19 (LEITÃO, *et al*, 2020).

Segundo os dados da ConVid Adolescentes (2020), cerca de 71,5% dos adolescentes aderiram às restrições sociais, e a prática de atividade física de no mínimo 300 min por semana caiu, de 28,7% para 15,7%. Uma outra pesquisa com adultos brasileiros identificou que mais de 50% de homens e mulheres relataram que, durante a pandemia da Covid-19, reduziram seus níveis de atividade física (BOTERO *et al*, 2021).

Diante disso, se faz necessário entender como a pandemia influenciou na atividade física em cada região do país, onde cada estado e regiões adotaram medidas distintas para conter a propagação do vírus. Com isso, é de extrema importância verificar os possíveis efeitos da pandemia na prática de atividade física dos adolescentes, onde seus níveis de atividade física podem ter sofrido influências devido às restrições recomendadas pelos governos para minimizar o contágio e propagação do vírus.

Assim, sabendo desse possível efeito da pandemia, pode-se entender se os adolescentes cumpriam com as recomendações de atividade física, assim como, se mantiveram ou não essa prática durante a pandemia. Diante disso, as causas relatadas por eles podem ajudar a entender a realidade da vida ativa desses adolescentes, assim como seus comportamentos diante de uma crise sanitária. Com isso, busca-se comparar a prática de atividade física em diferentes domínios

(lazer, escola, transporte e atividades domésticas) antes e durante a pandemia (março de 2020 a julho de 2021) de Covid-19 em adolescentes da rede pública de ensino de Jaguari, Rio Grande do Sul.

## 1.1 OBJETIVOS

### 1.1.1 **Objetivo Geral**

Comparar a prática de atividade física em diferentes domínios (lazer, escola, transporte e atividades domésticas) antes e durante a pandemia (março de 2020 a julho de 2021) de Covid-19 em adolescentes da rede pública de ensino de Jaguari, Rio Grande do Sul.

### 1.1.2 **Objetivos Específicos**

- Comparar o tempo despendido nos principais domínios da atividade física (lazer, escola, transporte e atividades domésticas) antes e durante a pandemia da Covid-19.
- Descrever e comparar as práticas de atividade física dos adolescentes estudantes do ensino médio do município de Jaguari-RS realizadas antes e durante o período de pandemia.
- Verificar se o efeito da pandemia da covid-19 nos níveis de atividade física dos adolescentes ocorre de formas distintas entre meninos e meninas.

### 1.1.3 **Hipóteses**

- Espera-se que o tempo geral de prática de atividade física tenha diminuído em relação ao período anterior ao da pandemia da Covid-19; Acredita-se que o tempo de atividade física nos domínios de lazer, escola e transporte tenham diminuído e no domínio de atividades domésticas tenha se mantido ou aumentado em relação ao período anterior ao da pandemia da Covid-19;
- As atividades físicas de caráter coletivo não foram praticadas durante a pandemia; Atividades físicas individuais foram mais praticadas durante a pandemia;
- Os níveis de atividade física são maiores para os meninos que as meninas antes e durante o período da pandemia;

## 1.2 JUSTIFICATIVA

O interesse pela pesquisa surge, inicialmente, por uma breve experiência em estágio realizado no NuPAF (Núcleo de Pesquisa em Atividade Física e Saúde) da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), onde possibilitou acompanhar projetos de pesquisa com adolescentes de escola pública. Além disso, a participação em cursos extracurriculares também despertou um grande interesse de pesquisas em atividades físicas e saúde, onde o pesquisador pode aprender a importância da atividade física à saúde e seus domínios.

Manter a prática de atividade física tem efeitos benéficos em diferentes parâmetros de saúde. A OMS recomenda, pelo menos, 60 minutos por dia ao longo da semana de atividade física moderada e vigorosa para crianças e adolescentes, sendo aconselhado a maior parte de atividades físicas aeróbicas (pelo menos 3 dias) (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2020).

Com a pandemia da COVID-19, o distanciamento social tornou-se a melhor ferramenta para combater a disseminação do vírus (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020). Ela trouxe diversos impactos econômicos e sociais, muitas pessoas perderam emprego e outras tiveram que trabalhar e estudar de forma remota. Com um maior tempo em casa, as pessoas com medo de contrair o vírus deixaram de lado algumas práticas esportivas, principalmente as coletivas, tendo que mudar a sua AF para se manter ativo ou até mesmo não praticá-la por não possuir lugares e orientações adequadas (PITANGA; BECK; PITANGA, C., 2020).

É de extrema importância investigar as possíveis consequências da pandemia da COVID-19 nas práticas de AF em adolescentes, principalmente investigar essa prática nos diferentes domínios da AF, além de comparar esses domínios entre os sexos, uma vez que os estudos mostram que meninos são fisicamente mais ativos que meninas (TENÓRIO *et al*, 2010; CUREAU *et al*, 2016; SANTOS M *et al*, 2010a).

Assim, informações sobre isso poderiam elucidar se os adolescentes mantiveram uma prática de atividade física ou não, se essa prática foi regular, se os domínios da AF foram afetados e se houve um aumento ou diminuição de determinadas atividades físicas, além de diversas questões relacionadas à vida do adolescente.

Com isso, a pesquisa justifica-se considerando a relevância de investigar de que forma as práticas de atividade física dos adolescentes foram afetadas durante a pandemia e, possivelmente, mediante esses resultados, elaborar projetos na escola e na comunidade que possibilitem o incentivo e o acesso necessário para a prática de atividades físicas. Além de orientar os políticos da cidade em seus projetos de saúde, os professores em suas didáticas e

suas metodologias, quando as aulas voltarem ao normal, pois saberão a real condição do aluno após a pandemia. O estudo também auxiliará os adolescentes a compreenderem seus níveis de AF em relação às principais recomendações para a prática de atividades físicas.

## 2 REVISÃO DE LITERATURA

Este estudo foi dividido em 3 tópicos principais. O primeiro trata-se da atividade física na adolescência sendo discutido o conceito e recomendações de AF, a importância da AF na adolescência e seus benefícios, além de apresentar estudos sobre os níveis de AF em adolescentes.

O segundo tópico relata sobre a pandemia da covid-19, onde surgiu, como afetou as pessoas e os adolescentes e as medidas que foram tomadas no estado do Rio Grande do sul e na cidade de Jaguari para conter a disseminação do vírus.

Já no terceiro tópico, intitulado como efeitos da pandemia da covid-19 nos hábitos de atividade física dos adolescentes, é apresentado como a pandemia afetou os locais para a prática de atividade física, estudos relacionados aos principais locais e práticas de AF preferidos dos adolescentes, além de estudos realizados durante a pandemia em relação a prática de AF dos adolescentes. Também é descrito os principais domínios da atividade física.

### 2.1 ATIVIDADE FÍSICA NA ADOLESCÊNCIA

A atividade física (AF) pode ser definida como qualquer movimento realizado pela musculatura esquelética que resulte em um gasto energético acima do de repouso, e dentre as possibilidades da AF estão os seus domínios, que podem ser divididos em deslocamento, lazer, trabalho/escola e doméstico (NAHAS, 2021).

A adolescência é uma das fases mais importantes da vida, é durante esta fase que realizamos a transição para a vida adulta. São considerados adolescentes, segundo a OMS, pessoas entre 10 e 19 anos de idade. Segundo Viner *et al.* (2015), a adolescência é definida por vários desenvolvimentos marcantes biológicos e psicossociais, além da aquisição de comportamentos e hábitos, que podem se perpetuar durante a vida adulta, entre esses comportamentos, podemos destacar a AF.

São diversos os benefícios da atividade física e proporcioná-la desde cedo pode ser fundamental para manter toda uma vida ativa (NAHAS, 2021; VINER *et al.*, 2015). Com isso a escola acaba sendo uma das melhores maneiras de proporcionar e divulgar a atividade física, pois as crianças e os adolescentes passam grande parte de seu dia na escola. Então, segundo Nahas (2021) é fundamental oportunizar a prática de AF e suas possibilidades, até seus benefícios e conceitos.

Sabe-se da extrema importância da prática regular de atividade física para a saúde, ela reduz as chances das pessoas de desenvolverem doença arterial coronariana, hipertensão arterial, acidente vascular cerebral, diabetes, depressão e até mesmo câncer de cólon e de mama (NAHAS, 2021). A OMS relata que a AF proporciona benefícios como a melhora de aptidão física, saúde cardiometabólica, saúde óssea, cognição, saúde mental e redução da adiposidade (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2020).

As recomendações de atividade física para adolescentes do ministério da saúde sugerem pelo menos 60 minutos de atividade física por dia, dando prioridade para atividades aeróbicas. Recomenda-se também atividades de fortalecimento muscular e ósseo por pelo menos 3 dias da semana, sendo estas atividades realizadas de forma contínua ou em partes durante o dia (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2021)

A OMS recomenda que as atividades físicas para iniciantes sejam de forma gradativa, começando com exercícios de baixa intensidade, frequência e duração e aumentando gradualmente com o tempo e prática (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2020). De acordo com Nahas (2021) a melhor maneira de manter uma prática de atividade física regular é mediante a realização de atividades que a pessoa goste, sinta prazer e se divirta durante a prática.

Como já citado, são diversos os benefícios da prática regular de atividade física, a OMS, assim como o ministério da saúde tem se preocupado cada vez mais com o tema da atividade física. Diversas campanhas e programas são realizados no mundo todo, no Brasil podemos citar o CuritibAtiva que tem como objetivo melhorar a qualidade de vida das pessoas e aumentar os níveis de AF em práticas realizadas em espaços públicos. Além de outros diversos programas de saúde promovidos no país (BECKER; GONÇALVES; REIS, 2016).

Por mais que haja diferentes programas de saúde pelo país, muitos estudos têm mostrado um baixo nível de atividade física dos adolescentes, são muitas as causas para essa ocorrência, desde influência social, preguiça, lugares para as práticas, motivações, entre outros (SANTOS, M., 2010b). Um estudo transversal com adolescentes do sul do Brasil identificou a prevalência insuficiente de atividade física (menos de 300 minutos semanais, sem contar as aulas de educação física) em 70,5% dos adolescentes que participaram da pesquisa (LEITE; BASTOS, G.; BASTOS, J., 2013).

Outro estudo transversal, realizado em escolas particulares de Fortaleza com 307 adolescentes de 12 a 17 anos de ambos os sexos, identificou um número de 67,4% de adolescentes inativos, que não praticavam, no mínimo, 30 minutos de atividade física por, pelo menos, 3 dias na semana. Dentre as atividades mais praticadas, destacaram-se o futebol (42%) e a musculação (19%). (FREITAS *et al.*, 2010).

Podemos perceber nesses dois estudos que tanto no sul quanto no nordeste há uma grande prevalência de inatividade física. No estudo realizado no nordeste, mesmo com uma recomendação de 90 minutos semanais, foi encontrado um valor muito alto de adolescentes que não praticam atividade física.

Já na PeNSE (Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar) de 2015 buscou classificar os alunos do 9º ano em ativos (<300 min), insuficientemente ativos (1 a 299 min) e inativos (não acumularam AF no período de referência), sendo divididos em dois blocos: atividade física acumulada e atividade física globalmente estimada. Na atividade física acumulada buscou-se identificar o tempo de AF nos últimos 7 dias mediante perguntas que tratavam dos domínios de deslocamento, aulas de educação física e atividades físicas extracurriculares. Constatou-se que 34,4% dos adolescentes eram ativos, 60,8% insuficientemente ativos e 4,8% inativos. Dos classificados como ativos, 44% eram meninos e 25% eram meninas (PeNSE, 2015).

Em relação a atividade física global estimada, que buscava investigar a realização de atividades físicas por pelo menos uma hora por dia nos últimos 7 dias, observou-se que 20,3% eram ativos (mais de 300 min de AF por semana), sendo 28,1% para os meninos e 12,9% para as meninas. Com esse estudo é notório a grande diferença entre os sexos, uma vez que a proporção de meninos fisicamente ativos foi superior em todas as unidades federativas do Brasil (PeNSE, 2015).

Uma outra pesquisa de análise conjunta, envolvendo estudos em 146 países nos anos de 2001 a 2016, com mais de 1,6 milhões de estudantes de 11 a 17 anos, identificou que em 2016 mais de 80% dos adolescentes não atendiam às recomendações de atividade física da OMS. Sendo que em todas as regiões globais incluídas no estudo e em quase todos os países, as meninas sempre são menos ativas do que os meninos. Houve menos 1% de redução de inatividade física entre os anos de 2001 a 2016, sendo uma redução de 2,5% para os meninos e 0,4% para as meninas (GUTHOLD *et al*, 2020).

Com esses estudos, é notória a falta de atividade física em adolescentes, tanto no Brasil quanto a níveis globais. Também é importante destacar que essa atividade física pode ser dividida em domínios dependendo de suas características. Segundo o Ministério da Saúde (2021) esses domínios são divididos em atividades no tempo livre (lazer), no deslocamento, no trabalho ou estudo e em tarefas domésticas.

Como AF no deslocamento de adolescentes, é possível citar o modo que ele vai para a escola, mercado, casa de amigos, etc. Sendo as principais opções benéficas a pé e de bicicleta. No lazer essa prática de atividade física está mais voltada para exercícios físicos, esportes, danças, atividades na natureza, etc. As atividades domésticas estão ligadas às funções básicas

do dia-a-dia como escovar os dentes, tomar banho, vestir-se, etc. Já as atividades físicas na escola seriam as aulas de educação física e atividades realizadas no recreio (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2021).

Um estudo de revisão sistemática que teve como objetivo analisar o nível de atividade física em adolescentes mostrou que no domínio de deslocamento, os alunos tendem a optar por um deslocamento ativo, seja a pé ou de bicicleta. Já nos domínios da escola e lazer, a maioria dos estudos mostraram uma grande evasão dos adolescentes, principalmente do ensino médio, nas aulas de educação física e no lazer, deixando de lado as práticas de atividade física e optando por jogos eletrônicos e televisão (SILVA, J., 2013).

Em uma pesquisa realizada no município de São Paulo entre os anos de 2003 e 2015, foi identificado que em 2003 a prevalência de inatividade física (>420 min/sem) foi de 60% e em 2015 de 66,2%. Em relação aos domínios de deslocamento, foi constatado que houve um aumento significativo de inatividade física (>10 min contínuos) no sexo feminino (FIGUEIREDO *et al*, 2021).

Já em um estudo transversal, que utilizou os dados coletados da PeNSE de 2015 para verificar a contribuição de diferentes domínios da atividade física para uma “atividade física total”, constatou que as atividades físicas realizadas no lazer são as que mais contribuem para a “atividade física total”, seguido do dos domínios de deslocamento e escola (COUTO *et al*, 2020).

