

São Paulo, 30 de abril de 2008.  
**CEP 0511/08**

Ilmo(a). Sr(a).  
Pesquisador(a) MIRELLA PINTO VALERIO  
Co-Investigadores: Luis Roberto Ramos ( Orientador)  
Disciplina/Departamento: Medicina Preventiva da Universidade Federal de São Paulo/Hospital São Paulo  
Patrocinador: Recursos Próprios.

### **PARECER DO COMITÊ DE ÉTICA INSTITUCIONAL**

Ref: Projeto de pesquisa intitulado: **“Análise dos fatores determinantes à adesão de idosos sedentários em programas de atividades físicas”**.

CARACTERÍSTICA PRINCIPAL DO ESTUDO: - ESTUDO CLÍNICO OBSERVACIONAL - LONGITUDINAL.

RISCOS ADICIONAIS PARA O PACIENTE: SEM RISCO, DESCONFORTO MÍNIMO.

OBJETIVOS: Analisar os fatores determinantes à adesão de idosos sedentários em programas de atividades físicas..

RESUMO: A pesquisa será constituída de idosos integrantes do projeto EPIDOSO II com idade acima de 60 anos, diagnosticados como sedentários. Para determinar o índice de atividade física dos idosos, atar-se-á o IPAQ sendo considerados sedentários aqueles que não atingirem 150 minutos semanais no domínio de atividades físicas de recreação, esportes ou lazer. Serão aplicados 4 instrumentos: avaliação geriátrica ampliada, questionário internacional de atividades físicas e dois questionários. Os idosos serão divididos em 3 grupos. GI 1 = Grupo Intervenção 1 - GI2 = grupo intervenção 2 e GC = grupo Controle. No primeiro encontro de cada grupo serpa proferida uma palestra por um médico geriatra sobre os benefícios da atividade física. No GI1 participará de aulas de educação física, realizadas 2 vezes por semana com duração de 60 minutos durante 12 semanas. On integrantes deste grupo também serão incentivados a realizar caminhadas em outros dias da semana. O GI2 terá uma intervenção baseada na mudança comportamental e fundamentada através do modelo transteorético e classificado nos seguintes estágios de comportamento : pré - contemplação, contemplação, preparação. Seu foco enfatizará a mudança do comportamento sedentário através de aconselhamentos. Os indivíduos participarão de uma sessão semanal durante doze semanas com duração de sessenta minutos cada.. Os integrantes do grupo controle não receberão intervenção alguma. Apenas participarão da palestra sobre a importância da atividade física no início do experimento. Ao termino das 12 semanas os grupos responderão um questionário contendo questões sobre suas posturas futuras em relação à prática de esportes. Após 3 meses, os questionários serão reaplicados..

FUNDAMENTOS E RACIONAL: Estudo fundamentado de forma adequada.

MATERIAL E MÉTODO: Materiais e métodos adequadamente descritos.

TCLE: Adequado, de acordo com a Res. 196/96.

DETALHAMENTO FINANCEIRO: SEM FINANCIAMENTO EXTERNO.

CRONOGRAMA: 6 MESES.

OBJETIVO ACADÊMICO: Doutorado.

ENTREGA DE RELATÓRIOS PARCIAIS AO CEP PREVISTOS PARA: **25/4/2009** e **25/4/2010**.

O Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de São Paulo/Hospital São Paulo **ANALISOU** e **APROVOU** o projeto de pesquisa referenciado.

1. Comunicar toda e qualquer alteração do projeto e termo de consentimento livre e esclarecido. Nestas circunstâncias a inclusão de pacientes deve ser temporariamente interrompida até a resposta do Comitê, após análise das mudanças propostas.
2. Comunicar imediatamente ao Comitê qualquer evento adverso ocorrido durante o desenvolvimento do estudo.
3. Os dados individuais de todas as etapas da pesquisa devem ser mantidos em local seguro por 5 anos para possível auditoria dos órgãos competentes.

Atenciosamente,



**Prof. Dr. José Osmar Medina Pestana**  
Coordenador do Comitê de Ética em Pesquisa da  
Universidade Federal de São Paulo/ Hospital São Paulo

0511/08