



Boletim do NuPAF

Ano 15, nº 40, Setembro de 2011.

Informativo do Núcleo de Pesquisa em Atividade Física & Saúde
Centro de Desportos/UFSC

EDITORIAL

Efetividade e influencia do Projeto Vida Ativa do CDS/UFSC em fatores da qualidade de vida cotidiana dos participantes: aspecto satisfação.

A idéia de realizar o estágio pós doutoral e mais ainda poder contar como Orientador o Professor Doutor **Markus Vinicius Nahas**, que fez jus ao Premio de Pesquisador UFSC 50 Anos, impulsionou-me a arriscar uma entrevista, na qual fui acolhida com simpatia e informalidade. Dando margem a um plano de trabalho aprovado pela Pós-Graduação CDS-UFSC, que envolve atividades de crescimento intelectual, há também possibilidade de desenvolver laços fraternos da amizade, considerados da formação integral, tendo como exemplo cozinheiros 3 admiráveis doutores **Adair, Markus e Mauro**, comida excelente, e realmente conviver e respirar sinergia. Deste mesmo modo estive como participante e pesquisadora no Projeto **Vidativa** 2011/1 e pude ver a importância do Prof. **Markus Nahas**, ter dado asas a ideia de **Vanessa Francalacci**, em disponibilizar um projeto com o incrível espírito de estimular as pessoas a autonomia, a diversificação da atividade física, a aplicação de conhecimentos na vida diária, assim com o bem mais precioso do sentido de grupo que todos declaram. Além de possibilitar a formação desde a graduação Bacharelado: **Fernanda Reck e Patricia Vasconcelos**; mestrado: **Shana Ginar e Claudio Almeida**. Para identificar a influência do projeto **Vidativa-NUPAF-CDS-UFSC** em fatores biopsicossociais da vida cotidiana, através de uma escala crescente de 1 a 10, Foram obtidas as médias: controle do peso (6,6), qualidade do sono (8,0), força muscular (7,7), flexibilidade (7,9), resistência aeróbica

(8,3), menor cansaço após o trabalho (8,6), queixas em relação a saúde (7,5), disposição para as atividades diárias (8,6), estilo de vida ativo (9,2), controle do estresse (8,0), auto imagem (8,3), auto estima, bem-estar (9,2), humor (8,6), relacionamento interpessoal (9,2), locais das aulas (8,7) material disponível para as aulas (8,4), atuação dos professores (9,6). Os resultados levam a refletir sobre a relevância do projeto **Vidativa**, na vida cotidiana dos participantes. Este Boletim foi organizado pelos mestrandos Claudio Almeida e Deraldo Oppa, com os seguintes conteúdos: Divulgação de Projeto em andamento **Desenvolvimento e avaliação de um sistema de monitoramento do consumo alimentar e da atividade física de escolares de 7 a 10 anos**, coordenado pela Profa. Dra. Maria Alice Altenburg da Assis, tendo como participantes Filipe Costa Danielle Leal, Jucemar Benedet, Adair Lopes; Tutorial **eTBLAST3.0: um mecanismo para facilitar sua pesquisa**, exposto por Leandro Garcia; divulgação dos projetos de extensão **Vidativa** Coordenado pelo Prof. Markus Nahas e **Condicionamento físico relacionado à saúde**, Coordenado pelo prof. Adair Lopes; O artigo dos mestrandos Deraldo Oppa e Claudio Almeida sobre a História de parceria entre o NuPAF e CBAFS, incluindo a divulgação de trabalhos nupafianos submetidos ao VIII CBAFS, encerrando com a divulgação de eventos em Manaus, São Paulo e Gramado. Este Boletim teve a importante missão de Prenunciar o Boletim comemorativo dos 20 anos NuPAF.

*Rita Maria dos Santos Puga Barbosa
NUPAF-CDS-UFSC/NEIDA FEF-UFAM*

PROJETO EM ANDAMENTO

Projeto de pesquisa: Desenvolvimento e avaliação de um sistema de monitoramento do consumo alimentar e de atividade física de escolares de 7 a 10 anos

Coordenadora: Maria Alice Altenburg de Assis
Participantes do NuPAF: Filipe Ferreira da Costa; Danielle Biazzi Leal e Jucemar Benedet (Alunos); Adair da Silva Lopes (Professor).