Um outro estudo de revisão, realizado com diferentes países em diferentes continentes, informou que durante o horário escolar os adolescentes acumularam apenas uma média de 13 a 28 minutos de atividade física moderada e vigorosa, sendo um valor de 3% a 8% do tempo total de horas na escola. Sendo que um quarto das crianças e dos adolescentes não atingem a recomendação de, pelo menos, 30 minutos de AF moderada e vigorosa durante o horário escolar (GRAO-CRUCES; VELÁZQUEZ-ROMERO; RODRÍGUEZ-RODRÍGUEZ, 2020).

Entre as principais atividades físicas praticadas pelos adolescentes no lazer, uma pesquisa com adolescentes de 15 a 19 anos, de escolas públicas estaduais de Santa Catarina identificou que as principais práticas dos meninos eram o futebol (58,7%), a caminhada (16,6%), a musculação (16,3%) e o ciclismo (14,3%). Entre as meninas, foram a caminhada (32,7%), o futebol (12,1%), a dança (12%) e atividades voltadas ao alongamento. Quando comparado aos sexos, houve prevalência por parte dos meninos no futebol, musculação e ciclismo. Já as meninas tiveram prevalência na caminhada, dança e ginástica (LOPES *et al*, 2018).

Com isso, podemos perceber que a atividade física é de extrema importância, principalmente na adolescência onde os hábitos tendem a perpetuar-se durante a vida adulta. Foram identificados elevados números de adolescentes inativos em todo o mundo, sendo que quase sempre as meninas são menos ativas que os meninos. Também podemos destacar os domínios da atividade física, onde no domínio de deslocamento, os adolescentes tendem realizar um deslocamento ativo, porém ainda há baixos números nesse domínio, principalmente pelas meninas.

Em relação ao domínio doméstico, não foram encontrados estudos com os adolescentes. Já no domínio escolar, foi observado que os adolescentes tendem a uma evasão das aulas de educação física e não são muito ativos durante o horário escolar. Em relação ao domínio do lazer, observou-se que, por mais que ainda tenha uma grande evasão pelos adolescentes, ela ainda é o domínio que mais contribui para a prática de AF.

## 2.2. PANDEMIA DA COVID-19

A Covid-19 teve início na China em dezembro de 2019, doença causada pelo SARS-CoV-2, novo coronavírus. No dia 11 de março de 2020 a OMS declarou a Covid-19 como pandemia, isso devido ao seu rápido avanço pelo mundo todo, onde no Brasil o primeiro caso foi confirmado em 26 de fevereiro (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020).

Para frear a contaminação pelo vírus da Covid-19, a OMS publicou medidas de segurança para orientar a população. Entre as principais medidas destacam-se o uso de máscara, o distanciamento social ficando no mínimo 1 metro de distância entre as pessoas e, manter as mãos limpas através da limpeza por água e sabão ou uso de álcool gel e, sempre que possível, evitar colocar as mãos nos olhos, boca e nariz. (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2020).

No estado do Rio Grande do Sul foi decretado estado de calamidade pública no dia 19 de março de 2020. Entre as principais medidas adotadas, além das básicas como uso de máscara e distanciamento social, destacam-se: a suspensão das aulas presenciais; fechamento do comércio (com exceção de atividades essenciais) por 15 dias, incluindo ginásios, academias e parques esportivos. Posteriormente as medidas foram tomadas de acordo com o aumento de casos de Covid-19, onde o comércio e demais estabelecimentos eram fechados de acordo com o aumento de casos, sendo que as escolas adotaram o ensino remoto (SECRETARIA DA SAÚDE DO RIO GRANDE DO SUL, 2020).

Em Jaguari-RS, as medidas respeitavam os decretos do governador do estado. Todos os eventos coletivos foram proibidos, quando não havia mais leitos na região, medidas mais cautelosas eram adotadas, como o fechamento do comércio e parques. As aulas mantiveram-se remotas durante o ano e o uso de máscara sempre obrigatório, com isso os alunos deixaram de deslocar-se até a escola. (MUNICÍPIO DE JAGUARI-RS, 2020).

A pandemia trouxe diversas consequências para todas as pessoas, muitos perderam o emprego, alguns trabalhos tiveram que ser realizados de forma online e a consequência disso foi que as pessoas passaram mais tempo em casa e com um menor convívio físico com outras pessoas devido o distanciamento social (MATTEI; HEINEN, 2020; ARAÚJO; LUA, 2021).

As escolas também foram fechadas, as opções de aulas foram de forma remota e a distância. Esse processo dificultou muito a aprendizagem dos alunos que muitas vezes não conseguiam prestar atenção nas aulas por ter muito barulho em casa ou por ter que ajudar os parentes nas atividades domésticas, além das dificuldades de utilizar os aparelhos eletrônicos, como o celular, que geralmente são usados para entretenimento (CATANANTE; CAMPOS; LOIOLA, 2020).

O isolamento social causou diversos problemas emocionais nos adolescentes, muitos deles alegaram aumento do sentimento de tristeza e irritabilidade, além da piora da qualidade do sono. Sendo os adolescentes com dificuldades financeiras os mais propensos a desenvolverem problemas emocionais. (SZWARCOWALD *et al.*, 2021).

Além do medo de contrair o vírus, ou algum parente, os adolescentes deixaram a sua rotina “normal” para se isolar em casa. Essa mudança repentina mudou toda a rotina desses adolescentes que se ajustaram para um novo contexto, essa mudança trouxe diversas consequências como já exposto anteriormente, mas ainda é preciso falar da atividade física, que tem um extremo papel na vida dos adolescentes.

### 2.3 EFEITOS DA PANDEMIA DA COVID-19 NOS HÁBITOS DE ATIVIDADE FÍSICA DOS ADOLESCENTES

No Brasil, alguns espaços para a prática de atividade física foram afetados devido à pandemia. Inicialmente, foram fechadas as academias, os clubes esportivos e espaços públicos de práticas coletivas. As principais opções então foram as práticas individuais, como caminhadas e corridas ao ar livre com uso obrigatório de máscara e as práticas de exercícios em casa (SOUZA; GRAÇA, 2020).

Um estudo mostrou que os principais lugares utilizados pelos adolescentes para a prática de atividade física eram, respectivamente, as praças, parques, campos de futebol, escolas e quadras poliesportivas. Em uma comparação entre os sexos, em ordem de maior adesão, os meninos frequentavam mais os campos de futebol, praças, parques e escolas, já as meninas frequentavam mais as praças, parques, academias e escolas (SILVA, A., *et al.*, 2019).

Na pesquisa realizada por Matias *et al* (2012), identificou que as principais atividades físicas no lazer praticadas pelos adolescentes são as coletivas, sendo o futebol mais praticado pelos meninos e o vôlei pelas meninas. Com as práticas coletivas “proibidas”, é de se pensar que o nível de atividade física diminuiu durante a pandemia visto que os esportes coletivos, que é de preferência dos adolescentes, não podia ser praticado pois havia um grande risco de contrair o vírus e contagiar os demais.

Também é importante destacar os domínios da atividade física que podem ter sofrido consequências durante a pandemia. Com as aulas remotas ou a distância, os alunos que iam para a escola de maneira ativa, a pé ou bicicleta, deixaram de exercer esse deslocamento devido às escolas fechadas, que segundo o Unicef (2021), as escolas foram fechadas para mais de 168 milhões de alunos em todo o mundo desde o início da pandemia. As atividades no lazer também sofreram efeitos segundo um estudo que identificou que 4 em cada 10 estudantes universitários adotaram comportamentos físicos inativos no domínio do lazer durante a pandemia (TAVARES *et al.*, 2020). Esses mesmos autores destacam:

“É esperado que em virtude da necessidade de distanciamento social e implementação de ações restritivas para a realização de práticas de atividades físicas em locais abertos, como praças e parques, e em academias de exercícios resistidos, ocorra menor adesão as práticas de atividades físicas” (TAVARES *et al.*, 2020, p. 5).

Em relação ao domínio da escola, segundo o estudo de Coelho, Xavier e Marques (2020), mostrou-se uma queda na participação dos alunos do ensino médio durante as aulas remotas de educação física, sendo apresentada uma desmotivação por parte dos alunos. No estudo realizado por Café e Seluchinsk (2020), durante as aulas remotas a maioria dos alunos apresentaram falta de interesse, desmotivação, e sentimento de perda, alegando em algum momento o receio de parar de estudar. Coelho, Xavier e Marques (2020, p. 7), alegam que:

“[...] a educação física escolar é uma área do conhecimento que necessita de espaços e tempos diferenciados dos tradicionalmente encontrados na escola. É um componente curricular que demanda um ambiente físico amplo, arejado, materiais apropriados e que diante do cenário atual de isolamento social e das realidades socioeconômicas dos alunos da escola pesquisada não podemos, enquanto professores em atividades

remotas, garantir que os alunos disponham deste espaço adequado às práticas corporais propostas.”

Com a falta de espaços adequados, torna-se limitada as opções de prática de AF dos alunos. Com a falta de motivação por parte deles, fica ainda mais difícil realizar as atividades propostas pelos professores. A motivação é um fator primordial para manter o envolvimento e a prática de atividades físicas, essa motivação é resultado de aspectos psicológicos, sociais e ambientais, sendo necessário criar experiências agradáveis para os alunos e quebrar as barreiras que limitam a participação desses adolescentes de maneira que se desenvolva uma motivação intrínseca (NAHAS, 2021).

Portanto, com os alunos em casa, a tendência das atividades domésticas terem aumentado é significativa. Com os pais indo trabalhar de forma presencial ou trabalhando de forma online, cresce a demanda dos adultos e gera a possibilidade dos adolescentes ajudarem com as tarefas em casa, se antes já não ajudavam. Porém, esse fato depende da situação socioeconômica da família, pois podem possuir empregados que cuidam das funções domésticas (MARIN, 2020).

Em uma pesquisa mais ampla, realizada com adolescentes de diferentes países e regiões, apresentou que os adolescentes estavam 52% menos ativos relativamente ao início da pandemia. Também foi identificado que 33% não realizavam nenhuma atividade física, 25% faziam menos de 1 hora de prática por semana e 7% realizavam mais de 6 horas por semana (U-REPORT, 2020).

Diante dessas considerações apresentadas, com a pandemia da Covid-19, algumas práticas de atividades físicas foram afetadas devido às restrições impostas pelos governos para diminuir a dissipação do vírus, essa medida como vimos anteriormente, trouxe diversas consequências para a vida ativa dos adolescentes.

Os estudos apresentados, mostram uma ideia do quanto a pandemia impactou na atividade física dos adolescentes, devido principalmente ao isolamento social, porém esses estudos são abrangentes e nos trazem informações muito amplas dos níveis de AF. Seria importante a realização de estudos mais delimitados para cada região ou até mesmo municípios para ter uma real informação sobre esse efeito da pandemia na vida ativa dos adolescentes.

### 3 METODOLOGIA

#### 3.1 CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO

O presente estudo caracteriza-se quanto à natureza como pesquisa aplicada, que segundo Silva e Menezes (2001, p. 20), “objetiva gerar conhecimentos para aplicação prática dirigidos à solução de problemas específicos. Envolve verdades e interesses locais.”

Em relação à abordagem, trata-se de uma pesquisa quantitativa que tem como objetivo quantificar os dados como opiniões e informações, analisando os dados coletados mediante números e utilizando de técnicas estatísticas para classificar os dados, sendo pré-estabelecida uma hipótese para verificar uma relação mais precisa com as variáveis (SILVA.; MENEZES, 2001).

Quanto aos objetivos, o presente estudo é descritivo, que segundo Gil (2002), tem como objetivo descrever a característica de uma população, de um grupo. Geralmente se utiliza de questionários para esse tipo de pesquisa, sendo um dos métodos mais utilizados em institutos de educação.

Sobre os procedimentos, refere-se a um estudo transversal no qual a coleta foi realizada em um único momento, sendo os dados de exposição e desfecho coletados simultaneamente (BASTOS; DUQUIA, 2013).

#### 3.2 POPULAÇÃO E AMOSTRA

A população do presente estudo compreendeu estudantes do ensino médio de uma escola pública estadual no município de Jaguari-RS. O município conta com 10 escolas, sendo que apenas 3 possuem o ensino médio (IBGE, 2020).

A escola do estudo atende cerca de 500 estudantes, sendo em média 170 estudantes do ensino médio. Para inclusão no estudo, foram adotados os seguintes critérios: a) estar no ensino médio; b) ter faixa etária entre 14 e 19 anos; c) Entregar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e o Termo de Assentimento assinados. E o seguinte critério de exclusão: a) não possuir nenhum tipo de deficiência. A amostra do estudo foi composta por 98 estudantes, sendo 48 do sexo masculino e 50 do sexo feminino, todos eles dos 1º, 2º e 3º anos do ensino médio nos turnos matutino e vespertino. Mais precisamente os dados foram coletados de três turmas do 1º ano, uma turma do 2º ano e duas turmas do 3º ano.

### 3.3 PROCEDIMENTOS ÉTICOS

Esta pesquisa atendeu à resolução do Conselho Nacional de Saúde (CNS/CHS nº 466/12), que, dentre outros aspectos, considera o respeito pela dignidade humana e pela proteção aos participantes de pesquisas científicas envolvendo seres humanos e foi submetido, através da plataforma Brasil, para aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Santa Catarina (CEPSH-UFSC), sendo aprovada a partir do parecer n. 5.063.108.

Antes de participar da pesquisa os responsáveis pelos adolescentes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e após seu consentimento os adolescentes participantes assinaram o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE). Os alunos maiores de 18 anos receberam um TCLE específico para maiores de idade, não precisando do consentimento dos pais. Nestes documentos, esclareceremos: a) os objetivos e procedimentos metodológicos adotados; b) que não haveria gastos financeiros e somente haveria dispêndio de parte do tempo para participar da pesquisa e c) explicamos a segurança em relação ao anonimato e outros aspectos. Além disso, deixamos claro e asseguramos a liberdade de optar por continuar ou não na pesquisa, em qualquer etapa desta.

A instituição escolar e todas as pessoas envolvidas nesta pesquisa foram informadas acerca de como foi desenvolvida cada etapa, foram esclarecidos os objetivos traçados e todas as dúvidas pertinentes. A participação foi absolutamente voluntária e os adolescentes poderiam se recusar a responder qualquer questão do questionário.

### 3.4 PROCEDIMENTOS DE COLETA DE DADOS

Para iniciar a coleta de dados foi realizado o contato inicial com a direção da escola, por meio de uma visita ao local, para explicar todo o enfoque da pesquisa, seus objetivos, detalhamentos metodológicos, bem como foi entregue uma solicitação de uma declaração de ciência, em que foi lida juntamente com a diretora da escola e por esta assinada. Esse contato se deu em meio a pandemia no qual a escola recém havia voltado de forma presencial não obrigatória, mantendo também o ensino remoto.

