



CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA - UniCEUB
FACULDADE DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO E SAÚDE – FACES

Carlos Max Mazzei de Souza

Análise da promoção da saúde no ambiente competitivo: modalidade natação

Brasília
2016

Carlos Max Mazzei de Souza

**Análise da promoção da saúde no ambiente competitivo: modalidade
natação**

Trabalho de conclusão de Curso apresentado como requisito parcial à obtenção do grau de Bacharel em Educação Física pela Faculdade de Ciências da Educação e Saúde Centro Universitário de Brasília – UniCEUB.

Orientadora: Prof. Msc. Hetty Lobo

Brasília
2016

ATA DE APROVAÇÃO

De acordo com o Projeto Político Pedagógico do **Curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília - UniCEUB**, o acadêmico **Carlos Max Mazzei de Souza** foi aprovado (a) junto à disciplina da licenciatura **Trabalho de Conclusão de curso – Apresentação**, com o trabalho intitulado **Análise da promoção da saúde no ambiente competitivo: modalidade natação**



Prof. Msc. Hetty Lobo
Presidente



Prof. Msc. Rômulo de Abreu Custódio
Membro da Banca



Prof. Dr. Arthur José Medeiros De Almeida
Membro da Banca

Brasília, DF, 17 /11 / 2016

RESUMO

Introdução: A iniciação esportiva trata-se do período em que crianças e adolescentes começam a se engajar na aprendizagem específica e regular de alguma modalidade esportiva. Santana (2005), analisando uma iniciação esportiva que atende toda a complexidade do ser humano, descreve como o período em que a criança e o adolescente começa a realizar a prática regular e orientada por algum profissional de Educação Física de uma ou mais modalidades esportivas. **Objetivo:** foi de verificar se o ambiente de treinamento e competitivo na modalidade natação promove saúde em atletas com idade entre 10 a 15 anos. **Material e Métodos:** O estudo foi caracterizado como transversal, com amostra quantitativa, onde foi aplicado questionário de perguntas fechadas (sim, não e algumas outras alternativas) envolvendo informações pessoais, adesão à modalidade natação, treinamento e competição da modalidade, sobre a pressão familiar, do técnico e fatores psicológicos para que crianças de ambos os sexos de idade entre 10 a 15 anos. **Resultados e discussão:** algumas das perguntas feitas no questionário onde o intuito foi perceber se o ambiente de competição e treinamento exerce o principal fator dele a saúde. Mostra que a maioria não costuma se machucar durante os treinos e competições sendo que caso isso ocorra a grande maioria tem a assistência médica para a lesão que ocorrer. Percebemos também que a família tem um papel importante no resultado físico e psicológico dos atletas. a grande maioria dos familiares cobram resultados mas não obrigam os filhos/atletas competirem mas acabam exercendo uma pressão pois metade deles se sentem na obrigação de mostrar resultados. Outro resultado importante foi que os técnico também pode acaba exercendo uma grande pressão em busca de resultados. **Considerações Finais:** conclui-se que o ambiente competitivo é apenas promotor de saúde quando o seu objetivo é a melhora da coordenação motora e intuito de melhorar a saúde do praticante, já quando o intuito do praticante é a busca de rendimento e performance o ambiente competitivo acaba não sendo promotor de saúde.

PALAVRAS-CHAVE: Promoção de saúde, saúde, ambiente competitivo, atletas.

ABSTRACT

Introduction: Sport initiation is the period in which children and adolescents begin to engage in specific and regular learning of some sporting modality. Santana (2005), analyzing a sports initiation that attends to all the complexity of the human being, describes how the period in which the child and the adolescent begins to perform the regular practice and oriented by some Physical Education professional of one or more sports modalities. **Objective:** it was to verify if the training environment and competitive in the swimming modality promotes health in athletes aged between 10 and 15 years. **Material and Methods:** The study was characterized as transversal, with a quantitative sample, where a closed questionnaire (yes, no and some other alternatives) was applied involving personal information, adherence to the swimming modality, training and competition of the modality, on family pressure, The technical and psychological factors so that children of both sexes aged between 10 to 15 years. **Results and discussion:** some of the questions asked in the questionnaire where the intention was to understand if the environment of competition and training exercises the main factor of health. It shows that most do not usually get hurt during training and competitions and in the event that this happens the vast majority have medical assistance for the injury that occurs. We also perceive that the family plays an important role in the physical and psychological results of athletes. The vast majority of family members get results but they do not force their children / athletes to compete but they end up putting pressure on them because half of them feel compelled to show results. Another important result was that the technicians may also end up exerting great pressure in search of results. **Final Considerations:** it is concluded that the competitive environment is only health promoter when its objective is the improvement of the motor coordination and intention to improve health Of the practitioner, when the practitioner's intention is the search for performance and performance, the competitive environment ends up not being a health promoter.

KEYWORDS: Health promotion, health, competitive environment, athletes.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	7
2 MATERIAIS E MÉTODOS.....	8
2.1 Amostra.....	8
2.1 Métodos.....	9
2.2 Procedimentos.....	9
3 RESULTADOS.....	10
4 DISCUSSÃO.....	14
3 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	15
REFERÊNCIAS.....	16
ANEXOS –	17

1 INTRODUÇÃO

A iniciação esportiva trata-se do período em que crianças e adolescentes começam a se engajar na aprendizagem específica e regular de alguma modalidade esportiva. Santana (2005), analisando uma iniciação esportiva que atende toda a complexidade do ser humano, descreve como o período em que a criança e o adolescente começa a realizar a prática regular e orientada por algum profissional de Educação Física de uma ou mais modalidades esportivas, e o objetivo imediato é focar o desenvolvimento da criança e adolescente na realização dos movimentos específicos daquela modalidade, não focando em competições.

A natação é atualmente um dos esportes mais praticados por jovens no País. Segundo pesquisa do Datafolha (30/07/2008) (3%) dos jovens que dizem praticar atividade física citam que praticam natação igualando os mesmos (3%) que dizem fazer artes marciais. Essa prática vem aumentando pelo fato do aumento de academias e escolinhas de natação e também pelo fato da preocupação dos pais pela sobrevivência em relação a essa modalidade. "A natação é um esporte completo", é uma das frases mais faladas pela população em geral. Mas conseqüentemente ao aumento do número de crianças e adolescentes envolvidas no processo de iniciação esportiva existe também um grande número de crianças que estão presentes no processo de treinamento precoce da modalidade natação voltadas para a realização de competição (DARIDO e FARINHA, 1995).

No entanto em congressos, ou mesmo na literatura da área, existe uma grande discussão sobre qual seria a melhor idade de início do treinamento esportivo. Expressões como; se a criança iniciar cedo ela vai se cansar cedo, ou o inverso, quanto mais cedo ela começar o treinamento melhores serão seus resultados, são formas diferentes de pensamento que frequentam as discussões na área de Educação Física (SIMÕES et al., 1999).