Este projeto busca preencher uma lacuna na área de monitoramento dos comportamentos de saúde em crianças brasileiras. A atividade física e a alimentação são dois comportamentos relacionados ao desenvolvimento da obesidade, doenças cardiovasculares, diabetes, câncer e outras condições. Tendo em vista as evidências de que comportamentos de proteção e de risco para a saúde se estabelecem cada vez mais precocemente na vida das pessoas, o presente projeto tem o objetivo de desenvolver e avaliar um sistema de monitoramento digital (on-line e off-line) dos padrões de atividade física e alimentação de escolares de sete a dez anos de idade. Destaca-se que o monitoramento do consumo alimentar das crianças permitirá a discriminação das fontes alimentares, a avaliação da adesão ao guia alimentar da população brasileira, a identificação dos itens consumidos no ambiente escolar e a avaliação da adesão dos escolares ao Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). O monitoramento dos padrões de atividade física permitirá verificar a adesão as recomendações diárias. O sistema pretende ser uma alternativa viável e de baixo custo, utilizando os recursos da informática acessíveis e disponíveis nas escolas públicas e privadas do Brasil. A proposta pode ser dividida em duas principais etapas, a serem desenvolvidas no ano de 2012. A primeira refere-se a adaptação e validação para o ambiente virtual (on-line e off-line) do Questionário Alimentar do Dia Anterior (QUADA) e do Questionário de Atividade Física do Dia Anterior (QUAFDA), previamente validados para esta população na versão em papel; e a segunda compreende o desenvolvimento e avaliação de um sistema de monitoramento computadorizado do consumo alimentar e da atividade física dos escolares. A proposta é de que se utilize os laboratórios de

informática presentes em escolas públicas. Como resultado do estudo espera-se que o instrumento apresente bons índices de validade de critério (utilização de observação direta e acelerômetros como padrões de referência) e de construto (comparação com os resultados de estudos prévios realizados em Florianópolis-SC), bem como seja uma estratégia de baixo custo e operacionalmente viável para monitorar estes comportamentos de maneira periódica. As informações obtidas poderão assim, fornecer subsídios para futuras intervenções em saúde pública neste grupo populacional específico, bem como auxiliar na avaliação de políticas governamentais e legislações já estabelecidas, tais como o PNAE e as leis que regulam a venda de alimentos no contexto escolar.

TUTORIAL

eTBLAST 3.0: um mecanismo para facilitar sua pesquisa

Leandro Martin Totaro Garcia
Mestre em Educação Física pela UFSC
leandromtg@gmail.com

O eTBLAST 3.0 é um mecanismo de comparação de texto, disponível gratuitamente na Internet. Seu grande trunfo é possibilitar que se encontrem documentos, autores relevantes e periódicos adequados para busca e publicação, de acordo com uma temática específica. Isso tudo baseado em trechos de textos, desde uma frase até um trabalho científico completo. Seu funcionamento é simples: na caixa de texto da tela inicial, coloca-se o trecho que servirá como referência para a busca (sugere-se que esteja em língua inglesa e que tenha de 50 a 500 palavras); seleciona-se a base em que o mecanismo fará a comparação (o MEDLINE é a seleção padrão); clica-se em "Search for Similar Text" e pronto. Na tela seguinte serão apresentados os 100 trabalhos da base selecionada mais similares com o trecho de referência, ordenados por ordem decrescente. Nesta tela ainda é possível clicar em "Find Expert", para identificar os autores mais relevantes sobre o tema, e em "Find Journal", para se ter um panorama sobre que periódicos indexados na base escolhida publicam trabalhos similares. Ambos também ordenam seus resultados por relevância. O eTBLAST 3.0 pode ser acessado pelo link <http://etest.vbi.vt.edu/etblast3/>. Mais

informações podem ser obtidas no artigo de Errami et al., publicado em 2007 na revista *Nucleic Acids Research* com o título “eTBLAST: a web server to identify expert reviewers, appropriate journals and similar publications”.