Em seguida, o projeto foi encaminhado ao Comitê de Ética e aprovado para realização da pesquisa com seres humanos, conforme previsto na resolução do Conselho Nacional de Saúde (CNS/CHS nº 466/12).

Posteriormente, entramos em contato com os familiares através dos adolescentes. Foi entregue aos alunos na escola, com pedido para entregarem aos pais, o TCLE para autorizarem a pesquisa juntamente com um convite explicando formalmente a pesquisa e seus objetivos sendo disponibilizado um número de telefone e e-mail para esclarecer eventuais dúvidas.

Após consentimento do TCLE pelos responsáveis, que foi entregue na escola, foi distribuído os TALE (Apêndice D) para os menores de idade e TCLE (Apêndice C) para os maiores. Após assinado, o pesquisador esclareceu mais detalhadamente o questionário, sanando as dúvidas dos adolescentes sobre as perguntas.

Em relação a aplicação do questionário, foi disponibilizado um link para acesso ao formulário do Google Forms no “Google Sala de Aula”, plataforma online que estava sendo utilizada pelos professores para entregar conteúdos e atividades da escola. Optou-se por utilizar o Google Forms para não ocupar o tempo de aula dos alunos, assim eles poderiam responder no horário em que quisessem, sendo que o pesquisador disponibilizou um e-mail e número caso surgissem dúvidas durante o processo.

Após o término do questionário, os dados foram baixados para um arquivo local com acesso por senha e os dados da nuvem serão deletados.

### 3.5 INSTRUMENTO DE COLETA DE DADOS

#### 3.5.1 Questionário Estruturado

O instrumento para a coleta foi um questionário estruturado, segundo Gil (2020, p. 115), “... o questionário constitui o meio mais rápido e barato de obtenção de informações, além de não exigir treinamento de pessoal e garantir o anonimato”.

O questionário formulado tem como inspiração o IPAQ (Questionário Internacional de Atividade Física) que busca entender o tempo que as pessoas gastam realizando atividades físicas. O questionário foi desenvolvido juntamente com um professor especialista da área de AF e saúde.

Para a elaboração do questionário (Apêndice A), desenvolvemos questões abertas e fechadas que buscam compreender o tempo que os adolescentes gastam no seu dia-a-dia em

práticas de atividade física em diferentes domínios (deslocamento, escola, lazer, atividades domiciliares) e os principais tipos de atividade física praticada pelos adolescentes.

Primeiramente havia a perguntas de sim e não em cada domínio onde se o participante respondesse sim, ele deveria ir para a questão seguinte, onde esta se tratava do tempo que ele dispndia no determinado domínio perguntado na questão.

Para dar conta dos objetivos do trabalho, o questionário foi desenvolvido em duas etapas. A primeira parte do questionário buscou responder às questões no momento anterior da pandemia, isto é, antes do decreto de pandemia da Covid-19, estabelecido pela OMS no dia 11/03/2020 e a segunda parte buscou responder as questões durante a pandemia, mais precisamente durante o período em que a escola esteve fechada, sendo de março de 2020 a julho de 2021. As perguntas realizadas foram as mesmas em ambas as etapas, porém em momentos diferentes.

### 3.6 ANÁLISE DE DADOS

Inicialmente, foi realizada uma análise exploratória dos dados, a fim de identificar possíveis erros de entrada da informação e valores extremos. Logo após, foram calculadas as medidas descritivas de frequência relativa e absoluta de cada uma das questões do questionário, no sentido de responder ao objetivo geral e específicos. Como o pressuposto de normalidade da distribuição foi violado, foi utilizado o teste de Wilcoxon para comparar o tempo gasto por semana nos diferentes domínios de AF nos momentos pré pandemia e durante a pandemia. Para comparação entre sexos, no período pré e durante a pandemia, foi utilizado o teste de Mann-Whitney. Para todas as análises foi adotado o nível de significância de 5%. Todas as análises foram realizadas no *software Statistical Package for the Social Sciences versão 27 (IBM SPSS Statistics, USA)*.



## 4 RESULTADOS

Inicialmente, apresentamos algumas informações dos adolescentes participantes da pesquisa, conforme exposto na tabela 1.

**Tabela 1** - Perfil dos participantes da pesquisa

Ano escolar	Sexo		Idade (anos)	
	Meninos	Meninas	Meninos	Meninas
1º	24 (50%)	21 (42%)	16,13±0,95	15,71±0,46
2º	8 (16,7%)	12 (24%)	16,88±0,64	17,08±0,90
3º	16 (33,3%)	17 (34%)	17,44±0,96	18,12±0,60
<b>Total</b>	48 (100%)	50 (100%)		

Legenda: 1º= Primeiro ano do ensino médio; 2º= Segundo ano do ensino médio; 3º= Terceiro ano do ensino médio; (±)= Desvio padrão.

Fonte: O autor, 2022

Nesse estudo participaram 98 estudantes do ensino médio em que os dados foram recolhidos de 3 primeiros anos, 1 segundo ano e 2 terceiros anos. Em relação ao perfil dos participantes, identificamos que 48 são do sexo masculino e 50 do sexo feminino. São 45 alunos do primeiro ano, 20 alunos do segundo ano e 33 alunos do terceiro ano, sendo uma pequena maioria de meninas em todos os anos. A média mínima de idade dos adolescentes foi de 15,71 anos, sendo a média das meninas do primeiro ano, já a média máxima foi de 18,2 anos, sendo a média de idade das meninas do terceiro ano.

Em relação as atividades físicas praticadas pelos adolescentes no momento anterior ao da pandemia (Tabela 2), identificou-se os seguintes resultados: Relativamente em relação aos meninos, houve uma porcentagem maior de engajamento em AF doméstica (91,7%) seguida da de deslocamento (89,6%); Para as meninas esses domínios também foram os mais reportados, com valores iguais a (98%).

Já as atividades físicas nos mesmos 4 domínios realizadas durante a pandemia (Tabela 2), entre março de 2020 a julho de 2021, constatou-se que: Para os meninos, ocorreu maior porcentagem de participação em AF domésticas (93,8%) seguida da de lazer (85,4%); Em relação as meninas, esses domínios também foram os mais reportados. Sendo um engajamento de 100% em AF doméstica e 76% no lazer.

**Tabela 2** – Número de meninos e meninas que realizavam atividades físicas em cada domínio pré e durante a pandemia.

<b>Deslocamento ativo pré e durante a pandemia</b>			
<b>Meninos</b>		<b>Meninas</b>	
Pré	Durante	Pré	Durante
43 (89,6%)	34 (70,8%)	49 (98%)	36 (72%)
<b>Atividades domésticas pré e durante a pandemia</b>			
<b>Meninos</b>		<b>Meninas</b>	
Pré	Durante	Pré	Durante
44 (91,7%)	45 (93,8%)	49 (98%)	50 (100%)
<b>Atividades físicas escolares pré e durante a pandemia</b>			
<b>Meninos</b>		<b>Meninas</b>	
Pré	Durante	Pré	Durante
42 (87,5%)	23 (47,9%)	46 (92%)	28 (56%)
<b>Atividades físicas no lazer pré e durante a pandemia</b>			
<b>Meninos</b>		<b>Meninas</b>	
Pré	Durante	Pré	Durante
41 (85,4%)	41 (85,4%)	36 (72%)	38 (76%)

Fonte: O autor, 2022

Em relação aos minutos de prática de atividade física em cada domínio (Tabela 3), identificou-se que antes da pandemia não houve nenhuma diferença significativa entre os valores de mediana de meninos e meninas nos domínios de deslocamento, doméstico e escola.

Já no domínio de lazer, houve uma prevalência dos meninos em relação as meninas, visto que o valor de mediana deles foi o dobro das meninas, evidenciando que os meninos eram mais ativos no lazer. Na atividade física total, os meninos apresentaram uma mediana maior (225 minutos) relativamente a das meninas (165 minutos).

No tempo de AF durante a pandemia, também não houve nenhuma diferença significativa entre meninos e meninas nos domínios de deslocamento, doméstico e escola. Somente no domínio de lazer houve diferença significativa, sendo que os meninos dispndiam de mais tempo de prática do que as meninas, considerando o valor da mediana. Na atividade física total ocorreu uma pequena prevalência, contudo não significativa, dos meninos (165 minutos) em relação às meninas (150 minutos).

Relativamente ao efeito da pandemia no tempo de AF de meninos e meninas, foi possível observar que houve diminuição significativa da mediana da AF de deslocamento dos meninos ( $p=0,001$ ); da AF escolar de meninos ( $p\leq 0,001$ ) e meninas ( $p\leq 0,001$ ); bem como da AF total de meninos ( $p=0,010$ ) e meninas ( $p=0,032$ ), estes destacados com “\*” na tabela.

**Tabela 3** – Mediana, p25, p75 e amplitude interquartílica de atividade física antes e durante a pandemia

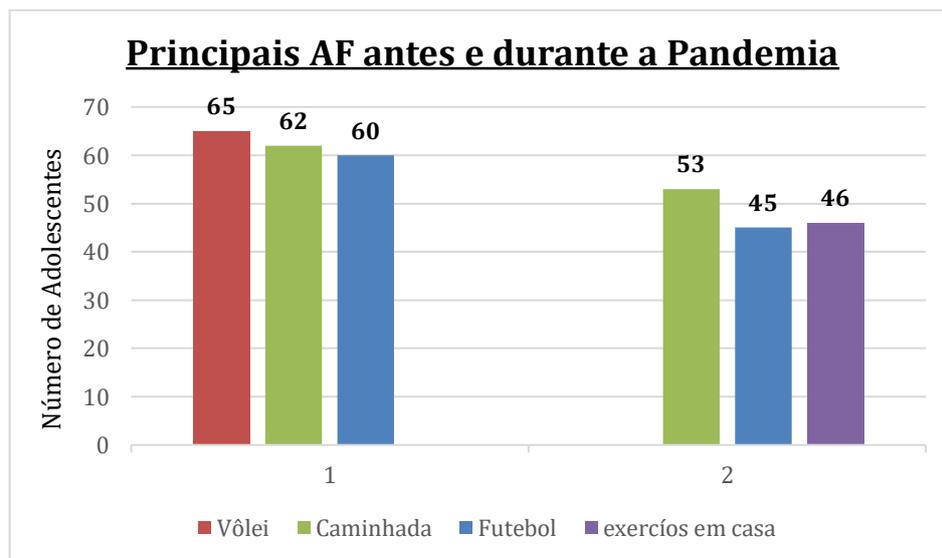
	AF Antes da Pandemia (min)			AF Durante a Pandemia (min)		
	Meninos	Meninas	p	Meninos	Meninas	p
AFDE	45(20-90); 70*	45(22,5-60);37,5	0,338	20(0-60);60*	30(0-56,3);56,3	0,686
AFDO	45(18,-90);71,2	45(30-82,5);52,5	0,890	45(20-108,8);88,8	45(30-90);60	0,686
AFES	45(30-55);25*	45(37,5-60);22,5*	0,713	0(0-45);45*	15(0-45);45*	0,686
AFLA	90(45-120);75	45(0-60);60	0,01	60(45-120);75	45(0-60);60	0,002
TOTAL	225(150-355 )205	165(135-226)91,3*	0,015	165(82,5-267,5)185*	150(105-195)-90*	0,689

Legenda: AF= Atividade física; AFDE= AF no deslocamento; AFDO= AF doméstica; AFES= AF na escola; AFLA= AF no lazer; TOTAL= Total de minutos; min= minutos; \* $p \leq 0,05$ = Há diferença significativa entre os períodos antes e durante a pandemia.

Fonte: O autor, 2022

Sobre as principais atividades físicas realizadas pelos adolescentes, identificou-se que as 3 principais AF antes da pandemia (Gráfico 1) eram futebol, vôlei e caminhada. Já durante a pandemia (Gráfico 1), as 3 principais AF eram futebol, caminhada e exercícios em casa. Identificou-se também que houve redução de prática de futebol e caminhada em relação ao período anterior ao da pandemia.

**Gráfico 1:** Principais atividades físicas antes e durante a pandemia



Legenda: 1= AF antes da pandemia; 2= AF durante a pandemia.

Fonte: O autor, 2022

## 5 DISCUSSÕES

O presente estudo apresenta uma descrição das práticas de atividade física de adolescentes nos principais domínios da atividade física. Como já informado, a OMS recomenda no mínimo 300 minutos por semana de atividade física para os adolescentes (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2020).

Este estudo, baseado nos valores medianos, identificou que tantos os meninos quanto as meninas não atendiam as recomendações da OMS antes da pandemia, sendo que os resultados comprovam que os adolescentes eram insuficientemente ativos assim como os estudos apresentados na revisão de literatura nos quais todos os estudos apresentavam prevalência de atividade física insuficiente. (HALLAL *et al*, 2012); (TENÓRIO *et al*, 2010); (CUREAU *et al*, 2016); (SANTOS, M., *et al*, 2010a); (LEITE; BASTOS, G.; BASTOS, J., 2013); (FREITAS *et al.*, 2010); (PeNSE, 2015).

Também podemos observar que durante o período anterior a pandemia, os meninos eram mais ativos do que as meninas assim como no estudo da PeNSE (2015) no qual mostrou que em todos os estados do Brasil os meninos eram mais ativos que as meninas e no estudo de Guthold *et al* (2020), em que em quase todos 146 países as meninas são menos ativas.

Ainda de acordo com Guthold *et al* (2020), essa superioridade do sexo masculino tende a estar relacionada com questões sociais, como as meninas estarem mais relacionadas a atividades domésticas, porém nesse estudo, tanto os meninos quanto as meninas relataram a prática de atividades domésticas, sendo que não houve prevalência significativa das meninas no momento anterior a pandemia. No que se refere a esse domínio, podemos pensar que estamos em constate evolução na sociedade e ao comparar com épocas passadas, hoje em dia há uma maior participação do sexo masculino nas atividades domésticas. (AMATO *et al*, 2007).

Em relação aos domínios no momento anterior a pandemia, podemos destacar que a mediana de tempo dispendido por meninos e meninas nos domínios de deslocamento, AF doméstica e AF escolar foi cerca de 45 minutos. No domínio de lazer, os meninos tiveram o dobro do valor de mediana para a prática relativamente às meninas. Um dos motivos que pode explicar um maior tempo de AF no lazer dos meninos em relação as meninas pode estar relacionado com o apoio social, no qual, segundo o estudo de Peixoto *et al* (2019), os meninos recebem mais convites dos amigos para a prática de atividade física no lazer do que as meninas.