Este pensamento de que quanto mais cedo melhor o rendimento do praticante, começou a ser discordado no Brasil, a partir da discussão da questão dos valores subjacentes a uma prática precoce e associada a introdução do conceito de Taxionomia do Desenvolvimento Motor (GALLAHUE, 1982).

O envolvimento de crianças e adolescentes em esportes de alto rendimento vem preocupando a comunidade científica devido a busca de resultados competitivos. Contudo Fecho et al (2012), descrevem que os esportes de base têm como caráter a formação e não a especialização precoce e a busca de resultados imediatos.

Já Costas et al (2013), relaciona que a especialização precoce na natação e estímulos exagerados devido ao ambiente competitivo que cobram apenas resultados positivos e treinos com altas intensidades causa estresses, fatores psicológicos negativos, instabilidade emocional e isolamento social podendo acarretar problemas quando adulto.

As cargas de treinamento exigidos nas fases iniciais são quase ou iguais exigidas em atletas adultos com toda o sistema motor, muscular e psicológico formado muitas vezes induzindo ao esgotamento prematura destas crianças e adolescentes (GREGORIO e SILVA, 2014).

Neste contexto, Darido e Farinha (1995), discordam, pois existem contradições, porque os esportes de rendimento trazem vantagens para os atletas tais como: desenvolve a força de vontade, melhora determinação, aumento de novos contatos sociais e aprendizagem de novas habilidades motoras.

Contudo Gabarra et al (2009), relata que as vantagens do esporte nas fases de crianças e adolescentes seja benéfica tem que ocorrer a capacitação de todos os profissionais envolvidos. Áreas importantes como a da Educação Física, psicologia, nutricionistas, médicos.

É importante dizer que o objetivo não é confrontar a importância do esporte na vida da criança e adolescentes, mas questionar a forma como ele, vem sendo praticado dentro da iniciação esportiva. Sendo assim, o objetivo do trabalho foi de verificar se o ambiente de treinamento e competitivo na modalidade natação promove saúde em atletas com idade entre 10 a 15 anos.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

2.1 Amostras

A população deste estudo foi composta por atletas de nível competitivo, com idades entre 10 e 15 anos, de ambos os sexos da modalidade natação da cidade de Brasília-DF.

A amostra deste estudo compreendeu 20 atletas da modalidade de natação, nos quais 10 eram do sexo masculino e os outros 10 do sexo feminino, selecionados aleatoriamente estando dentro da faixa etária programada pela pesquisa. Fizeram parte da pesquisa atletas que já estavam competindo a pelo menos 1 ano representando alguma entidade ou escolas de natação em Brasília-DF.

O critério de exclusão da pesquisa foi de que os alunos se recusassem a responder o questionário, não obtendo um número significativo para a conclusão fidedigna da pesquisa. O projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética CAAE: 58878916.6.0000.0023 em Pesquisa da Faculdade de Saúde do Centro Universitário de Brasília – UniCEUB.

2.2. Métodos

O estudo foi caracterizado como transversal, com amostra quantitativa, onde foi aplicado questionário de perguntas fechadas (sim, não e algumas outras alternativas) envolvendo informações pessoais, adesão á modalidade natação, treinamento e competição da modalidade, sobre a pressão familiar, do técnico e fatores psicológicos para que crianças de ambos os sexos de idade entre 10 a 15 anos pudessem responder e com isso poder verificar se o ambiente competitivo é promotor de saúde. O questionário aplicado foi adaptado do questionário da Souto (2002), composto por 36 perguntas objetivas. Utilizou-se a análise descritiva e a comparação entre os índices percentuais decorrentes das frequências das variáveis categóricas.

2.3.Procedimentos

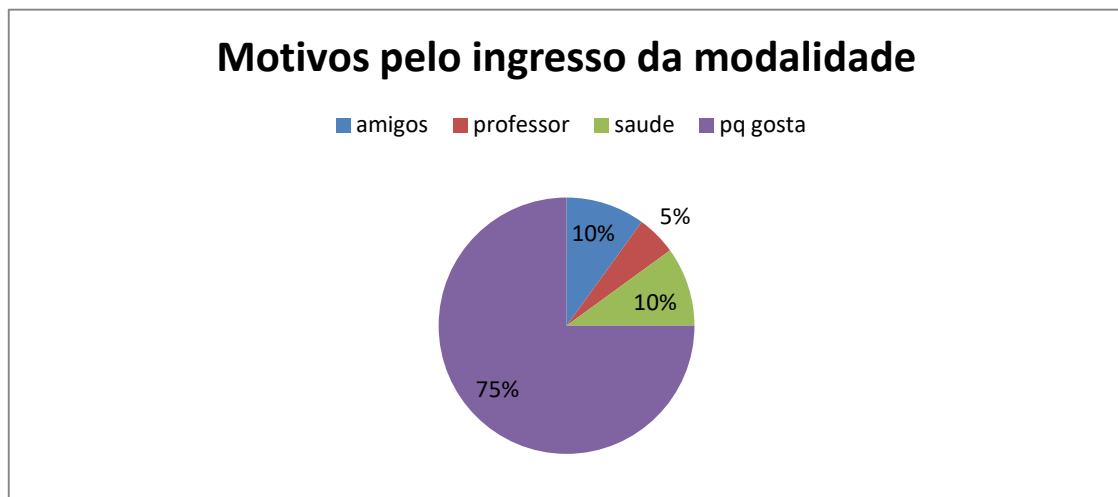
Cada aluno teve que preencher o termo de consentimento livre esclarecido, para entender a pesquisa, e validar sua participação nesse projeto, assinando o termo. Após, foram descritos alguns dados como nome, sexo e idade. Depois

responderam às perguntas marcando um “x” nas alternativas que lhe cabiam, sendo essas “sim ou não”. As perguntas eram para escolher outras alternativas correspondente, aonde o aluno deveria marcar com um “x”, correspondente a sua escolha. Todos os alunos convidados a participar da pesquisa aceitaram.

3 RESULTADOS

De acordo com o gráfico 1 mostra os motivos pelo ingresso da modalidade natação foi de que (10%) dos entrevistados marcaram que praticam esta modalidade para está junto de seus amigos, apenas um (5%) deles foi motivado o inicio da modalidade pelo professor de Educação Física, entre os entrevistados (10%) buscaram a modalidade por questão de saúde e outros (75%) realizam a atividade pois consideram que é do interesse deles.