PROGRAMAS DE EXTENSÃO

Vida Ativa: Programa de orientação para atividade física e ginástica para adultos

Acontece as terças e quintas-feiras das 18:20h às 19:20h, no prédio V do CDS. Destinado ao público de 30 a 59 anos de idade, consiste na realização de exercícios aeróbicos: caminhada, *step*, ginástica aeróbica, trilhas e jogos não desportivos; exercícios de força (resistência muscular), ginástica localizada e circuito de exercícios de equilíbrio estático e dinâmico; exercícios de flexibilidade; e exercícios de relaxamento; orientação sobre estilo de vida saudável: prática de atividades físicas, alimentação adequada, controle de estresse, convívio social e comportamentos preventivos.

Informações (e-mail): markus@cds.ufsc.br ou vidativacds@gmail.com

Coordenador: Markus V. Nahas

Responsável: Cláudio Bispo de Almeida

Estagiários: Patrícia Teixeira Vasconcelos e Ada Carina Maliceski

Programa de condicionamento físico relacionado à saúde

Funciona as terças e quintas-feiras, das 18:20h às 20:20h, no prédio VI do CDS. Destina-se ao público acima de 18 anos, e consiste em atividades aeróbicas, exercícios para o desenvolvimento da força e resistência muscular localizada, exercícios de flexibilidade e alongamentos. As principais atividades realizadas durante as aulas são: ginástica localizada com halteres, trabalhos em circuito, musculação, atividades aeróbicas (caminhadas, corridas).

Informações (e-mail): adair@cds.ufsc.br

Coordenador: Adair da Silva Lopes

Estagiárias: Fernanda Colombo Uliana e Jackeline Scopel.

CBAFS - 2011

NuPAF e CBAFS: uma história de parceria.

*Deraldo Ferreira Oppa e Claudio Bispo de Almeida
Mestrandos em Educação Física –CDS/UFSC*

Está se aproximando a oitava edição do Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde (CBAFS), a ser realizado no mês de novembro na cidade gaúcha de Gramado, com a co-promoção da UFPel. Existe uma relação muito próxima do NuPAF com este evento, visto que a promoção de sua primeira edição, em 1997, foi fruto de ações diretas do nosso núcleo e do programa de Pós-Graduação em Educação Física da Universidade Federal de Santa Catarina.

O Congresso foi derivado de um evento regional promovido pela UFSC desde 1985, o Simpósio de Pesquisa em Educação Física, que devido ao sucesso alcançado teve sua estrutura ampliada e o nome trocado para Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde (CBAFS). Ao longo das sete edições anteriores o evento abordou e discutiu diversos temas relacionados à atividade física e saúde, trazendo uma grande contribuição para o meio científico e contou com a participação de figuras internacionais proeminentes na área como Charles Corbin, James Skinner, I-Min Lee e Jorge Mota, entre outros, que trataram cada tema com grande propriedade e conhecimento aprofundado.

O Congresso, a cada ano agrega os principais pesquisadores nacionais, e tornou-se um ponto de encontro obrigatório dos estudiosos na área de pesquisa e intervenções em atividade física e saúde. Todo este grande trabalho frutificou na criação da Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde e, a partir de 2007, na criação da Sociedade Brasileira de Atividade Física e Saúde (SBAFS), passando a ser o evento oficial desta comunidade científica.

O nosso Núcleo sempre vem participando ativamente de todas as edições do CBAFS, e em 2011 não vai ser diferente. Espera-se lembrar durante o evento dos 20 anos do NuPAF, e como não pode faltar a nossa contribuição na parte científica, segue, abaixo, a relação dos trabalhos dos componentes do NuPAF aprovados para o VIII Congresso Brasileiro de Atividade Física e Saúde:

O papel da atividade física na saúde e qualidade de vida de crianças e adolescentes: evidências recentes.

Autores: Jorge Bezerra, Claudio Bispo de Almeida, Markus Vinicius Nahas

Estilo de Vida dos Policiais Militares da Cidade de São José.

Autores: Roger Lima Scherer, Ricardo Rosa Junior, Markus Vinicius Nahas

Insatisfação com peso corporal e fatores associados em trabalhadores da indústria brasileira.