No que diz respeito ao domínio de AF escolar, os resultados desta pesquisa não corroboram com os do estudo de Santos J (2019), no qual demonstra que as meninas têm uma maior prevalência de evasão nas aulas de educação física do que os meninos. Neste estudo as

meninas tiveram a mesma mediana de tempo e maior adesão as práticas de AF na escola com 92% de meninas que relataram participar das AF.

No domínio de deslocamento, a maioria dos adolescentes realizam deslocamento ativo, 89,6% de meninos e 98% de meninas. O que contradiz com o estudo de Thuany *et al* (2021) em que observou que apenas 44,4% dos brasileiros optam pelo deslocamento ativo, no Rio Grande do Sul são cerca de 48,2%. Porém foi identificado um tempo mediano muito baixo nesse domínio, esse fato pode ser explicado pelo fato de a cidade ser muito pequena e possuir acesso as necessidades básicas, parques, escolas muito acessíveis. Ela possui cerca de 675,314 km<sup>2</sup> de área territorial e população de 10.684 pessoas (IBGE, 2020; 2021).

A respeito da AF total durante a pandemia, constatou-se que houve uma queda na mediana de minutos dispendidos de AF por ambos os sexos. Os meninos apresentaram uma mediana de 165 minutos em práticas de AF e as meninas cerca de 150 minutos, mantendo níveis insuficientes de AF em relação as recomendações da OMS. Isso confirma os dados apresentados pelos estudos da ConVid Adolescentes (2020) e U-REPORT (2020) no qual confirmaram uma redução de prática de AF dos adolescentes durante a pandemia.

Os dados também mostraram que durante a pandemia não houve diferença significativa entre meninos e meninas de tempo total de prática de AF. Com isso, podemos pensar que o fato de um tempo semelhante dispendido entre meninos e meninas pode estar relacionado com uma maior falta de AF no lazer e AF escolar dos meninos.

Sobre as AF no lazer, o número de meninos que diziam realizar AF nesse domínio se mantiveram os mesmos, já o número de meninas contou com um pequeno aumento. Em relação ao tempo de prática houve pequena redução de ambos os sexos, porém não significativa. Todavia, os meninos permaneceram mais ativos do que as meninas. Essa diminuição da prática pode ser caracterizada pelas restrições impostas pelo governo e cidade como fechamento de ginásios e parques, assim como explicado no capítulo 2.2 (SECRETARIA DA SAÚDE DO RIO GRANDE DO SUL, 2020).

No que se refere a redução do número de engajamento de alunos de ambos os sexos na prática de AF escolar e o baixo tempo dispendido neste domínio, os principais motivos podem estar relacionados com a falta de interesse e motivação nas aulas remotas, possibilitando ao aluno um desinteresse em estudar (CAFÉ E SELUCHINESK, 2020).

Em relação ao domínio de deslocamento, houve redução no número de adolescentes de ambos os sexos que praticavam deslocamento ativo e uma pequena redução de tempo para ambos os sexos. O fato de estarem com aulas remotas e não precisarem ir para a escola influencia nesses resultados.

Quanto ao domínio de AF doméstica, uma maior quantidade de adolescentes aderiu a essa prática de ambos os sexos, sendo que não se sucedeu nenhuma variação de tempo significativa nesta prática. Essa maior adesão dos adolescentes pode estar relacionada com um maior tempo em casa no qual segundo os dados da ConVid Adolescentes (2020), cerca de 71,5% dos adolescentes aderiram às restrições sociais.

No que diz respeito as principais atividades realizadas pelos adolescentes, podemos observar que antes da pandemia eram o vôlei, o futebol e a caminhada. Durante a pandemia surge os exercícios em casa, isso deve-se ao fato do isolamento social, e também pode estar relacionado com as aulas remotas e o crescimento de conteúdos na internet como plataformas e “lives” incentivam e auxiliam na prática de AF em casa (CARVALHO; FREITAS; AKERMAN, 2021).

Entre as limitações desse estudo podemos citar a questão do instrumento de coletas. Segundo Gil (2008) o questionário impede o auxílio do informante quando o participante não entende alguma pergunta ou colocação, além de possibilitar resultados críticos pois as questões podem ter significados diferentes para as pessoas, além de depender da memória do adolescente. Contudo a pesquisa foi direcionada a um número considerável de adolescentes e foi realizada ainda durante a pandemia, fatores que, de certo modo, limitaram a utilização de outros instrumentos.

Sobre os pontos fortes, acredita-se que o estudo nos traz questões relevantes que podem ser levantadas por professores, adolescentes, políticos, comunidade e pesquisadores. Este estudo mostra o baixo nível de atividade física dos adolescentes nos principais domínios em momento anterior e durante uma pandemia. Também apresenta questões que concordam, mas que também contradizem com estudos já realizados, apresentando pontos que ainda precisam ser discutidos.

Ainda, esses dados encontrados são de extrema importância pois fazem os professores se questionarem sobre a baixa participação e tempo de AF durante as aulas não presenciais, trazendo em discussão a questão sobre um possível ensino remoto no futuro. Além disso, apresenta pontos a serem questionados pelos políticos e comunidade em geral pois um baixo nível de atividade física pode estar relacionado com a falta de espaços adequados e falta de incentivo de pessoas próximas.

## 6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Por fim, a presente pesquisa teve como objetivo investigar comparar a prática de atividade física em diferentes domínios (lazer, escola, transporte e atividades domésticas) antes e durante a pandemia (março de 2020 a julho de 2021) de Covid-19 em adolescentes da rede pública de ensino de Jaguari, Rio Grande do Sul.

Com isso, a análise do estudo permitiu inferir dados importantes sobre as práticas dos adolescentes nos principais domínios da atividade física. Também possibilitou identificar como a pandemia afetou a prática de atividade física na vida dos adolescentes, apresentando aspectos similares e contraditórios a outros estudos já realizados.

Foi possível observar que os adolescentes já eram insuficientemente ativos fisicamente e com a pandemia esse número baixou ainda mais. Também ficou nítida, no momento anterior ao da pandemia, a superioridade de tempo total dispendido para a prática de atividade física dos meninos em relação as meninas.

Também podemos destacar que um possível fato para essa superioridade pode estar relacionado com a falta de atividade física das meninas no lazer. Deve-se pensar em como podemos incentivar nossas adolescentes a buscarem à pratica de atividades físicas no seu tempo livre.

Além disso, a pandemia influenciou na prática de atividade física escolar, os tempos gastos com esse domínio mostrou que por mais que os alunos participem das aulas remotas, eles tendem a não realiza-las por muito tempo ou podemos pensar que os professores não conseguiram lidar com a situação da pandemia, porém isso requer mais estudos.

Outrossim, é interessante ressaltar que durante a pandemia houve um aumento de adolescentes praticando exercícios em casa, algo que não foi muito relatado no momento anterior da pandemia. Essa informação pode ser fundamental para os professores pensarem em atividades que possibilitem ser realizadas em casa para alunos que tiverem interesse.

Desta forma, esperamos que este estudo contribua para professores e alunos a entenderem a importância de se manter ativo na pandemia, por mais que as restrições nos impeçam de realizar algumas atividades, devemos nos dedicar a encontrar meios capazes de nos manter ativos em prol da saúde. Também, os políticos da cidade devem proporcionar espaços adequados para a prática e juntamente com a comunidade e professores, incentivar desde cedo os adolescentes para um hábito saudável que é a prática constate de atividade física.

## REFERÊNCIAS

- AMATO, P. R.; BOOTH, A.; JOHNSON, D. R.; ROGERS, S. J. **Alone together How marriage in America is changing**. Cambridge: Harvard University Press, 2007.
- ARAÚJO, Tânia M.; LUA, Iracema. O trabalho mudou-se para casa: trabalho remoto no contexto da pandemia de COVID-19. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**. v. 46, p. 11, 2021. <https://doi.org/10.1590/2317-6369000030720>
- BASTOS, Dornelles Luiz J.; DUQUIA, Pereira R. Um dos delineamentos mais empregados em epidemiologia: estudo transversal. **Scientia Medica**. V. 23, n. 2, 2013.
- BECKER, Leonardo A.; GONÇALVES, Priscila B.; REIS, Rodrigo S. Programas de promoção da atividade física no Sistema Único de Saúde brasileiro: Revisão sistemática. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, Paraná, v. 21, n.2, p. 110-122, 2016.
- BOTERO, João Paulo et al. Impact of the COVID-19 pandemic stay at home order and social isolation on physical activity levels and sedentary behavior in Brazilian adults. **Einstein (São Paulo)**, São Paulo, v. 19, 2021.
- CAFÉ, Laércio de J.; SELUCHINESK, Rosane Duarte R. Motivação dos alunos de 3º ano do ensino médio para prosseguirem seus estudos frente às dificuldades da pandemia covid-19. **Revista Humanidades e Inovação**, [S.I.], v. 7, p. 199-212, 2020.
- Carvalho**, Fabio Fortunato Brasil de.; FREITAS, Débora D.; AKERMAN, M. The ‘new normal’ in physical activity and health: pandemics and uberization?. **Movimento**, [S.I.], v. 27, 2021.
- CATANANTE, Flávia.; CAMPOS, Rogério C.; LOIOLA, Iraneia. Aulas on-line durante uma pandemia: Condições de acesso asseguram a participação do aluno? **Revista Educ@ção Científica**, [S.I.], v. 4, n. 8, p. 977–988, 2020. <https://doi.org/10.46616/rce.v4i8.122>
- COELHO Carolina G.; XAVIER Fátima Vieira da F.; MARQUES, Adriane Cristine G. Educação física escolar em tempos de pandemia da covid-19: a participação dos alunos de ensino médio no ensino remoto. **Intercontinental Journal on Physical Education**, [S.I.], v. 2, n. 3, p. 13, 2020.
- COUTO, Josiene de O. *et al.* Qual é a contribuição de cada domínio da atividade física para a atividade física total em adolescentes? **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**., [S.I.], v. 22 ,2020. <https://doi.org/10.1590/1980-0037.2020v22e70170>
- CUCINOTTA D.; VANELLI M. WHO Declares COVID-19 a Pandemic. **Acta Biomed**. 2020 Mar 19;91(1):157-160
- CUREAU, FV. *et al.* ERICA: Inatividade física no lazer em adolescentes brasileiros. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 50, p. 11, 2016.
- Diretrizes da OMS sobre atividade física e comportamento sedentário: Visão rápida** . [S.I.]. Disponível em: <https://www.who.int/publications-detail-redirect/9789240014886>.

Acesso em: 28 jun. 2021.

FIGUEIREDO, Tatiane Kosimenko F. *et al.* Changes in total physical activity, leisure and commuting in the largest city in Latin America, 2003-2015. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, São Paulo, v. 24, 2021.

FREITAS, de Rodrigo Wagner Júnior F. Prática de atividade física por adolescentes de Fortaleza, CE, Brasil. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Fortaleza, v. 63, n. 3, p. 410–415, 2010.

FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ (FIOCRUZ). ConVid Adolescentes - Pesquisa de Comportamentos. **Fundação Oswaldo Cruz**, [S.I.], 2020. Disponível em: <https://convid.fiocruz.br/>. Acesso em: 10 ago. 2021.

GIL, Antonio C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: ed. Atlas S.A. 2002.

GIL, Antonio Carlos. Métodos e técnicas de pesquisa social. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

GRAO-CRUCES, Alberto.; VELÁZQUEZ-ROMERO, María J.; RODRÍGUEZ-RODRÍGUEZ, Fernando. Níveis de atividade física durante o horário escolar em crianças e adolescentes: uma revisão sistemática. **Jornal Internacional de Pesquisa Ambiental e Saúde Pública**, [S.I.], v. 17, n.13, 2020.4773. <https://doi.org/10.3390/ijerph17134773>

GUTHOLD, Regina. *et al.* Global trends in insufficient physical activity among adolescents: a pooled analysis of 298 population-based surveys with 1.6 million participants. **The Lancet Child & Adolescent Health**, [S.I.], v. 4, n. 1, p. 23-35, 2020. [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(19\)30323-2](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(19)30323-2)

HALLAL, Pedro C. *et al.* Global physical activity levels: surveillance progress, pitfalls, and prospects. **Lancet**, [S.I.], v. 380, p. 247-57, 2012.

IBGE. **Cidades e Estados**. [S.I.], 2020/2021. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/cidades-e-estados/rs/jaguari.html>. Acesso em: 4 de mar. 2022

JAGUARI. **Comitê estratégico de saúde de Jaguari para enfrentamento do coronavírus divulga novo boletim**. Covid-19, Jaguari, 2020. Disponível em: <https://jaguari.rs.gov.br/categoria/boletinscovid/>. Acesso em: 11 de fev. 2022.

LEITÃO Bichels M. *et al.* **Informe da Sociedade Brasileira de Medicina do Exercício e do Esporte (SBMEE) sobre exercício físico e o coronavírus (COVID-19)**. 2020.

LEITE, Eduardo. Decreto Estadual. **Secretaria da Saúde**, Porto Alegre, 2020. Disponível em: <https://coronavirus.rs.gov.br/decretos-estaduais>. Acesso em: 11 de fev. 2022.

LEITES, Gabriela T.; BASTOS, Gisele Alsina N.; BASTOS, Juliano P. Prevalência de atividade física insuficiente em adolescentes do Sul do Brasil. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, [S.I.], v. 15, n. 3, p. 286–295, 2013. <https://doi.org/10.1590/1980-0037.2013v15n3p286>

LOPES, Marcus Vinicius V. *et al.* Tipos e quantidades de atividades físicas praticadas por adolescentes do sul do Brasil. **Pensar a Prática**, [S.I.], v. 21, n. 3, 2018.  
<https://doi.org/10.5216/rpp.v21i3.45850>

MALTA, Deborah C. *et al.* A pandemia de COVID-19 e as mudanças no estilo de vida de adolescentes brasileiros. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, Brasília, v. 29, n. 4, 2020.

MARIN, Angela. *et al.* Saúde Mental e Atenção Psicossocial na Pandemia COVID-19: crianças na pandemia COVID-19. **Fiocruz**, Rio de Janeiro, p. 20, 2020.

MARQUES, Adilson; LOUREIRO, Nuno; AVELAR-ROSA, Bruno; NAIA, Ana; MATOS, Margarida Gaspar de. Adolescents' healthy lifestyle. **Jornal de Pediatria**, [S.I.], v. 96, n. 2, p. 217-224, 2020.

MATIAS, Thiago S.; ROLIM, Martina Kieling Sebold B.; SCHMOELZ Camilie P.; ANDRADE, Alexandre. Hábitos de atividade física e lazer de adolescentes. **Pensar a Prática**, Goiânia v. 15, n. 3, p. 637-651, 2012.