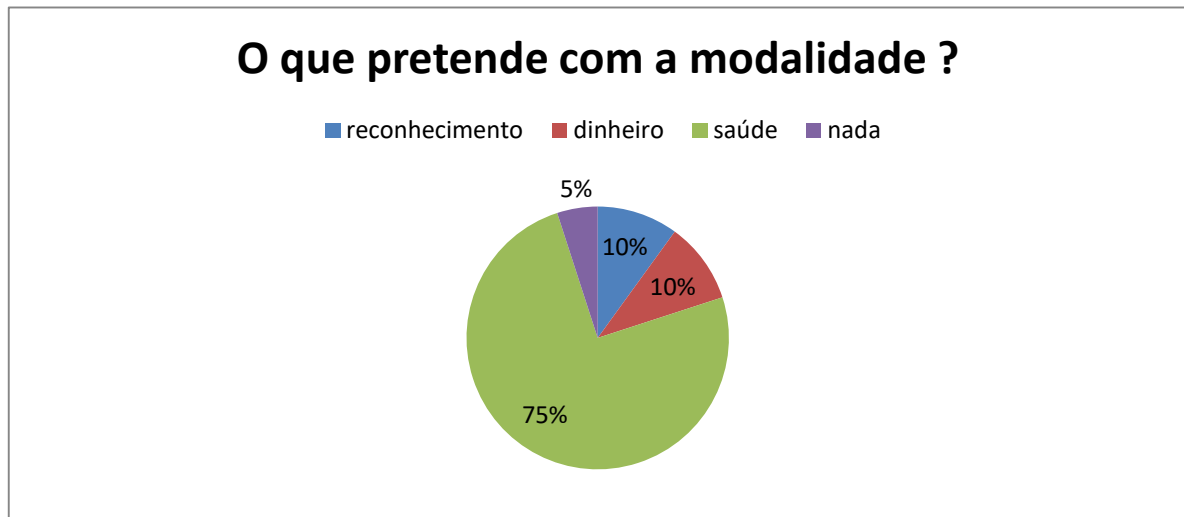
Gráfico1: Por que escolheu praticar esta modalidade?



Fonte: Autor

No gráfico 2 quando foi perguntado o que se o que esses atletas pretendem alcançar com a prática desta modalidade esportiva, (75%) dos entrevistados esperam (75%) dos entrevistados esperam adquirir saúde ao realizar a prática da natação mas também encontramos que (10%) deles esperam ter reconhecimento daqui a alguns anos, outros (10%) pretende conseguir dinheiro através da prática deste esporte e um único (5%) entrevistado respondeu que não pretende adquirir nada com a prática esportiva da natação.

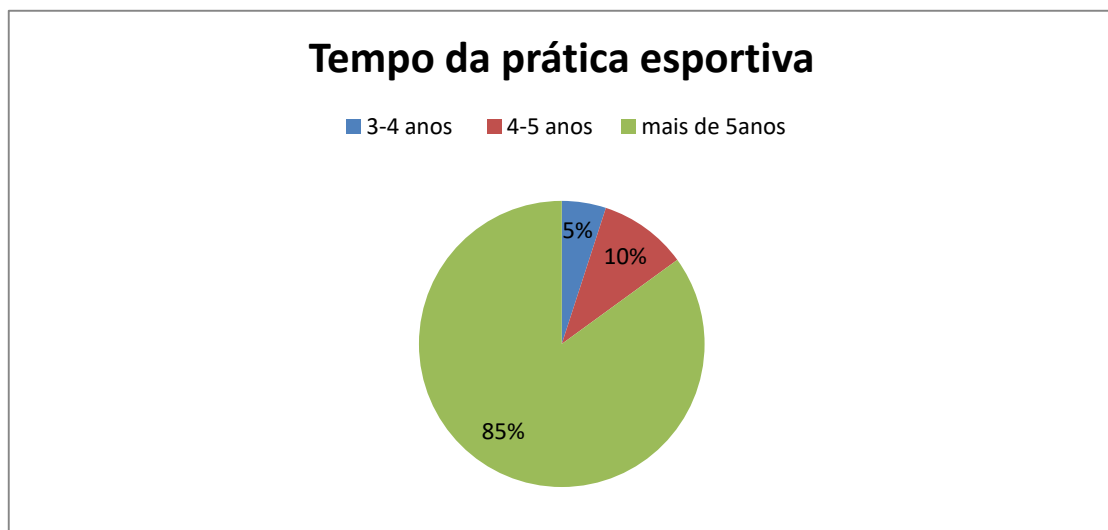
Gráfico 2: O que espera conseguir através da prática de sua modalidade?



Fonte: Autor

Após a verificação de quais os motivos de entrar para a prática esportiva e provavelmente os motivos de sua permanência buscamos saber com qual idade os entrevistados começaram a prática esportiva desta modalidade. No gráfico 3 mostra que (85%) do público entrevistado começou a prática desta modalidade a mais de 5 anos, (10%) pratica há 4-5 anos e apenas um (5%) dos entrevistados pratica esta atividade entre 3 e 4 anos.

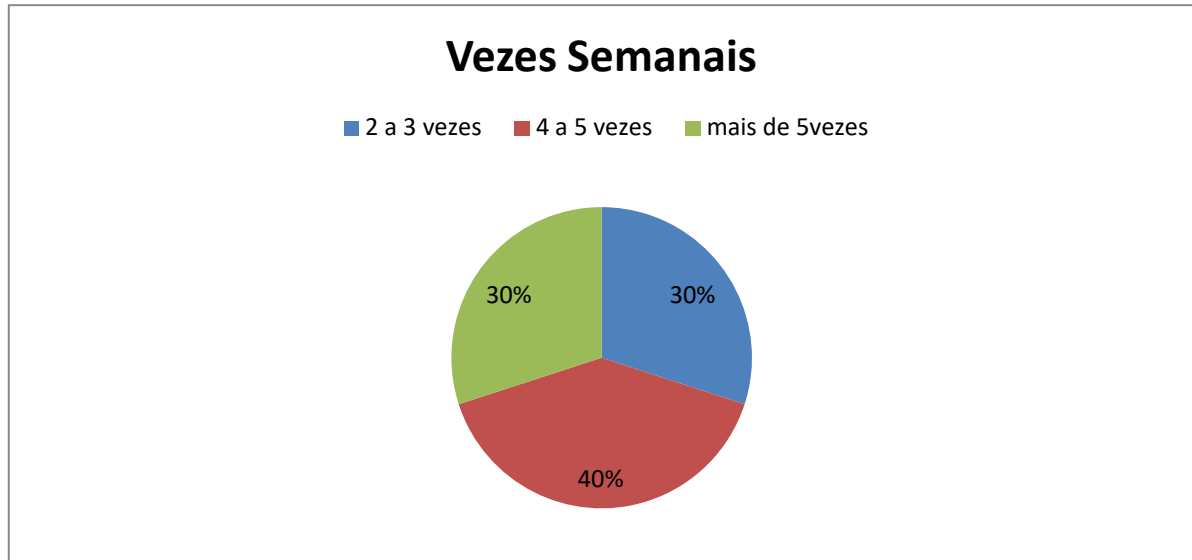
Gráfico 3: Há quanto tempo vem praticando?



Fonte: Autor.

Após o tempo de prática foi perguntado quantas vezes os atletas praticavam a natação durante a semana. Percebe-se no gráfico 4 que (30%) dos atletas praticam a natação 2 a 3 vezes semanais igual aos (30%) dos que praticam mais de 5 vezes e a maioria (40%) praticam a atividade durante 4 ou 5 vezes semanais.