Autores: Luísa Maurício Camillo Duarte, Kelly Samara da Silva, Adair da Silva Lopes, Luciana Gatto de Azevedo Cabral, Luana Peter Hoefelmann, Elusa S. de Oliveira, Markus Vinicius Nahas

Preferências para a prática de atividade física e barreiras percebidas em trabalhadores da indústria no Brasil.

Autores: Luciana Gatto de Azevedo Cabral, Kelly Samara da Silva, Luana Peter Hoefelmann, Luísa M. C. Duarte, Adair da Silva Lopes e Markus Vinicius Nahas

Associação entre prática de ginástica laboral e atividades físicas de lazer em trabalhadores da indústria do Rio Grande do Sul

Autores: Luana Callegaro Rossato, Giovâni Firpo Del Duca, Sidney Ferreira Farias, Markus Vinicius Nahas.

Morbidades associadas aos comportamentos sedentários de uma amostra representativa dos industriários no Brasil.

Autores: Leandro Martin Totaro Garcia, Kelly Samara da Silva, Markus Vinicius Nahas

Pressão arterial e fatores associados em adolescentes de uma cidade da região Sul do Brasil.

Autores: Carmem Cristina Beck, Adair da Silva Lopes, José Cazuzu de Farias Júnior

A influência do projeto vidativa-NUPAF-CDS-UFSC em fatores biopsicossociais da vida cotidiana.

Autores: Rita Maria dos Santos Puga Barbosa, Markus Vinicius Nahas, Claudio Bispo de Almeida, Shana Ginar da Silva, Patricia Teixeira Vasconcelos, Fernanda Reck.

Evidências científicas da efetividade da promoção de atividades físicas em escolas.

Autores: Claudio Bispo de Almeida, Deraldo Ferreira Oppa, Rildo de Souza Wanderley Junior, Markus Vinicius Nahas.

Projeto AVE alerta de vulnerabilidade ao exercício.

Autores: Sidney Ferreira Farias, Marize Amorim Lopez, Edson Roberto de Souza

Simultaneidade da prática de atividade física em diferentes domínios: dados de 47.477 trabalhadores da indústria no Brasil

Autores: Giovâni Firpo Del Duca, Shana Ginar da Silva, Elusa Santana Antunes de Oliveira, Markus Vinicius Nahas

Percepção de bem-estar em diferentes contextos conforme prática de atividade física no lazer em trabalhadores brasileiros

Autores: Shana Ginar da Silva, Giovâni Firpo Del Duca, Elusa Santana de Oliveira Antunes, Markus Vinicius Nahas

MARQUE NA AGENDA

1- Encontro com o pioneiro da atividade física e saúde no Brasil: Prof.Dr. Markus Vinicius Nahas. Tema: Qualidade de vida e promoção de estilos de vida saudáveis.

Data: 06 de outubro de 2011

Local: Auditório Eulálio Chaves – FEF/UFAM

Informações e inscrições: pifps.ufam@gmail.com

2- 34° Simpósio Internacional de Ciências do Esporte. Tema: Especulações e evidências em atividade física e no esporte.

Data: 6 a 8 de outubro de 2011.

Local: São Paulo, SP

Prazo para envio de trabalho: encerrado

Informações: www.simposiocelafiscs.org.br

3- Scientific RICH meeting and advisory board meeting November 1st – 2st, 2011

Local: University of Southern Denmark

Informações: www.sdu.dk (confirmaram presença neste evento os professores Adair Lopes, Markus Nahas, Mauro Barros e Jorge Bezerra).

4- VIII Congresso Brasileiro de Atividade Física & Saúde. Tema: Atividade física e saúde: da concepção ao envelhecimento

Data: 9 a 12 de novembro de 2011.

Local: Gramado, RS

Prazo para envio de trabalho: encerrado

Informações: www.cbafs.org.br



O NuPAF é fundador e parceiro da Sociedade Brasileira de Atividade Física e Saúde
Associe-se: www.sbafs.org.br

Boletim do NuPAF

Publicação do Núcleo de Pesquisa em Atividade Física e Saúde - NuPAF

Coordenação: Markus Vinicius Nahas

Produção: Claudio Bispo de Almeida e Deraldo Ferreira Oppa

Tiragem: 200 exemplares. Distribuição gratuita e dirigida.

Contato: www.nupaf.ufsc.br / (048) 3721-8519