MATTEI, Lauro.; HEINEN, Vicente L. (2020). Impactos da crise da Covid-19 no mercado de trabalho brasileiro. **Revista Brasileira de Economia Política**, São Paulo, v.40, n. 4, p. 647–668, 2020.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Coronavírus (COVID-19): Sobre a doença**. coronavirus.saude.gov. Brasil, [S.I.], 2020. Disponível em: <https://coronavirus.saude.gov.br/>. Acesso em: 28 jun. 2021.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Guia de Atividade Física para a População Brasileira**. Brasília, 2021. Disponível em: [https://bvsm.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia\\_atividade\\_fisica\\_populacao\\_brasileira.pdf](https://bvsm.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_atividade_fisica_populacao_brasileira.pdf). Acesso em: 13 jul. 2021.

MINISTÉRIO DA SAÚDE.; IBGE. **Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar – PeNSE 2015**. [S.I.], 2016. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br>. Acesso em: 13 jul. 2021.

NAHAS, Markus Vinicius. **Atividade Física, Saúde e Qualidade de Vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo**. 7. ed. Florianópolis: Ed. do Autor, p. 362, 2017. Disponível em: [https://sbafs.org.br/admin/files/papers/file\\_IIduWnhVZnP7.pdf](https://sbafs.org.br/admin/files/papers/file_IIduWnhVZnP7.pdf). Acesso em: 13 jul. 2021.

PEIXOTO, Botelho M.; KNUTH, Goularte A.; SILVA Crochemore Mohnsam da.; HALLAL, Curi P. Apoio social e prática de atividade física no lazer em adolescentes: um estudo de base populacional. **Rev. Bras. Ativ. Fís. Saúde**, [S.I.], v. 24, jun de 2019.

PITANGA, Francisco José. G.; BECK, Carmem C.; PITANGA, Cristiano Penas S. Atividade Física e Redução do Comportamento Sedentário durante a Pandemia do Coronavírus. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, [S.I.], v. 114, n. 6, p. 1058–1060, 2020.  
<https://doi.org/10.36660/abc.20200238>

PRODANOV, Cleber C.; FREITAS Ernani C. **Metodologia do Trabalho Científico: Métodos e Técnicas da Pesquisa e do Trabalho Acadêmico**. 2. ed. Novo Hamburgo-RS: Ed. Feevale, 2013.

SANTOS, Josivana Pontes dos. *et al.* Fatores associados a não participação nas aulas de educação física escolar em adolescentes. **Journal of Physical Education**, v. 30, 2019.

SANTOS, Mariana Silva et al. Barreiras para a prática de atividade física em adolescentes. Um estudo por grupos focais. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, [S.I.], v. 12, n. 3, P. 137-143, 2010b.

SANTOS, Mariana Silva. *et al.* Prevalência de barreiras para a prática de atividade física em adolescentes. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, [S.I.], v. 13, n. 1, p. 94-104, 2010a. <https://doi.org/10.1590/S1415-790X2010000100009>.

SEABRA, André F. *et al.* Determinantes biológicos e sócio-culturais associados à prática de atividade física de adolescentes. **Cadernos de Saúde Pública**. Rio de Janeiro, v. 24, n. pp. 721-736, 2008.

SILVA, Alexandre Augusto de Paula da. *et al.* Caracterização das Atividades Físicas Desenvolvidas por Adolescentes de Curitiba, Brasil. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**. São Paulo, v. 25, n. 3, 2019.

SILVA, Junior Vagner P. (In)Atividade física na adolescência: uma revisão sistemática. **R. bras. Ci. e Mov**, [S.I.], v. 21, n. 3, p. 166-179, 2013. <http://dx.doi.org/10.18511/rbcm.v21i3.3602>

SILVA, Edna Lúcia.; MENEZES Estera Muszkat. Metodologia da Pesquisa e Elaboração de Dissertação. **Laboratório de Ensino a Distância da UFSC**, Florianópolis, 3. ed, 2001.

SOUZA, Murilo C.; GRAÇA, Romulo L. **Nível de atividade física de praticantes de exercício físico do sul de santa catarina durante a pandemia do covid-19**. 2020. 17 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Curso de Educação Física, Universidade do Sul de Santa Catarina, Tubarão, 2020. Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/12655>. Acesso em: 13 ago. 2021.

SZWARCWALD, Célia L. Associações de fatores sociodemográficos e comportamentos de saúde com o bem-estar emocional de adolescentes durante a pandemia covid-19 no brasil. **Jornal Internacional de Pesquisa Ambiental e Saúde Pública**, [S.I.], v. 18, n.11, 2021. <https://doi.org/10.3390/ijerph18116160>

TAVARES Giselle H. *et al.* Inatividade física no lazer durante a pandemia da COVID-19 em universitários de Minas Gerais. **Rev. Bras. Ativ. Fís. Saúde**, Minas Gerais, v. 25, 2020.

THUANY M; SANTOS Fernanda K dos; ALMEIDA Marcos B; GOMES Thayse Natacha Queiroz F. Deslocamento ativo em adolescentes: prevalência e preditores associados ao trajeto casa-escola. **Rev. Bras. Ativ. Fís. Saúde**. jul de 2021.

TENÓRIO, Maria Cecília M. *et al.* Atividade física e comportamento sedentário em adolescentes estudantes do ensino médio. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, [S.I.], v. 13, n. 1, p. 105–117, 2010. <https://doi.org/10.1590/S1415-790X2010000100010>.

UNICEF. First day of school 'indefinitely postponed' for 140 million first-time students around the world – UNICEF. **Unicef - For every child**, 2021. Disponível em: <https://www.unicef.org/press-releases/first-day-school-indefinitely-postponed-140-million-first-time-students-around-world>. Acesso em: 04/10/2021.

U-REPORT (América Latina e Caribe). Effects of the COVID-19 pandemic on adolescent and youth nutrition and physical activity. **unicef**, [S.I.], 2020. Disponível em: <https://www.unicef.org/lac/en/effects-of-covid-19-pandemic-on-adolescent-and-youth-nutrition-and-physical-activity>. Acesso em: 06 ago. 2021.

VINER Russell M. *et al.* Life course epidemiology: recognising the importance of adolescence. **J Epidemiol Community Health**. [S.I.], v. 69, n. 8, p. 719-20, 2015 doi: 10.1136/jech-2014-205300. <https://doi.org/10.1136/jech-2014-205300>

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Coronavirus disease (COVID-19) pandemic**. [S.I.], 2020. Disponível em: [https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019?adgroupsurvey=%7badgroupsurvey%7d&gclid=Cj0KCQjwwNWKBhDAARIsAJ8Hkhd9eUvy7S5H9u5Csog8vBeK-GsETYKQCqbmsqpnMG1LC0AINiakwu4kaAj1nEALw\\_wcB](https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019?adgroupsurvey=%7badgroupsurvey%7d&gclid=Cj0KCQjwwNWKBhDAARIsAJ8Hkhd9eUvy7S5H9u5Csog8vBeK-GsETYKQCqbmsqpnMG1LC0AINiakwu4kaAj1nEALw_wcB) . Acesso em: 11 out. 2021.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **PHYSICAL ACTIVITY. WHAT IS PHYSICAL ACTIVITY?**. [S.I.], 2020. DISPONÍVEL EM: <https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Discurso de abertura do Diretor-Geral da OMS no briefing para a mídia sobre COVID-19 - 11 de março de 2020**. [S.I.], 2020. Disponível em: <https://www.who.int/director-general/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march-2020> . Acesso em: 09 out. 2021.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Saúde dos adolescentes**. [S.I.], [S.D.]. Disponível em: [https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab\\_1](https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1). Acesso em: 11 de fev. 2022.

**APÊNDICE A – Instrumento de coleta de dados**  
**QUESTIONÁRIO DE ATIVIDADE FÍSICA**

NOME: \_\_\_\_\_

DATA NASCIMENTO: \_\_\_\_\_ TURMA/ANO: \_\_\_\_\_ TURNO: \_\_\_\_\_

SEXO: ( ) MASCULINO ( ) FEMININO DATA: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_\_\_

**OBSERVAÇÃO:** A primeira etapa deve ser respondida levando em conta o período anterior ao da pandemia da COVID-19. A segunda etapa deve ser respondida levando em consideração o período de isolamento social, durante a pandemia, onde não havia aulas presenciais.

**1º ETAPA (ANTES DA PANDEMIA (ANTES DE 11/03/2020))**

1- Você costumava fazer deslocamentos ativos (a pé, bicicleta, skate, etc.)?

( ) Sim ( ) Não

2- Se sim, quanto tempo **por semana** você gastava no seu deslocamento ativo, seja para ir a escola ou outros lugares?

Horas: \_\_\_\_\_ Minutos: \_\_\_\_\_

3- Você costumava ajudar nas atividades domésticas (lavar louça: cuidar do jardim; limpar a casa, etc.)?

( ) Sim ( ) Não

4- Se sim, quanto tempo **por semana** você gastava em atividades domésticas?

Horas: \_\_\_\_\_ Minutos: \_\_\_\_\_

5- Você praticava atividades físicas na escola (aulas de educação física, atividades no recreio, etc.)?

( ) Sim ( ) Não

6- Se sim, quanto tempo **por semana** você gastava em práticas de atividades físicas na escola?

Horas: \_\_\_\_\_ Minutos: \_\_\_\_\_

7- Você praticava atividades físicas no lazer (esportes, exercícios, etc.)?

Sim       Não

8- Se sim, quanto tempo **por semana** você gastava em práticas de atividade física no lazer?

Horas:\_\_\_\_\_ Minutos:\_\_\_\_\_

9- Quais as principais atividades físicas que você praticava?

- |                                    |                                     |  |
|------------------------------------|-------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Futebol   | <input type="checkbox"/> Corrida    | <input type="checkbox"/> Skate               |
| <input type="checkbox"/> Vôlei     | <input type="checkbox"/> Musculação | <input type="checkbox"/> Tênis               |
| <input type="checkbox"/> Basquete  | <input type="checkbox"/> Ginástica  | <input type="checkbox"/> Lutas               |
| <input type="checkbox"/> Handebol  | <input type="checkbox"/> Dança      | <input type="checkbox"/> Exercícios em casa  |
| <input type="checkbox"/> Caminhada | <input type="checkbox"/> Bicicleta  | <input type="checkbox"/> Brincadeiras ativas |

## **2º ETAPA (DURANTE A PANDEMIA, PERÍODO DE ISOLAMENTO SOCIAL ONDE NÃO HAVIA ENSINO PRESENCIAL (MARÇO DE 2020 A JULHO DE 2021))**

1- Você costumava fazer deslocamentos ativos (a pé, bicicleta, skate, etc.)?

Sim       Não

2- Se sim, quanto tempo **por semana** você gastava no seu deslocamento ativo, seja para ir a escola ou outros lugares?

Horas:\_\_\_\_\_ Minutos:\_\_\_\_\_

3- Você costumava ajudar nas atividades domésticas (lavar louça: cuidar do jardim; limpar a casa, etc.)?

Sim       Não

4- Se sim, quanto tempo **por semana** você gastava em atividades domésticas?

Horas:\_\_\_\_\_ Minutos:\_\_\_\_\_

5- Você praticava atividades físicas na escola (aulas de educação física, atividades no recreio, etc.)?

Sim       Não

6- Se sim, quanto tempo **por semana** você gastava em práticas de atividades físicas na escola?

Horas:\_\_\_\_\_ Minutos:\_\_\_\_\_

7- Você praticava atividades físicas no lazer (esportes, exercícios, etc.)?

Sim       Não

8- Se sim, quanto tempo **por semana** você gastava em práticas de atividade física no lazer?

Horas:\_\_\_\_\_ Minutos:\_\_\_\_\_

9- Quais as principais atividades físicas que você praticava?

Futebol

Corrida

Skate

Vôlei

Musculação

Tênis

Basquete

Ginástica

Lutas

Handebol

Dança

Exercícios em casa

Caminhada

Bicicleta

Brincadeiras ativa

**APÊNDICE B – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido para Pais CEP**



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



**TERMO DE ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**

Prezado(a) Sr(a).

O (A) menor \_\_\_\_\_, sob sua responsabilidade está sendo convidado(a) para participar da pesquisa intitulada “ **A influência da pandemia da covid-19 nas práticas de atividade física de adolescentes do ensino médio da rede pública de ensino do município de jaguari-rs**” sob a responsabilidade da pesquisadora Prof<sup>a</sup>. Doutora Michele Caroline de Souza, Professora Adjunta da Universidade Federal de Santa Catarina, Departamento de Educação Física. A presente pesquisa será realizada durante a aula online de educação física de seu/sua filho(a), do Instituto Estadual de Educação Professora Guilhermina Javorski, localizado na Av. Dr. Severiano de Almeida, nº 500, no centro de Jaguari-RS, por meio de um link disponibilizado na sala Google Meet para acessar a plataforma Google Forms.

O objetivo desta pesquisa é analisar o impacto da pandemia na prática de atividades físicas de adolescentes estudantes do ensino médio do município de Jaguari-RS. Além disso, pretende-se entender se esse impacto ocorre de forma distinta entre os sexos, também, verificar as principais práticas de atividade física realizadas antes e durante a pandemia.

Não há custo para que o menor possa participar deste estudo. Contudo, caso haja despesas comprovadamente vinculadas a sua participação neste estudo, estaremos dispostos a ressarcir-lo. Igualmente, garantimos a você o direito a indenização, desde que comprovadamente vinculadas à participação neste estudo. Você poderá retirar seu consentimento ou interromper a participação do menor a qualquer momento sem nenhum prejuízo ou coação. Informamos que os resultados dessa pesquisa poderão ser apresentados em eventos ou periódicos científicos, garantindo-lhe o direito ao anonimato e resguardo de sua privacidade, ou seja, o nome do menor não será revelado, ou qualquer informação relacionada à sua privacidade.

Durante a participação, o menor será submetido a responder um questionário semiestruturado, com perguntas relacionadas as práticas de atividades físicas nos domínios de

transporte, lazer, escola e atividades domésticas, também perguntas relacionadas as principais atividades físicas realizadas. Todo o processo de preenchimento do questionário será realizado durante as aulas de Educação Física em ambiente virtual do menor estudante do Instituto Estadual de Educação Professora Guilhermina Javorski. O menor terá acompanhamento de um dos pesquisadores da pesquisa durante o processo, e caso solicitado por um dos participantes, após o encerramento do processo.

Este estudo não apresenta riscos de natureza física. No entanto, existe a possibilidade de mobilização emocional relacionada ao tema, como por exemplo, sentir-se desconfortável com as perguntas que possam vir a ser feitas durante a entrevista, além de estresses devido ao ambiente virtual. Para amenizar tais desconfortos as atividades serão realizadas respeitando o limite dos alunos e com a supervisão do pesquisador para eventuais dúvidas. Entre os benefícios, destaca-se o conhecimento, por parte de pais, professores e do próprio aluno em relação ao seu nível de atividade física em relação as principais recomendações da Organização Mundial da Saúde, também busca compreender como o adolescente comporta-se diante de uma crise sanitária. Entregaremos um relatório final a escola e aos professores com todos os resultados gerais da pesquisa. O Sr(a) responsável, caso deseje, também poderá ter acesso aos resultados do menor de sua responsabilidade entrando em contato com o pesquisador.