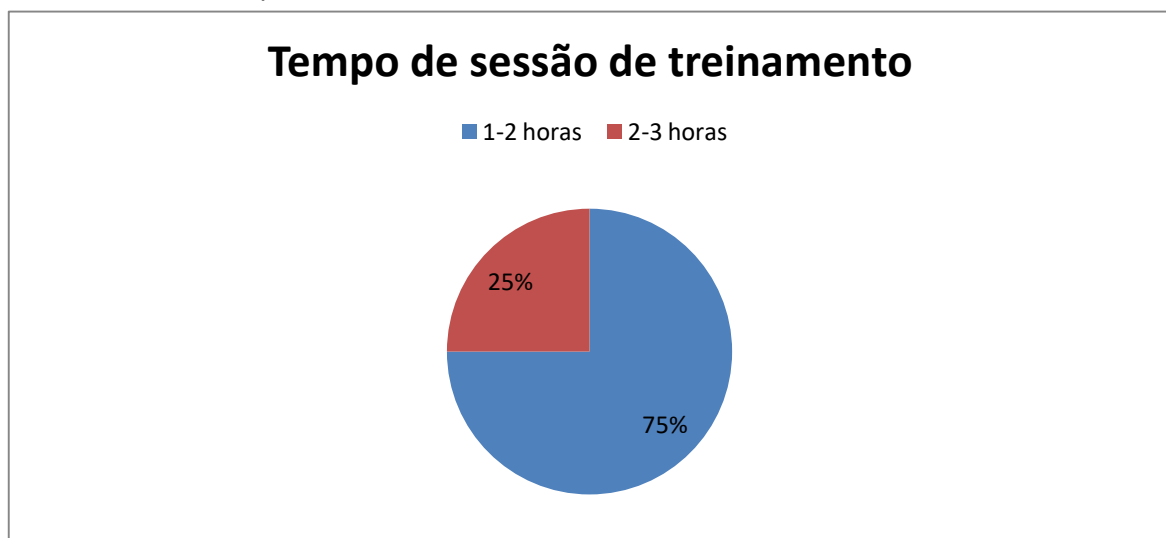
Gráfico 4: Em quantas vezes na semana você treina?



Fonte: Autor

No gráfico 5 mostra o tempo da sessão de treinamento teve pouca modificação onde (75%) dos entrevistados tem a duração de treino de 1 a 2 horas e os outros (25%) marcaram que a sessão de treino dura em média de 2 a horas.

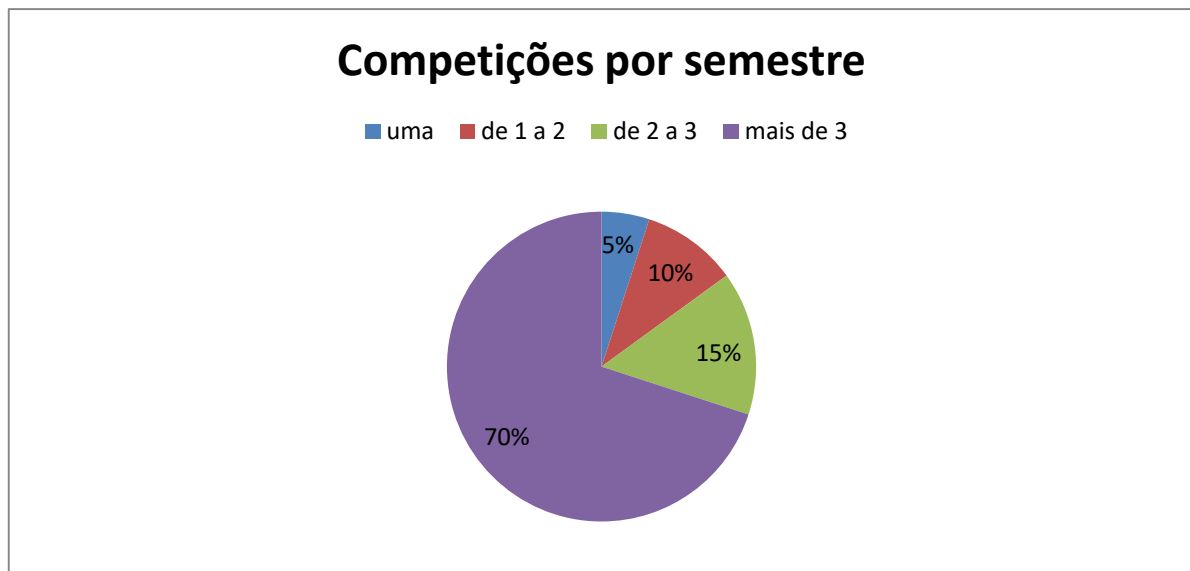
Gráfico 5: Quanto tempo dura cada sessão de treinamento?



Fonte: Autor

Após perguntas sobre a sessão de treinamento, motivos pela prática foi a vez da pergunta sobre as competições uma delas foi quantas competições você costuma a participar por semestre e algo de se impressionar que mostra o gráfico 6 (70%) dos entrevistados participam de mais de 3 competições durante o semestre (15%) participam de 2 a 3 (10%) participam de 1 a 2 e uma única pessoa (5%) marcou que participa de uma competição durante o semestre.

Gráfico 6: De quantas competições você participa, em média, por semestre?



Fonte: Autor

Tabela 1

	Sim	Não	Não Sei/ As vezes
Costuma se machucar em treinos ou competição?	15%	85%	-
Se ocorrer tem assistência médica?	80%	20%	-
Sua família costuma cobrar resultados?	40%	30%	30%
Sua família obrigou você competir	25%	65%	10%
Seu técnico já fez você competir machucado?	15%	85%	-
Seu técnico já brigou com você na frente de todos?	55%	45%	-
Já teve vontade de parar de treinar por causa do seu técnico?	10%	90%	-
Você se culpa quando não consegue bons resultados ?	70%	30%	-
Você acha na obrigação de mostra bons resultados por causa de seu técnico ou família?	50%	50%	-
Já pensou em desistir da modalidade esportiva?	40%	60%	-
Total: 20			

Fonte: Autor.

Na tabela 1 mostra algumas das perguntas feitas no questionário onde o intuito foi perceber se o ambiente de competição e treinamento exerce o principal fator dele a saúde. Mostra que a maioria não costuma se machucar durante os treinos e competições sendo que caso isso ocorra a grande maioria tem a assistência médica para a lesão que ocorrer. Percebemos também que a família tem um papel importante no resultado físico e psicológico dos atletas. a grande maioria dos familiares cobram resultados mas não obrigam os filhos/atletas competirem mas acabam exercendo uma pressão pois metade deles se sentem na obrigação de mostrar resultados. O técnico também pode acaba exercendo uma grande pressão em busca de resultados. Mas perguntas voltadas para os técnicos tinha haver com obrigar os atletas competirem machucados onde (85%) falaram não ter tido a obrigação de competir machucado também se o técnico costuma brigar com atletas na frente dos demais onde (55%) responderam que sim e caso ele já fez o atleta pensar em desistir da prática esportiva e isso teve (90%) das respostas "não". E se o próprio atleta se cobra muito onde (70%) responderam que "sim" e se eles já pensaram em desistir da modalidade onde (60%) responderam "não".

4 DISCUSSÃO

Percebe-se que a iniciação esportiva da natação ocorre de maneira precoce segundo o presente estudo o inicio se da em torno dos 8 anos de idade isso também ocorre no estudo de Arena e Bohme (2000) onde foi pesquisado outras modalidades mas ocorrendo o mesmo problema.

No estudo de Costas et al (2013) descrevem que a prática esportiva é benéfica desde que esta vise a melhora motora e não os resultados e competições isso mostra que pela idade do inicio da modalidade feita no estudo, a modalidade esta sendo usada como uma iniciação esportiva precoce. No mesmo estudo Costas et al (2013) citam que os atletas não aproveitam o tempo livre devido a horas de treinamento isso não ocorre no meu estudo pois a maioria tem apenas de 1 a 2 horas por dia de treino o que pode ocorrer e que a maioria não tem dia de semana livre pois a maioria dos pesquisados treinam mais de 4 dias semanais.

Diferentemente do estudo feito por Knijnik et al (2005) onde o principal motivo foi a diversão por buscar o esporte durante esta faixa etária na pesquisa o principal motivo da busca pelo esporte é por se simpatizar pela modalidade.

Assim como no estudo de Simões et al (2013) relatam que os pais tem uma participação ativa na vida esportiva dos filhos sendo que esta pressão as vezes pode atrapalhar os resultados dos filhos nas competições como cita no estudo de Gabarra et al (2009). Já presente estudo a maioria sofrer ou já sofrer pressão por resultados pelos pais.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com isso conclui-se que o ambiente competitivo é apenas promotor de saúde quando o seu objetivo é a melhora da coordenação e intuito de melhorar a saúde do praticante, já quando o intuito do praticante é a busca de rendimento e performance o ambiente competitivo acaba não sendo promotor de saúde. Os dois pontos que fazem o ambiente de treino e competição não ser promotor de saúde é a pressão dos pais em busca dos resultados. As vezes essa pressão psicológica acaba afetando a saúde e os resultados dos atletas e até mesmo o atleta ter lesões.

Não apenas os fatores psicológicos não exercem a promoção da saúde também as sessões de treino e várias competições realizadas no semestre acabando lesionando os atletas e isso acaba afastando eles dos treinos e alguns pensando na desistência da modalidade.

Recomenda-se pesquisas com número maior de entrevistados e com diferentes esportes para ver se a diferença entre os esportes alteram o resultado.

6 REFERÊNCIAS

ARENA, S. e BÖHME, M. Programas de iniciação e especialização esportiva na grande São Paulo. **Revista Paulista Educação Física**, São Paulo, 14(2):184-95, jul./dez. 2000

COSTA, A. et al. Estudo dos benefícios e riscos da especialização precoce na natação. **Coleção Pesquisa em Educação Física** - Vol. 12, n. 4, 2013 - ISSN: 1981-4313.

DARIDO, S. e FARINHA, F. Especialização precoce na natação e seus efeitos na idade adulta. **Rev. Motriz** – Volume 1, Número 1, 59-70, junho/1995.

DATAFOLHA - Instituto de pesquisa do Grupo Folha. **OPINIÃO PÚBLICA, 2008**. Disponível em: <http://datafolha.folha.uol.com.br/opiniaopublica/2008/07/1224167-jovens-brasileiros.shtml>

FECHIO, J. et al. Especialização esportiva precoce: uma revisão. **EFDeportes.com, Revista Digital**. Buenos Aires - Año 17 - Nº 169 - Junio de 2012. Disponível: <http://www.efdeportes.com/>

GABARRA, L. et al. A psicologia do esporte na iniciação esportiva infantil. **Rev. Psicologia America Latina**. n.18 México nov. 2009

GALLAHUE, D. **Understanding motor development in children**. New York: Wiley, 1982.

GREGÓRIO, K. e SILVA, T. Iniciação esportiva x especialização esportiva precoce: quando iniciar estas práticas?. Horizontes – **Revista de Educação, Dourados**, MS, n.3, v2, janeiro a junho de 2014.

KNIJNIK, J. Motivação no esporte infanto-juvenil: uma discussão sobre razões de busca e abandono da prática esportiva entre crianças e adolescentes. **Revista virtual EFArtigos** - Natal/RN - volume 03 - número 02 - maio - 2005.

SANTANA, W. C. **Habilidades**. 2005. Disponível em: <http://www.pedagogiadofutsal.com.br/habilidades.php>. Acessado em: 30 de agosto. 2016.

SIMÕES, A. et al. A participação dos pais na vida esportiva dos filhos. **Rev. paulista Educação Física**, São Paulo, 13(1): 34-45, jan./jun. 1999.

SOUTO, V. **Esporte de competição para crianças e adolescentes: Saúde ou exploração?**. Florianópolis, SC, Brasil, Setembro, 2002

7 ANEXOS

INFORMAÇÕES PESSOAIS

IDADE: _____ anos SEXO: () M () F

NÍVEL DE ESCOLARIDADE: () 1ª a 4ª série () 5ª a 8ª série

() 1º Grau completo () 2º Grau (em curso)

() 2º Grau completo

MODALIDADE: () ATLETISMO () NATAÇÃO

PROVA(S)/ESPECIALIDADE: _____

- 01) Por que escolheu praticar esta modalidade?
 para estar com meus amigos
 meus pais me obrigaram
 meu professor de Educação Física me incentivou
 por que é do meu interesse
 por questões de saúde
- 02) Você gosta do que está fazendo? sim não
- 03) Há quanto tempo vem praticando?
 2 - 3 anos 3 - 4 anos 4 - 5 anos mais de 5 anos
- 04) Em quantas vezes na semana você treina?
 menos de 2 vezes de 2 a 3 vezes de 3 a 5 vezes mais de 5 vezes
- 05) Quanto tempo dura cada sessão de treinamento?
 de 1 a 2 horas de 2 a 3 horas de 3 a 4 horas mais de 4 horas
- 06) Há quanto tempo compete nesta modalidade?
 2-3 anos 3-4 anos 4-5 anos mais de 5 anos
- 07) De quantas competições você participa, em média, por semestre?
 uma de 1 a 2 2 a 3 mais de 3
- 08) Você costuma perder aulas por causa das competições? sim não
- 09) Você costuma se machucar em treinos ou em competições?
 não sim
Quando isso acontece, você recebe a devida assistência médica? sim não
- 10) Você recebe alguma forma de remuneração (em dinheiro) ou auxílio para treinar e competir? não
 sim De que forma? salário mensal (valor em R\$)
 bolsa de estudos vale transporte
 cesta básica ticket refeição
 outros: _____
- 11) Você tem direito a algum tipo de assistência médico-odontológica para treinar e competir? sim não não sei
- 12) Você tem direito a seguro de vida e contra acidentes para treinar e competir?
 sim não não sei
- 13) Você tem direito a assistência previdenciária (por ex., aposentadoria) para treinar e competir? sim não não sei