O projeto traz, em seu vasto leque de benefícios, um passo inicial para entender os níveis de atividade física dos adolescentes da comunidade escolar, além de suas práticas de atividades físicas preferidas. Possibilitando aos professores e políticos do município, ofertarem o acesso e incentivo para à prática de atividade física. Como critério de inclusão, o adolescente deverá ser estudante regular do ensino médio do Instituto Estadual de Educação Professora Guilhermina Javorski, ter entre 14 a 18 anos de idade. Serão excluídos alunos com algum tipo de deficiência.

Este documento deverá ter seu consentimento, onde ao enviar a mensagem “ACEITO OS TERMOS”, você declara que está ciente de todas as questões deste termo. É importante que você baixe o PDF deste documento e guarde-o cuidadosamente, pois é um documento que traz importantes informações de contato e garante os seus direitos como participante da pesquisa. Os aspectos éticos e a confidencialidade das informações fornecidas, relativos às pesquisas com seres humanos, serão respeitados de acordo com as diretrizes e normas regulamentadoras da Resolução N° 466, de 12 de dezembro de 2012, aprovada pelo Conselho Nacional de Saúde. Estaremos disponíveis para quaisquer esclarecimentos no decorrer do estudo. Você poderá entrar em contato conosco, com a pesquisadora e Profa. Dra. Michele Caroline de Souza, telefone: (48) 3721.9927, *e-mail* souza.michele@ufsc.br ou pessoalmente no endereço: Departamento de Educação Física, Centro de Desportos, Bloco Administrativo, 2° andar, sala

207, Universidade Federal de Santa Catarina, *Campus* Universitário Reitor João David Ferreira Lima, Bairro Trindade, em Florianópolis (SC), CEP 88.040-900. Você também poderá entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da UFSC pelo telefone (48) 3721.6094, *e-mail* cep.propesq@contato.ufsc.br ou pelo endereço Pró-Reitoria de Pesquisa, Prédio Reitoria II, Rua Des. Vitor Lima, sala 401. Universidade Federal de Santa Catarina, *Campus* Universitário Reitor João David Ferreira Lima, Bairro Trindade, em Florianópolis (SC), CEP 88.040-400.

---

Nesses termos e considerando-me livre e esclarecido (a) sobre a natureza e objetivo do estudo proposto, consinto minha participação voluntária, afirmando que li e tirei todas as dúvidas junto ao pesquisador responsável.

Ao responder este e-mail com a mensagem “ACEITO OS TERMOS” e, clicar no botão abaixo “ENVIAR”, o(a) senhor(a) autoriza o menor de sua responsabilidade a participar da pesquisa nos termos deste TCLE. Caso não autorize a participação, apenas feche e ignore este e-mail.

---

Eu, Michele Caroline de Souza, declaro ter apresentado o estudo, explicado seus objetivos, natureza, riscos e benefícios e ter respondido da melhor forma possível às questões formuladas.

Florianópolis, 05 de outubro de 2021.

---

Assinatura pesquisador

**APÊNDICE C - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido para Alunos CEP**

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

**TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO****“A INFLUÊNCIA DA PANDEMIA DA COVID-19 NAS PRÁTICAS DE ATIVIDADE FÍSICA DE ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO DA REDE PÚBLICA DE ENSINO DO MUNICÍPIO DE JAGUARI-RS”**

Prezado(a) Estudante:

Você está sendo convidado(a) a participar do trabalho de conclusão de curso em Educação Física do acadêmico Edu Fiorin Schopf, sob orientação do Prof. Dr. Michele Caroline de Souza Ribas, docente do Departamento de Educação Física (DEF) da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC). O estudo intitula-se “A INFLUÊNCIA DA PANDEMIA DA COVID-19 NAS PRÁTICAS DE ATIVIDADE FÍSICA DE ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO DA REDE PÚBLICA DE ENSINO DO MUNICÍPIO DE JAGUARI-RS”, realizada na cidade de Jaguari-RS. O objetivo da pesquisa será analisar o impacto da pandemia na prática de atividades físicas de adolescentes estudantes do ensino médio do município de Jaguari-RS.

A sua participação aconteceria por meio de um questionário estruturado *online*, por meio da plataforma Google Forms, onde, inicialmente, durante o encontro online na aula de educação física do Instituto Estadual de Educação Professora Guilhermina Javorski, na ferramenta Google Meet, será explicado questões prévias sobre o questionário e dúvidas pertinentes e assim, disponibilizado o link para acesso ao questionário. Você terá acompanhamento de um dos pesquisadores da pesquisa durante o processo, também o pesquisador estará disponível para sanar outras dúvidas que venham surgir após o encerramento do questionário.

As perguntas desenvolvidas têm como objetivo principal obter informações acerca do impacto da pandemia na prática de atividades físicas, sendo perguntas sobre suas práticas de atividades físicas no momento anterior a pandemia, isto é, antes do decreto de pandemia da Covid-19, estabelecido pela Organização Mundial da Saúde no dia 11/03/2020 e a segunda parte busca responder as questões durante a pandemia, mais precisamente durante o período em

que a escola esteve fechada, sendo de março de 2020 a julho de 2021. Sua participação é muito importante, tendo em vista o foco da pesquisa estar voltado para entender se a pandemia da Covid-19 teve, ou não, alguma influência nas práticas de atividade física.

Sua participação é totalmente voluntária e você poderá recusar ou mesmo desistir de participar durante qualquer etapa da pesquisa, sem que isto acarrete qualquer ônus ou prejuízo à sua pessoa. Assumimos a responsabilidade de manter sigilo e confidencialidade das informações, garantindo que sua identificação não será exposta. Porém, acrescentamos que, apesar dos esforços e das providências necessárias tomadas pelos pesquisadores, sempre existe a remota possibilidade de quebra de sigilo, ainda que involuntária e não intencional, mesmo assim redobramos os cuidados para que isto não aconteça. Com isso, após baixar os dados em um dispositivo eletrônico local, todos os dados da nuvem serão apagados. Informamos que os resultados da pesquisa poderão ser apresentados em eventos ou periódicos científicos, porém será garantido o seu anonimato e o resguardo de sua privacidade.

Como benefícios desta pesquisa, espera-se que seja possível a obtenção de dados que possibilitem aos adolescentes descobrirem se cumprem ou não as recomendações de atividade física da Organização Mundial da Saúde (OMS), além de entender como uma crise sanitária afeta em suas práticas de atividade física. A partir destas informações e das discussões que vierem a surgir pretende-se refletir sobre a necessidade (ou não) de um maior incentivo e acesso a prática de atividades físicas em adolescentes. Da mesma forma, pensa-se que os políticos da cidade, a gestão escolar e demais professores da rede poderão munir-se destas informações para pensarem suas ações e fundamentarem ainda mais suas práticas.

Este estudo não apresenta riscos de natureza física a você. No entanto, existe a possibilidade de mobilização emocional relacionada ao tema, como por exemplo, sentir-se desconfortável com as perguntas que possam vir a ser feitas durante a entrevista, além de estresses devido ao ambiente virtual. Contudo, estamos dispostas a ouvi-lo(a), retornando a coletar os dados sob a sua anuência, tão logo você esteja à vontade para continuá-la ou desistir. Informamos que os senhores não pagarão nem serão remunerados por sua participação, no entanto, haverá ressarcimento caso você tenha gastos para fins desta pesquisa. Garantimos a você o direito a indenização, caso ocorra qualquer dano vinculado à participação neste estudo.

Este documento deverá ter seu consentimento. Com isso, ao enviar a mensagem “ACEITO PARTICIPAR”, você declara que está ciente de todas as questões deste termo. É importante que você baixe o PDF deste documento e guarde-o cuidadosamente, pois é um documento que traz importantes informações de contato e garante os seus direitos como participante da pesquisa. Os aspectos éticos e a confidencialidade das informações fornecidas,

relativos às pesquisas com seres humanos, serão respeitados de acordo com as diretrizes e normas regulamentadoras da Resolução N° 466, de 12 de dezembro de 2012, aprovada pelo Conselho Nacional de Saúde.

Caso você tenha dúvidas ou necessite de maiores esclarecimentos pode nos contactar (Pesquisador responsável: MICHELE CAROLINE DE SOUZA RIBAS, Prédio Administrativo do CDS/UFSC, 2º andar, sala 407, localizado na Rua Deputador Antônio Edu Vieira, Pantanal, Florianópolis. Telefones: (48) 3721.9927, e-mail: souza.michele@ufsc.br ou procurar o Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos (CEPSH-UFSC), localizando-se no Prédio Reitoria II, 4º andar, sala 401, localizado na Rua Desembargador Vitor Lima, nº 222, Trindade, Florianópolis, Telefone para contato: (48) 3721-6094. Esclarecemos que o CEPSH é um órgão colegiado interdisciplinar, deliberativo, consultivo e educativo, vinculado à Universidade Federal de Santa Catarina, 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.

Nesses termos e considerando-me livre e esclarecido (a) sobre a natureza e objetivo do estudo proposto, consinto minha participação voluntária, afirmando que li e tirei todas as dúvidas junto ao pesquisador responsável.

Ao responder este e-mail com a mensagem “ACEITO PARTICIPAR” e, clicar no botão abaixo “ENVIAR”, o(a) senhor(a) concorda em participar da pesquisa nos termos deste TCLE. Caso não concorde em participar, apenas feche e ignore este e-mail.

Florianópolis, 05 de outubro de 2021.

---

Assinatura pesquisador

**APÊNDICE D - Termo de Assentimento Livre e Esclarecido CEP**



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



**TERMO DE ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**

**Título:** “A INFLUÊNCIA DA PANDEMIA DA COVID-19 NAS PRÁTICAS DE ATIVIDADE FÍSICA DE ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO DA REDE PÚBLICA DE ENSINO DO MUNICÍPIO DE JAGUARI-RS”

Pesquisador responsável: Profa. Dra. Michele Caroline de Souza Ribas

Prezado(a) Estudante:

Você está sendo convidado(a) a participar do trabalho de um projeto de pesquisa pela Universidade Federal de Santa Catarina, cujo **objetivo** é analisar o impacto da pandemia na prática de atividades físicas de adolescentes estudantes do ensino médio do município de Jaguari-RS.

**Justificativa:** Manter uma prática regular de atividade física é de extrema importância para a saúde, principalmente na adolescência, com isso essa pesquisa justifica-se em compreender qual foi o impacto da pandemia da Covid-19 na prática de atividade física.

**Procedimentos:** Ao concordar com essa pesquisa, a sua participação aconteceria por meio de um questionário estruturado *online*, por meio da plataforma Google Forms, onde, inicialmente, durante o encontro online na aula de educação física do Instituto Estadual de Educação Professora Guilhermina Javorski, na ferramenta Google Meet, será explicado questões prévias sobre o questionário e dúvidas pertinentes e assim, disponibilizado o link para acesso ao questionário. As perguntas desenvolvidas têm como objetivo principal obter informações acerca do impacto da pandemia na prática de atividades físicas, sendo perguntas sobre suas práticas de atividades físicas no momento anterior a pandemia, isto é, antes do decreto de pandemia da Covid-19, estabelecido pela Organização Mundial da Saúde no dia 11/03/2020 e a segunda parte busca responder as questões durante a pandemia, mais precisamente durante o período em que a escola esteve fechada, sendo de março de 2020 a julho de 2021. Você terá acompanhamento de um dos pesquisadores da pesquisa durante o processo para eventuais dúvidas e questionamentos, também o pesquisador estará disponível para sanar outras dúvidas

que venham surgir após o encerramento do questionário.

Gostaríamos de esclarecer que você pode recusar-se a participar, ou mesmo desistir, a qualquer momento, sem que isto acarrete qualquer ônus ou prejuízo à sua pessoa. Nos resultados deste estudo, o seu nome não será revelado, ou qualquer informação relacionada à sua privacidade. Informamos que os resultados poderão ser apresentados em eventos ou periódicos científicos, garantindo-lhe o direito ao anonimato e resguardo de sua privacidade.

Como benefícios desta pesquisa, espera-se que seja possível a obtenção de dados que possibilitem aos adolescentes descobrirem se cumprem ou não as recomendações de atividade física da Organização Mundial da Saúde (OMS), além de entender como uma crise sanitária afeta em suas práticas de atividade física. A partir destas informações e das discussões que vierem a surgir pretende-se refletir sobre a necessidade (ou não) de um maior incentivo e acesso à prática de atividades físicas em adolescentes. Da mesma forma, pensa-se que os políticos da cidade, a gestão escolar e demais professores da rede poderão munir-se destas informações para pensarem suas ações e fundamentarem ainda mais suas práticas.

Este estudo não apresenta riscos de natureza física a você. No entanto, existe a possibilidade de mobilização emocional relacionada ao tema, como por exemplo, sentir-se desconfortável com as perguntas que possam vir a ser feitas durante a entrevista, além de estresses devido ao ambiente virtual. Contudo, estamos dispostas a ouvi-lo(a), retornando a coletar os dados sob a sua anuência, tão logo você esteja à vontade para continuá-la ou desistir. Informamos que os senhores não pagarão nem serão remunerados por sua participação, no entanto, haverá ressarcimento caso você tenha gastos para fins desta pesquisa. Garantimos a você o direito à indenização, caso ocorra qualquer dano vinculado à participação neste estudo ou despesas devidamente comprovadas.

Este documento deverá ter seu consentimento. Com isso, ao enviar a mensagem “ACEITO PARTICIPAR”, você declara que está ciente de todas as questões deste termo. É importante que você baixe o PDF deste documento e guarde-o cuidadosamente, pois é um documento que traz importantes informações de contato e garante os seus direitos como participante da pesquisa. Os aspectos éticos e a confidencialidade das informações fornecidas, relativos às pesquisas com seres humanos, serão respeitados de acordo com as diretrizes e normas regulamentadoras da Resolução N° 466, de 12 de dezembro de 2012, aprovada pelo Conselho Nacional de Saúde.

### **DECLARAÇÃO DO(A) PARTICIPANTE**

Após a leitura deste documento e, de ter tido a oportunidade de conversar com a pesquisadora responsável para esclarecer todas as minhas dúvidas, acredito estar suficientemente informado(a), ficando claro para mim que a pesquisa seguirá os princípios descritos na Resolução CNS 466/12 e que posso retirar este consentimento a qualquer momento, sem nenhum prejuízo. Estou ciente também dos objetivos da pesquisa, dos procedimentos aos quais serei submetido(a), dos possíveis danos ou riscos deles provenientes, e da garantia de confidencialidade e esclarecimentos sempre que desejar. Diante do exposto, expresso minha concordância em participar deste estudo.