- 14) Você sabia que seus resultados esportivos são uma forma de propaganda do trabalho de seu técnico? () sim () não
- 15) O que sua família acha de sua prática desportiva?
() é a favor () é contra () não liga
- 16) Sua família participa, de alguma maneira, desta prática?
() não () sim Como? () assistindo às competições
() arcando com todas as despesas necessárias
() outros: _____
- 17) Quando você não se sai bem numa competição, como sua família reage?
() não liga
() briga comigo e cobra o que foi gasto
() fica triste e não fala comigo por algum tempo
() fica chateada mas me dá forças para continuar
() outros: _____
- 18) Como você acha que sua família o(a) vê, como atleta?
() como invencível
() como um fracasso
() como responsável por realizar o sonho dela
() como alguém que está perdendo tempo
() como alguém que luta por seus ideais
- 19) Sua família costuma cobrar resultados seus nas competições?
() sim () não () às vezes
- 20) Sua família já o obrigou a competir contra sua vontade?
() sim () não () às vezes
- 21) Como você vê seu/sua técnico(a)?
() como um(a) amigo(a) () como um(a) estranho(a) () como um/uma pai/mãe
- 22) Como é seu relacionamento com ele/ela?
() péssimo () razoável () bom () ótimo () excelente
- 23) O quanto você confia nele?
() totalmente () bastante () um pouco () nada
- 24) Como seu técnico reage quando você não consegue um bom resultado?
() fica triste mas me dá uma força () briga comigo na frente de todos
() fica furioso e não fala comigo () não liga e me consola

- 25) Seu técnico já fez com que você competisse machucado(a) ou sem condições físicas/técnicas? () sim () não
- 26) Seu técnico já chamou sua atenção, ou brigou com você, na frente de todos?
() não
() sim. Como você se sentiu quanto a isso? () não liguei () furioso(a)
() envergonhado(a) () magoado(a)
- 27) Já teve vontade de parar de treinar por causa de seu técnico?
() não
() sim. Porque não o fez? () por causa da minha família
() por causa dos(as) amigos(as)
() para não perder os benefícios que recebo
() não tive coragem
- 28) Como você se sente antes de uma competição?
() uma "pilha de nervos" () nervoso e inseguro () calmo e confiante
- 29) Como você se sente quando falha, perante o público, numa competição?
() envergonhado(a) e com vontade de "sumir" () não ligo
() furioso(a) e com vontade de largar tudo
- 30) Você se sente usado(a), ou explorado(a), de alguma maneira, como atleta de sua modalidade?
() não
() sim. Por quem? () minha família () meu técnico
() meu clube () meus companheiros
- 31) Como você se sente, perante seu técnico e seus companheiros de equipe, quando falha ou fracassa numa competição?
() envergonhado(a) () furioso(a) () não ligo
- 32) Você se culpa quando não consegue um bom resultado? () sim () não
- 33) Ao competir, você se acha na obrigação de apresentar um bom resultado só para agradar a seu técnico ou à sua família? () sim () não
- 34) Você já deixou de fazer coisas de que realmente gosta, apenas por causa dos treinos ou competições? () sim () não
- 35) Já pensou em desistir da prática de sua modalidade? () sim () não
- 36) O que espera conseguir através da prática de sua modalidade?
() reconhecimento () dinheiro () saúde () nada

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE
BRASÍLIA - UNICEUB



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Saúde dos professores de educação física e o autocuidado apoiado.

Pesquisador: Hetty Nunes Cavalcante da Cunha Lobo

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 58878916.6.0000.0023

Instituição Proponente: Centro Universitário de Brasília - UNICEUB

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 1.755.743

Apresentação do Projeto:

A escola e academias são um espaço social estratégico para a promoção da saúde, seja através da produção de conhecimento, da influência na formação profissional, ou da contribuição à saúde de grupos populacionais a ela relacionados (alunos, professores e funcionários). As transformações no cotidiano acadêmico em decorrência das novas tecnologias, de mudanças no sistema educacional e nas formas de organização do trabalho apresentam consequente impacto sobre a saúde dos docentes.

A população da pesquisa são 20 professores de Educação Física, em atividade na ACADEMIA DE NATAÇÃO ÁGUA VIDA LTDA que ministram aulas de Treinamento Funcional, Natação e Musculação. A participação na pesquisa será livre e esclarecida, formalizada mediante carta convite e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido - TCLE. Os questionários serão tabulados e produzirão dados descritivos quantitativos. As informações colhidas nos relatórios, nos diários de campo e nas entrevistas serão transcritas e analisadas com o auxílio do software Nvivo. Através da leitura e organização das informações será feita a divisão das falas e a identificação de categorias temáticas. O método de análise de conteúdo foi escolhido como estratégia metodológica por ser composto por um conjunto de técnicas utilizadas na análise de dados qualitativos. A análise de conteúdo será realizada em três fases: a) pré-análise: objetiva operacionalizar e sistematizar as ideias presentes no depoimento; b) exploração do material:

Endereço: SEPN 707/907 - Bloco 6, sala 6.110, 1º andar

Bairro: Setor Universitário

CEP: 70.790-075

UF: DF

Município: BRASÍLIA

Telefone: (61)3966-1511

E-mail: cep.uniceub@uniceub.br

Continuação do Parecer: 1.755.743

consiste em identificar nas falas as unidades de significados; c) Tratamento dos resultados e interpretação: visa agrupar as unidades de significado de acordo com sua semelhança.

Os pesquisadores não descreveram a metodologia de análise de dados. Foram apresentados os critérios de inclusão e exclusão.

Objetivo da Pesquisa:

O objetivo primário será compreender o fenômeno da saúde a partir da percepção dos professores de Educação Física, relacionando-o à sua atividade laboral, ao apoio institucional/promotor do autocuidado apoiado e à prática de cuidar de si, com especial atenção às práticas corporais/atividades físicas.

Os objetivos secundários serão: conhecer a percepção e a situação de saúde dos professores de Educação Física; Conhecer a percepção sobre o apoio institucional ao autocuidado/promotor de saúde; Conhecer a percepção sobre o bem estar, os fatores estressantes, de sofrimento e adoecimentos no contexto do trabalho; Conhecer a percepção e as atitudes sobre o cuidar de si, com especial atenção às práticas corporais/atividades físicas; refletir, a partir do discurso dos professores da Educação Física, sobre as percepções vigentes em saúde; Apresentar elementos que contribuam com a emergente discussão das Universidades Promotoras de Saúde, contextualizando-os frente aos paradigmas dominantes na formação em saúde e às mudanças sociopolíticas contemporâneas.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Os riscos são descritos pelos pesquisadores como sendo mínimos por se tratar de questionário. Caso haja algum tipo de constrangimento em responderem o questionário, os participantes poderão se recusar a respondê-lo.