Ao responder este e-mail com a mensagem “ACEITO PARTICIPAR” e, clicar no botão abaixo “ENVIAR”, você concorda em participar da pesquisa nos termos deste TCLE. Caso não concorde em participar, apenas feche e ignore este e-mail.

---

Assinatura pesquisador

Florianópolis, 05 de outubro de 2021.

## APÊNDICE E – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido para Pais



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



### TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

Prezado(a) Sr(a).

O (A) menor \_\_\_\_\_, sob sua responsabilidade está sendo convidado(a) para participar da pesquisa intitulada “ **A influência da pandemia da covid-19 nas práticas de atividade física de adolescentes do ensino médio da rede pública de ensino do município de jaguari-rs**” sob a responsabilidade da pesquisadora Prof<sup>a</sup>. Doutora Michele Caroline de Souza, Professora Adjunta da Universidade Federal de Santa Catarina, Departamento de Educação Física. A presente pesquisa será realizada durante a aula online de educação física de seu/sua filho(a), do Instituto Estadual de Educação Professora Guilhermina Javorski, localizado na Av. Dr. Severiano de Almeida, nº 500, no centro de Jaguari-RS, por meio de um link disponibilizado na sala Google Meet para acessar a plataforma Google Forms.

O objetivo desta pesquisa é analisar o impacto da pandemia na prática de atividades físicas de adolescentes estudantes do ensino médio do município de Jaguari-RS. Além disso, pretende-se entender se esse impacto ocorre de forma distinta entre os sexos, também, verificar as principais práticas de atividade física realizadas antes e durante a pandemia.

Não há custo para que o menor possa participar deste estudo. Contudo, caso haja despesas comprovadamente vinculadas a sua participação neste estudo, estaremos dispostos a ressarcir-lo. Igualmente, garantimos a você o direito a indenização, desde que comprovadamente vinculadas à participação neste estudo. Você poderá retirar seu consentimento ou interromper a participação do menor a qualquer momento sem nenhum prejuízo ou coação. Informamos que os resultados dessa pesquisa poderão ser apresentados em eventos ou periódicos científicos, garantindo-lhe o direito ao anonimato e resguardo de sua privacidade, ou seja, o nome do menor não será revelado, ou qualquer informação relacionada à sua privacidade.

Durante a participação, o menor será submetido a responder um questionário semiestruturado, com perguntas relacionadas as práticas de atividades físicas nos domínios de transporte, lazer, escola e atividades domésticas, também perguntas relacionadas as principais atividades físicas realizadas. Todo o processo de preenchimento do questionário será realizado durante as aulas de Educação Física em ambiente virtual do menor estudante do Instituto Estadual de Educação Professora Guilhermina Javorski. O menor terá acompanhamento de um dos pesquisadores da pesquisa durante o processo, e caso solicitado por um dos participantes, após o encerramento do processo.

Este estudo não apresenta riscos de natureza física. No entanto, existe a possibilidade de mobilização emocional relacionada ao tema, como por exemplo, sentir-se desconfortável com as perguntas que possam vir a ser feitas durante a entrevista, além de estresses devido ao ambiente virtual. Para amenizar tais desconfortos as atividades serão realizadas respeitando o limite dos alunos e com a supervisão do pesquisador para eventuais dúvidas. Entre os benefícios, destaca-se o

conhecimento, por parte de pais, professores e do próprio aluno em relação ao seu nível de atividade física em relação as principais recomendações da Organização Mundial da Saúde, também busca compreender como o adolescente comporta-se diante de uma crise sanitária. Entregaremos um relatório final a escola e aos professores com todos os resultados gerais da pesquisa. O Sr(a) responsável, caso deseje, também poderá ter acesso aos resultados do menor de sua responsabilidade entrando em contato com o pesquisador. O projeto traz, em seu vasto leque de benefícios, um passo inicial para entender os níveis de atividade física dos adolescentes da comunidade escolar, além de suas práticas de atividades físicas preferidas.

Possibilitando aos professores e políticos do município, ofertarem o acesso e incentivo para à prática de atividade física. Como critério de inclusão, o adolescente deverá ser estudante regular do ensino médio do Instituto Estadual de Educação Professora Guilhermina Javorski, ter entre 14 a 18 anos de idade. Serão excluídos alunos com algum tipo de deficiência.

É importante que você fique com uma das vias deste documento e guarde-a cuidadosamente, pois é um documento que traz importantes informações de contato e garante os seus direitos como participante da pesquisa.

Os aspectos éticos e a confidencialidade das informações fornecidas, relativos às pesquisas com seres humanos, serão respeitados de acordo com as diretrizes e normas regulamentadoras da Resolução N° 466, de 12 de dezembro de 2012, aprovada pelo Conselho Nacional de Saúde. Estaremos disponíveis para quaisquer esclarecimentos no decorrer do estudo. Você poderá entrar em contato conosco, com a pesquisadora e Profa. Dra. Michele Caroline de Souza, telefone: (48) 3721.9927, *e-mail* souza.michele@ufsc.br ou pessoalmente no endereço: Departamento de Educação Física, Centro de Desportos, Bloco Administrativo, 2° andar, sala 207, Universidade Federal de Santa Catarina, *Campus* Universitário Reitor João David Ferreira Lima, Bairro Trindade, em Florianópolis (SC), CEP 88.040-900. Você também poderá entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da UFSC pelo telefone (48) 3721.6094, *e-mail* cep.propesq@contato.ufsc.br ou pelo endereço Pró-Reitoria de Pesquisa, Prédio Reitoria II, Rua Des. Vitor Lima, sala 401. Universidade Federal de Santa Catarina, *Campus* Universitário Reitor João David Ferreira Lima, Bairro Trindade, em Florianópolis (SC), CEP 88.040-400.

---

Nesses termos e considerando-me livre e esclarecido (a) sobre a natureza, objetivo do estudo proposto, seus riscos e benefícios, eu \_\_\_\_\_ (nome do responsável) consinto a participação voluntária do menor \_\_\_\_\_ (nome do menor), \_\_\_\_\_, resguardando o autor do projeto a propriedade intelectual das informações geradas e expressando a concordância com a divulgação pública dos resultados, garantido o anonimato. Estou consciente que posso retirá-lo do projeto a qualquer momento, sem nenhum prejuízo.

Data: \_\_\_\_/\_\_\_\_/2021

---

Assinatura do responsável

---

Eu, Michele Caroline de Souza, declaro ter apresentado o estudo, explicado seus objetivos, natureza, riscos e benefícios e ter respondido da melhor forma possível às questões formuladas.



Documento assinado digitalmente  
Michele Caroline de Souza Ribas  
Data: 08/10/2021 10:42:39-0300  
CPF: 013.989.660-02  
Verifique as assinaturas em <https://v.ufsc.br>

Jaguari, 05 de outubro de 2021.

Assinatura pesquisador

**APÊNDICE F - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido para Alunos**



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



**TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**

**“A INFLUÊNCIA DA PANDEMIA DA COVID-19 NAS PRÁTICAS DE ATIVIDADE FÍSICA DE ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO DA REDE PÚBLICA DE ENSINO DO MUNICÍPIO DE JAGUARI-RS”**

Prezado(a) Estudante:

Você está sendo convidado(a) a participar do trabalho de conclusão de curso em Educação Física do acadêmico Edu Fiorin Schopf, sob orientação do Prof. Dr. Michele Caroline de Souza Ribas, docente do Departamento de Educação Física (DEF) da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC). O estudo intitula-se “A INFLUÊNCIA DA PANDEMIA DA COVID-19 NAS PRÁTICAS DE ATIVIDADE FÍSICA DE ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO DA REDE PÚBLICA DE ENSINO DO MUNICÍPIO DE JAGUARI-RS”, realizada na cidade de Jaguari-RS. O objetivo da pesquisa será analisar o impacto da pandemia na prática de atividades físicas de adolescentes estudantes do ensino médio do município de Jaguari-RS.

A sua participação aconteceria por meio de um questionário estruturado *online*, por meio da plataforma Google Forms, onde, inicialmente, durante o encontro online na aula de educação física do Instituto Estadual de Educação Professora Guilhermina Javorski, na ferramenta Google Meet, será explicado questões prévias sobre o questionário e dúvidas pertinentes e assim, disponibilizado o link para acesso ao questionário. Você terá acompanhamento de um dos pesquisadores da pesquisa durante o processo, também o pesquisador estará disponível para sanar outras dúvidas que venham surgir após o encerramento do questionário.

As perguntas desenvolvidas têm como objetivo principal obter informações acerca do impacto da pandemia na prática de atividades físicas, sendo perguntas sobre suas práticas de atividades físicas no momento anterior a pandemia, isto é, antes do decreto de pandemia da Covid-19, estabelecido pela Organização Mundial da Saúde no dia 11/03/2020 e a segunda parte busca responder as questões durante a pandemia, mais precisamente durante o período em que a escola esteve fechada, sendo de março de 2020 a julho de 2021.

Sua participação é muito importante, tendo em vista o foco da pesquisa estar voltado para entender se a pandemia da Covid-19 teve, ou não, alguma influência nas práticas de atividade física. Sua participação é totalmente voluntária e você poderá recusar ou mesmo desistir de participar durante qualquer etapa da pesquisa, sem que isto acarrete qualquer ônus ou prejuízo à sua pessoa. Assumimos a

responsabilidade de manter sigilo e confidencialidade das informações, garantindo que sua identificação não será exposta. Porém, acrescentamos que, apesar dos esforços e das providências necessárias tomadas pelos pesquisadores, sempre existe a remota possibilidade de quebra de sigilo, ainda que involuntária e não intencional, mesmo assim redobramos os cuidados para que isto não aconteça. Com isso, após baixar os dados em um dispositivo eletrônico local, todos os dados da nuvem serão apagados. Informamos que os resultados da pesquisa poderão ser apresentados em eventos ou periódicos científicos, porém será garantido o seu anonimato e o resguardo de sua privacidade.

Como benefícios desta pesquisa, espera-se que seja possível a obtenção de dados que possibilitem aos adolescentes descobrirem se cumprem ou não as recomendações de atividade física da Organização Mundial da Saúde (OMS), além de entender como uma crise sanitária afeta em suas práticas de atividade física. A partir destas informações e das discussões que vierem a surgir pretende-se refletir sobre a necessidade (ou não) de um maior incentivo e acesso a prática de atividades físicas em adolescentes. Da mesma forma, pensa-se que os políticos da cidade, a gestão escolar e demais professores da rede poderão munir-se destas informações para pensarem suas ações e fundamentarem ainda mais suas práticas.

Este estudo não apresenta riscos de natureza física a você. No entanto, existe a possibilidade de mobilização emocional relacionada ao tema, como por exemplo, sentir-se desconfortável com as perguntas que possam vir a ser feitas durante a entrevista, além de estresses devido ao ambiente virtual. Contudo, estamos dispostas a ouvi-lo(a), retornando a coletar os dados sob a sua anuência, tão logo você esteja à vontade para continuá-la ou desistir. Informamos que os senhores não pagarão nem serão remunerados por sua participação, no entanto, haverá ressarcimento caso você tenha gastos para fins desta pesquisa. Garantimos a você o direito a indenização, caso ocorra qualquer dano vinculado à participação neste estudo.

Este documento deverá ter seu consentimento. Com isso, ao assinar o termo, você declara que está ciente de todas as questões deste termo. É importante que você deste documento e guarde-o cuidadosamente, pois é um documento que traz importantes informações de contato e garante os seus direitos como participante da pesquisa. Os aspectos éticos e a confidencialidade das informações fornecidas, relativos às pesquisas com seres humanos, serão respeitados de acordo com as diretrizes e normas regulamentadoras da Resolução N° 466, de 12 de dezembro de 2012, aprovada pelo Conselho Nacional de Saúde.

Caso você tenha dúvidas ou necessite de maiores esclarecimentos pode nos contactar (Pesquisador responsável: MICHELE CAROLINE DE SOUZA RIBAS, Prédio Administrativo do CDS/UFSC, 2º andar, sala 407, localizado na Rua Deputador Antônio Edu Vieira, Pantanal, Florianópolis. Telefones: (48) 3721.9927, e-mail: souza.michele@ufsc.br ou procurar o Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos (CEPSH-UFSC), localizando-se no Prédio Reitoria II, 4º andar, sala 401, localizado na Rua Desembargador Vitor Lima, nº 222, Trindade, Florianópolis, Telefone para contato: (48) 3721-6094. Esclarecemos que o CEPSH é um órgão colegiado

interdisciplinar, deliberativo, consultivo e educativo, vinculado à Universidade Federal de Santa Catarina, 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.

Nesses termos e considerando-me livre e esclarecido (a) sobre a natureza e objetivo do estudo proposto, consinto minha participação voluntária, afirmando que li e tirei todas as dúvidas junto ao pesquisador responsável.

Nome por extenso: \_\_\_\_\_

Assinatura (ou impressão dactiloscópica): \_\_\_\_\_

Data de assinatura: Jaguari, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2021.

Assinatura do pesquisador responsável:



Documento assinado digitalmente

Michele Caroline de Souza Ribas

Data: 08/10/2021 10:42:39-0300

CPF: 013.989.660-02

Verifique as assinaturas em <https://v.ufsc.br>

## APÊNDICE G - Termo de Assentimento Livre e Esclarecido



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



### TERMO DE ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

**Título:** “A INFLUÊNCIA DA PANDEMIA DA COVID-19 NAS PRÁTICAS DE ATIVIDADE FÍSICA DE ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO DA REDE PÚBLICA DE ENSINO DO MUNICÍPIO DE JAGUARI-RS”

Pesquisador responsável: Profa. Dra. Michele Caroline de Souza Ribas

Prezado(a) Estudante:

Você está sendo convidado(a) a participar do trabalho de um projeto de pesquisa pela Universidade Federal de Santa Catarina, cujo **objetivo** é analisar o impacto da pandemia na prática de atividades físicas de adolescentes estudantes do ensino médio do município de Jaguari-RS.

**Justificativa:** Manter uma prática regular de atividade física é de extrema importância para a saúde, principalmente na adolescência, com isso essa pesquisa justifica-se em compreender qual foi o impacto da pandemia da Covid-19 na prática de atividade física.