E os benefícios são descritos de tal forma que o estudo permitirá adquirir e produzir conhecimentos e experiências a respeito da percepção de professores universitários da grande área da saúde no contexto do trabalho. A partir das informações, os pesquisadores esperam refletir e ajudar a esclarecer sobre os processos que fazem o sujeito adotar ações de cuidado e promoção da saúde, em especial nas práticas corporais/atividades físicas, levando em consideração as condições do ambiente de trabalho, e ainda, quais as visões que embasam a realização das mesmas (se há uma predominância do paradigma preventivista ou se estão voltado para o contexto ampliado de promoção da saúde). Para os docentes será gerado um relatório com informações sobre suporte organizacional, atividade física e gerenciamento de estresse. Em um contexto ampliado, esperamos subsidiar discussões sobre a relevante e atual temática das Academias Promotoras de Saúde.

Endereço: SEPN 707/907 - Bloco 6, sala 6.110, 1º andar

Bairro: Setor Universitário

CEP: 70.790-075

UF: DF

Município: BRASÍLIA

Telefone: (61)3966-1511

E-mail: cep.uniceub@uniceub.br

Continuação do Parecer: 1.755.743

O projeto é de risco mínimo. Contudo, reforça-se o cuidado quanto às gravações.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

O projeto apresenta relevância acadêmica e a metodologia não apresenta qualquer condição que entre em conflito ético com a resolução que normatiza a pesquisa com humanos. Os critérios de inclusão e exclusão merecem revisões para se adequarem às normas que regulamentam a pesquisa com humanos. O cronograma apresenta defasagem quanto ao período de submissão ao CEP UniCEUB. A entrevista semiestruturada apresenta roteiro com informação a respeito da qualidade de vida dos profissionais de educação física e não apresenta qualquer violação ética ao profissional e ao indivíduo. Os questionários irão avaliar Bem Estar Individual no Trabalho do participante da pesquisa.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Foram apresentados os seguintes elementos:

- * Folha de rosto devidamente assinadas pelo pesquisador responsável e pelo responsável pela instituição proponente;
- * O TCLE esclarece os participantes, no entanto, falta os dados da pesquisadora responsável e do CEP-UniCEUB.

Recomendações:

O CEP-UniCEUB ressalta a necessidade de desenvolvimento da pesquisa, de acordo com o protocolo avaliado e aprovado, bem como, atenção às diretrizes éticas nacionais quanto aos incisos XI.1 e XI.2 da Resolução nº 466/12 CNS/MS concernentes às responsabilidades do pesquisador no desenvolvimento do projeto:

XI.1 - A responsabilidade do pesquisador é indelegável e indeclinável e compreende os aspectos éticos e legais.

XI.2 - Cabe ao pesquisador:

- c) desenvolver o projeto conforme delineado;
- d) elaborar e apresentar os relatórios parciais e final;
- e) apresentar dados solicitados pelo CEP ou pela CONEP a qualquer momento;
- f) manter os dados da pesquisa em arquivo, físico ou digital, sob sua guarda e responsabilidade, por um período de 5 anos após o término da pesquisa;
- g) encaminhar os resultados da pesquisa para publicação, com os devidos créditos aos pesquisadores associados e ao pessoal técnico integrante do projeto; e

Endereço: SEPN 707/907 - Bloco 6, sala 6.110, 1º andar
Bairro: Setor Universitário CEP: 70.790-075
UF: DF Município: BRASÍLIA
Telefone: (61)3966-1511 E-mail: cep.uniceub@uniceub.br

Continuação do Parecer: 1.755.743

h) justificar fundamentadamente, perante o CEP ou a CONEP, interrupção do projeto ou a não publicação dos resultados.

Observação: Ao final da pesquisa enviar Relatório de Finalização da Pesquisa ao CEP. O envio de relatórios deverá ocorrer pela Plataforma Brasil, por meio de notificação de evento. O modelo do relatório encontra-se disponível na página do UNICEUB - http://www.uniceub.br/instituicao/pesquisa/ins030_pesquisacomitebio.aspx, em Relatório de Finalização e Acompanhamento de Pesquisa

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

O colegiado do CEP, em consonância com o parecer do relator aprova a pesquisa.

No entanto, os pesquisadores devem:

- acrescentar ao TCLE os dados da pesquisadora responsável e os dados do CEP-UniCEUB acrescentado o seguinte texto:

"Se houver alguma consideração ou dúvida referente aos aspectos éticos da pesquisa, entre em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário de Brasília – CEP/UniCEUB, que aprovou esta pesquisa, pelo telefone 3966.1511 ou pelo e-mail cep.uniceub@uniceub.br. Também entre em contato para informar ocorrências irregulares ou danosas durante a sua participação no estudo";

- ter o cuidado no recrutamento dos participantes, já que são funcionários de uma organização e principalmente cuidado na divulgação dos resultados, para que seja preservado o anonimato dos participantes e as boas relações entre empregados e empregadores;

- iniciar a coleta de dados após a aprovação da pesquisa pelo CEP.

- enviar o novo modelo do TCLE ao CEP, por meio de Notificação.

Considerações Finais a critério do CEP:

Protocolo previamente avaliado por este CEP, com parecer N° 1.716.230/2016, tendo sido homologado na 15ª Reunião Ordinária do CEP-UniCEUB, em 09 setembro de 2016.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_775652.pdf	18/08/2016 14:52:30		Aceito
Folha de Rosto	Folhaderosto.docx	18/08/2016 14:50:34	Hetty Nunes Cavalcante da	Aceito

Endereço: SEPN 707/907 - Bloco 6, sala 6.110, 1º andar

Bairro: Setor Universitário

CEP: 70.790-075

UF: DF

Município: BRASÍLIA

Telefone: (61)3966-1511

E-mail: cep.uniceub@uniceub.br

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE
BRASÍLIA - UNICEUB



Continuação do Parecer: 1.755.743

Folha de Rosto	Folhaderosto.docx	18/08/2016 14:50:34	Cunha Lobo	Aceito
Outros	CartadeAceite.jpg	18/08/2016 14:44:49	Hetty Nunes Cavalcante da Cunha Lobo	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE.docx	15/08/2016 11:15:51	Hetty Nunes Cavalcante da Cunha Lobo	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	ProjetoTCCBacharel.docx	15/08/2016 11:12:36	Hetty Nunes Cavalcante da Cunha Lobo	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

BRASILIA, 30 de Setembro de 2016

Assinado por:
Marília de Queiroz Dias Jacome
(Coordenador)

Endereço: SEPN 707/907 - Bloco 6, sala 6.110, 1º andar
Bairro: Setor Universitário CEP: 70.790-075
UF: DF Município: BRASILIA
Telefone: (61)3966-1511 E-mail: cep.uniceub@uniceub.br

Modelo TCLE

Análise da promoção da saúde no ambiente competitivo: modalidade natação
Instituição dos(as) pesquisadores(as): Centro Universitário de Brasília- UNICEUB
Pesquisador(a) responsável [professor(a) orientador(a), graduado(a)]: Hetty Lobo
Pesquisador(a) assistente [aluno(a) de graduação]: Carlos Max Mazzei de Souza

Você está sendo convidado(a) a participar do projeto de pesquisa acima citado. O documento abaixo contém todas as informações necessárias sobre a pesquisa que estamos fazendo. Sua colaboração neste estudo será de muita importância para nós, mas se desistir a qualquer momento, isso não causará nenhum prejuízo.