**Procedimentos:** Ao concordar com essa pesquisa, a sua participação aconteceria por meio de um questionário estruturado *online*, por meio da plataforma Google Forms, onde, inicialmente, durante o encontro online na aula de educação física do Instituto Estadual de Educação Professora Guilhermina Javorski, na ferramenta Google Meet, será explicado questões prévias sobre o questionário e dúvidas pertinentes e assim, disponibilizado o link para acesso ao questionário. As perguntas desenvolvidas têm como objetivo principal obter informações acerca do impacto da pandemia na prática de atividades físicas, sendo perguntas sobre suas práticas de atividades físicas no momento anterior a pandemia, isto é, antes do decreto de pandemia da Covid-19, estabelecido pela Organização Mundial da Saúde no dia 11/03/2020 e a segunda parte busca responder as questões durante a pandemia, mais precisamente durante o período em que a escola esteve fechada, sendo de março de 2020 a julho de 2021. Você terá acompanhamento de um dos pesquisadores da pesquisa durante o processo para eventuais dúvidas e questionamentos, também o pesquisador estará disponível para sanar outras dúvidas que venham surgir após o encerramento do questionário.

Gostaríamos de esclarecer que você pode recusar-se a participar, ou mesmo desistir, a qualquer momento, sem que isto acarrete qualquer ônus ou prejuízo à sua pessoa. Nos resultados deste estudo, o seu nome não será revelado, ou qualquer informação relacionada à sua privacidade. Informamos que os

resultados poderão ser apresentados em eventos ou periódicos científicos, garantindo-lhe o direito ao anonimato e resguardo de sua privacidade.

Como benefícios desta pesquisa, espera-se que seja possível a obtenção de dados que possibilitem aos adolescentes descobrirem se cumprem ou não as recomendações de atividade física da Organização Mundial da Saúde (OMS), além de entender como uma crise sanitária afeta em suas práticas de atividade física. A partir destas informações e das discussões que vierem a surgir pretende-se refletir sobre a necessidade (ou não) de um maior incentivo e acesso à prática de atividades físicas em adolescentes. Da mesma forma, pensa-se que os políticos da cidade, a gestão escolar e demais professores da rede poderão munir-se destas informações para pensarem suas ações e fundamentarem ainda mais suas práticas.

Este estudo não apresenta riscos de natureza física a você. No entanto, existe a possibilidade de mobilização emocional relacionada ao tema, como por exemplo, sentir-se desconfortável com as perguntas que possam vir a ser feitas durante a entrevista, além de estresses devido ao ambiente virtual. Contudo, estamos dispostas a ouvi-lo(a), retornando a coletar os dados sob a sua anuência, tão logo você esteja à vontade para continuá-la ou desistir. Informamos que os senhores não pagarão nem serão remunerados por sua participação, no entanto, haverá ressarcimento caso você tenha gastos para fins desta pesquisa. Garantimos a você o direito à indenização, caso ocorra qualquer dano vinculado à participação neste estudo ou despesas devidamente comprovadas.

Este documento deverá ter seu consentimento. Com isso, assinar este termo, você declara que está ciente de todas as questões deste termo. É importante que você fique com uma via deste documento e guarde-o cuidadosamente, pois é um documento que traz importantes informações de contato e garante os seus direitos como participante da pesquisa. Os aspectos éticos e a confidencialidade das informações fornecidas, relativos às pesquisas com seres humanos, serão respeitados de acordo com as diretrizes e normas regulamentadoras da Resolução N° 466, de 12 de dezembro de 2012, aprovada pelo Conselho Nacional de Saúde.

### **DECLARAÇÃO DO(A) PARTICIPANTE**

Eu, \_\_\_\_\_, após a leitura deste documento e, de ter tido a oportunidade de conversar com a pesquisadora responsável para esclarecer todas as minhas dúvidas, acredito estar suficientemente informado(a), ficando claro para mim que a pesquisa seguirá os princípios descritos na Resolução CNS 466/12 e que posso retirar este consentimento a qualquer momento, sem nenhum prejuízo. Estou ciente também dos objetivos da pesquisa, dos procedimentos aos quais serei submetido(a), dos possíveis danos ou riscos deles provenientes, e da garantia de confidencialidade e esclarecimentos sempre que desejar. Diante do exposto, expresso minha concordância em participar deste estudo.

---

Assinatura do(a) participante

Jaguari, \_\_\_/\_\_\_/2021.



Documento assinado digitalmente  
Michele Caroline de Souza Ribas  
Data: 08/10/2021 10:42:39-0300  
CPF: 013.989.660-02  
Verifique as assinaturas em <https://v.ufsc.br>

Jaguari, 05 de outubro de 2021.

Assinatura pesquisador

## ANEXO 1 - Parecer consubstanciado do CEP

UNIVERSIDADE FEDERAL DE  
SANTA CATARINA - UFSC



### PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

#### DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

**Título da Pesquisa:** A INFLUÊNCIA DA PANDEMIA DA COVID-19 NAS PRÁTICAS DE ATIVIDADE FÍSICA DE ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO DA REDE PÚBLICA DE ENSINO DO MUNICÍPIO DE JAGUARI-RS

**Pesquisador:** Michele Caroline de Souza Ribas

**Área Temática:**

**Versão:** 1

**CAAE:** 52681621.8.0000.0121

**Instituição Proponente:** Universidade Federal de Santa Catarina

**Patrocinador Principal:** Financiamento Próprio

#### DADOS DO PARECER

**Número do Parecer:** 5.063.108

#### Apresentação do Projeto:

Segundo os pesquisadores, no formulário da Plataforma Brasil:

Resumo:

A prática insuficiente de atividade física por adolescentes vem crescendo cada vez mais e com a pandemia, isso pode ter se agravado. Com isso, o presente estudo tem como objetivo investigar o impacto da pandemia na prática de atividade física de adolescentes estudantes do ensino médio de uma escola pública no município de Jaguari- RS. A pesquisa apresenta abordagem quantitativa, de caráter descritivo, tendo como instrumento de coleta o questionário estruturado, adaptado do questionário IPAQ. Para a inclusão dos participantes, serão adotados os seguintes critérios: a) Estar no ensino médio; b) ter faixa etária entre 14 e 18 anos; c) não possuir nenhum tipo de deficiência; d) Entregar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e o Termo de Assentimento assinados. A análise dos dados será efetuada no no software SPSS. Espera-se que esse estudo contribua com informações pertinentes para os professores e alunos.

Hipótese:

- Espera-se que o tempo geral de prática de atividade física tenha diminuído em relação ao

**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)3721-6094 **E-mail:** cep.propesq@contato.ufsc.br

Continuação do Parecer: 5.063.108

período anterior ao da pandemia da Covid-19;

- Acredita-se que o tempo de atividade física nos domínios de lazer, escola e transporte tenham diminuído e no domínio de atividades domésticas

tenha se mantido ou aumentado em relação ao período anterior ao da pandemia da Covid-19;

- Os níveis de atividade física são maiores para os meninos que as meninas antes e durante o período da pandemia;

- As atividades físicas de caráter coletivo não foram praticadas durante a pandemia;

- Atividades físicas individuais foram mais praticadas durante a pandemia;

#### Metodologia Proposta:

A população do presente estudo compreende estudantes do ensino médio de uma escola pública estadual no município de Jaguari-RS, que atende cerca de 500 estudantes, sendo em média 170 estudantes do ensino médio. Com isso, a amostra do estudo será composta por cerca de 170 estudantes, sendo eles dos 1º, 2º e 3º anos do ensino médio nos turnos matutino e vespertino. O instrumento de coleta será um questionário estruturado. O questionário formulado tem como inspiração o IPAQ (Questionário Internacional de Atividade Física) que busca entender o tempo que as pessoas gastam realizando atividades físicas. Para a elaboração do questionário, desenvolvemos questões abertas e fechadas que buscam compreender o tempo que os adolescentes gastam no seu dia-a-dia em práticas de atividade física em diferentes domínios (deslocamento, escola, lazer, atividades domiciliares) e os principais tipos de atividade física praticada pelos adolescentes. Para dar conta dos objetivos do trabalho, o questionário é desenvolvido em duas etapas. A primeira parte do questionário busca responder às questões no momento anterior da pandemia, isto é, antes do decreto de pandemia da Covid-19, estabelecido pela OMS no dia 11/03/2020 e a segunda parte busca responder as questões durante a pandemia, mais precisamente durante o período em que a escola esteve fechada, sendo de março de 2020 a julho de 2021. As perguntas realizadas são as mesmas em ambas as etapas, porém em momentos diferentes. Como procedimentos, entraremos em contato com os familiares dos adolescentes via e-mail e/ou telefone de contato disponibilizados pela escola para explicarmos formalmente a pesquisa e seus objetivos. Aos familiares que autorizarem a participação dos adolescentes, será enviado via e-mail o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Após consentimento do TCLE pelos responsáveis, que se realizará após um retorno do e-mail com a frase "ACEITO OS TERMOS", durante o encontro online, horário de aula de educação física dos adolescentes, na plataforma Google meet, será

**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)3721-6094 **E-mail:** cep.propesq@contato.ufsc.br

UNIVERSIDADE FEDERAL DE  
SANTA CATARINA - UFSC



Continuação do Parecer: 5.063.108

realizado o convite para os adolescentes e, aos que aceitarem participar, será enviado via e-mail, disponibilizado pela escola, com o TCLE para os estudantes maiores de idade e o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido para os menores de idade, onde será explicado o enfoque da pesquisa para os adolescentes - que não haverá gastos financeiros, apenas disponibilizarão seu tempo para responder às questões, além de explicar toda a questão ética e a segurança em relação ao anonimato. Após o consentimento dos estudantes do TCLE e TALE, que se realizará após um retorno do e-mail com a frase "ACEITO PARTICIPAR", será disponibilizado o link com acesso ao questionário. A aplicação do questionário ocorrerá durante os encontros de aula online da escola na plataforma Meet, onde será explicado todo o questionário e disponibilizado um link para acesso ao questionário na plataforma Google Forms. O pesquisador estará presente em todo o momento, em que já foi acordado com a escola que o pesquisador estará presente durante o encontro online das aulas de educação física dos adolescentes. Após o término do questionário, os documentos serão recolhidos e guardados em uma pasta, posteriormente os dados serão passados para o ambiente virtual em pasta com acesso por senha. Já os dados dos questionários online, serão baixados para um arquivo local e os dados da nuvem serão deletados.

**Critério de Inclusão:**

Para inclusão no estudo, foram adotados os seguintes critérios: a) Estar no ensino médio; b) ter faixa etária entre 14 e 18 anos; c) Entregar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e o Termo de Assentimento assinados.

**Critério de Exclusão:**

Para exclusão no estudo, foram adotados os seguintes critérios: Não possuir nenhum tipo de deficiência;

Estão previstos 170 participantes, alunos de ensino médio de uma escola de ensino público em Jaguari, RS.

**Objetivo da Pesquisa:**

Segundo os pesquisadores, no formulário da Plataforma 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:** FLORIANOPOLIS  
**Telefone:** (48)3721-6094 **E-mail:** cep.propesq@contato.ufsc.br

UNIVERSIDADE FEDERAL DE  
SANTA CATARINA - UFSC



Continuação do Parecer: 5.063.108

**Objetivo Primário:**

Analisar o impacto da pandemia na prática de atividades físicas de adolescentes estudantes do ensino médio do município de Jaguari-RS.

**Objetivo Secundário:**

- Comparar o tempo despendido nos principais domínios da atividade física (lazer, escola, transporte e atividades domésticas) antes e durante a pandemia da Covid-19.
- Descrever e comparar as práticas de atividade física dos adolescentes estudantes do ensino médio do município de Jaguari-RS realizadas antes e durante o período de pandemia.
- Verificar se o impacto da pandemia da covid-19 nos níveis de atividade física dos adolescentes ocorre de formas distintas entre meninos e meninas.

**Avaliação dos Riscos e Benefícios:**

Segundo os pesquisadores, no formulário da Plataforma Brasil:

**Riscos:**

Este estudo não apresenta riscos de natureza física. No entanto, existe a possibilidade de mobilização emocional relacionada ao tema, como por exemplo, sentir-se desconfortável com as perguntas que possam vir a ser feitas durante a entrevista, além de estresses devido ao ambiente virtual.

**Benefícios:**

Como benefícios desta pesquisa, espera-se que seja possível a obtenção de dados que possibilitem aos adolescentes descobrirem se cumprem ou não as recomendações de atividade física da Organização Mundial da Saúde (OMS), além de entender como uma crise sanitária afeta em suas práticas de atividade física. A partir destas informações e das discussões que vierem a surgir pretende-se refletir sobre a necessidade (ou não) de um maior incentivo e acesso a prática de atividades físicas em adolescentes. Da mesma forma, pensa-se que os políticos da cidade, a

**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)3721-6094 **E-mail:** cep.propesq@contato.ufsc.br

UNIVERSIDADE FEDERAL DE  
SANTA CATARINA - UFSC



Continuação do Parecer: 5.063.108

gestão escolar e demais professores da rede poderão munir-se destas informações para pensarem suas ações e fundamentarem ainda mais suas práticas.

**Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:**

V. campo de considerações finais e lista de pendências.

**Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:**

V. campo de considerações finais e lista de pendências.

**Recomendações:**

V. campo de considerações finais e lista de pendências.

**Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:**

Folha de rosto assinada pela pesquisadora responsável e pela coordenação do curso.

Declaração de anuência assinada pela direção do Instituto Estadual de Educação Professora Guilhermina Javorski.

O instrumento de coleta de dados (questionário sobre atividade física antes e durante a pandemia) está anexo ao projeto de pesquisa.

O cronograma no formulário da PB informa que o convite aos alunos e pais está previsto para 01/11/2021.

O orçamento prevê despesas de R\$ 250,00 com financiamento próprio.

Os TCLEs/TALE atendem essencialmente todas as exigências das resoluções sobre pesquisas com seres humanos.

**Considerações Finais a critério do CEP:**

**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)3721-6094 **E-mail:** cep.propesq@contato.ufsc.br

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE  
SANTA CATARINA - UFSC**



Continuação do Parecer: 5.063.108

**Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:**

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BASICAS_DO_PROJETO_1836460.pdf	11/10/2021 15:12:06		Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	TCCVersaoFinal.pdf	08/10/2021 11:51:32	Edu Fiorin	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	tclepais.pdf	08/10/2021 11:50:01	Edu Fiorin	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	tclealuno.pdf	08/10/2021 11:49:42	Edu Fiorin	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	tale.pdf	08/10/2021 11:48:36	Edu Fiorin	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	d.pdf	08/10/2021 11:47:53	Edu Fiorin	Aceito
Folha de Rosto	folhaDeRostoProjetoAssinado.pdf	08/10/2021 11:40:08	Edu Fiorin	Aceito

**Situação do Parecer:**

Aprovado

**Necessita Apreciação da CONEP:**

Não

FLORIANOPOLIS, 26 de Outubro de 2021

\_\_\_\_\_  
**Assinado por:  
Luciana C Antunes  
(Coordenador(a))**

**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)3721-6094 **E-mail:** cep.propesq@contato.ufsc.br