O nome deste documento que você está lendo é Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Antes de decidir se deseja participar (de livre e espontânea vontade) você deverá ler e compreender todo o conteúdo. Ao final, caso decida participar, você será solicitado a assiná-lo e receberá uma cópia do mesmo.

Antes de assinar faça perguntas sobre tudo o que não tiver entendido bem. A equipe deste estudo responderá às suas perguntas a qualquer momento (antes, durante e após o estudo).

Natureza e objetivos do estudo

- o objetivo do trabalho é de verificar se o ambiente de treinamento e competitivo na modalidade natação promove saúde em pré-adolescentes e adolescentes de 10 a 15 anos.
- Você está sendo convidado a participar exatamente por ser um aluno.

Procedimentos do estudo

- Sua participação consiste em responder um questionário
- O procedimento é responder as perguntas objetivas e subjetivas contidas no questionário.
- Não haverá nenhuma outra forma de envolvimento ou comprometimento neste estudo.
- Em caso de gravação, filmagem, fotos, explicitar a realização desses procedimentos.
- A pesquisa será realizada em local público.

Riscos e benefícios

- Este estudo possui nenhum risco que são inerentes do procedimento de responder ao questionário.
- Medidas preventivas durante a pesquisa serão tomadas para minimizar qualquer risco ou incômodo.
- Caso esse procedimento possa gerar algum tipo de constrangimento você não precisa realizá-lo.
- Sua participação poderá ajudar no maior conhecimento sobre promoção da saúde.

Participação, recusa e direito de se retirar do estudo

- Sua participação é voluntária. Você não terá nenhum prejuízo se não quiser participar.
- Você poderá se retirar desta pesquisa a qualquer momento, bastando para isso entrar em contato com um dos pesquisadores responsáveis.
- Conforme previsto pelas normas brasileiras de pesquisa com a participação de seres humanos você não receberá nenhum tipo de compensação financeira pela sua participação neste estudo.

Confidencialidade

- Seus dados serão manuseados somente pelos pesquisadores e não será permitido o acesso a outras pessoas.



- O material com as suas informações (fitas, entrevistas etc) ficará guardado sob a responsabilidade do(a) Hetty Lobo com a garantia de manutenção do sigilo e confidencialidade. Os dados e instrumentos utilizados ficarão arquivados com o(a) pesquisador(a) responsável por um período de 5 anos, e após esse tempo serão destruídos.
- Os resultados deste trabalho poderão ser apresentados em encontros ou revistas científicas, entretanto, ele mostrará apenas os resultados obtidos como um todo, sem revelar seu nome, instituição a qual pertence ou qualquer informação que esteja relacionada com sua privacidade.

Se houver alguma consideração ou dúvida referente aos aspectos éticos da pesquisa, entre em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário de Brasília – CEP/UNICEUB, que aprovou esta pesquisa, pelo telefone 3966.1511 ou pelo e-mail cep.uniceub@uniceub.br. Também entre em contato para informar ocorrências irregulares ou danosas durante a sua participação no estudo.

Eu, _____ RG _____, após receber uma explicação completa dos objetivos do estudo e dos procedimentos envolvidos concordo voluntariamente em fazer parte deste estudo. Este Termo de Consentimento encontra-se impresso em duas vias, sendo que uma cópia será arquivada pelo pesquisador responsável, e a outra será fornecida ao senhor(a).

Brasília, ____ de _____ de _____

Participante

Hetty Lobo, celular 8415-1324 /telefone institucional (61) 3966-1200

Carlos Max, telefone 9617-4045

Endereço dos(as) responsável(eis) pela pesquisa (OBRIGATÓRIO):

Instituição: Centro Universitário de Brasília - UNICEUB

Endereço: SEPN 707/907 Asa norte Brasília - DF

Bloco: /Nº: /Complemento: Bloco 9 - FACES

Bairro: /CEP/Cidade: Asa Norte 70790-075

Telefones p/contato: (61) 3966-1200

**Termo de Consentimento Livre e Esclarecido junto com o Assentimento
(No caso de crianças e adolescentes que consigam ler e compreender o documento)**

Seu filho está sendo convidado(a) a participar do projeto de pesquisa acima citado. Antes de decidir se autoriza a participação dele(a), é importante que você entenda porquê o estudo está sendo feito e o que ele envolverá. Você pode discutir qualquer coisa deste formulário com ele(a), e não é preciso decidir imediatamente. Caso não entenda algumas palavras pode pedir explicações mais detalhadas. As informações sobre a pesquisa encontram-se a seguir.
Este Termo de Consentimento e Assentimento encontra-se impresso em duas vias, sendo que uma cópia será arquivada pelo(a) pesquisador(a) responsável, e a outra será fornecida a vocês.

Natureza e objetivos do estudo - O objetivo específico deste estudo é de verificar se o ambiente de treinamento e competitivo na modalidade natação promove saúde em pré-adolescentes e adolescentes de 10 a 15 anos.

Seu filho(a) está sendo convidado(a) a participar exatamente por encaixar dentro das características da pesquisa.

Procedimentos do estudo - A participação na pesquisa consiste em responder um questionário. Não haverá nenhuma outra forma de envolvimento ou comprometimento neste estudo.

Em caso de gravação, filmagem, fotos, explicitar a realização desses procedimentos.

A pesquisa será realizada em local público.

Riscos e benefícios - Este estudo possui nenhum risco que são inerentes do procedimento de responder ao questionário.

Caso esse procedimento possa gerar algum tipo de constrangimento o(a) participante não precisa realizá-lo.

A participação nessa pesquisa poderá ajudar no maior conhecimento sobre promoção da saúde.

Participação, recusa e direito de se retirar do estudo – A participação é voluntária. Não haverá nenhum problema para seu(sua) filho(a) se não quiser participar, que poderá se retirar desta pesquisa a qualquer momento, bastando para isso entrar em contato com um dos pesquisadores responsáveis.

Conforme previsto pelas normas brasileiras de pesquisa com a participação de seres humanos ele(a) não receberá nenhum tipo de compensação financeira pela sua participação neste estudo.

Confidencialidade – Os dados/as informações colhidas na pesquisa serão manuseados somente pelos pesquisadores e não será permitido o acesso a outras pessoas.

O material com as informações obtidas (fitas, entrevistas etc;) ficará guardado sob a responsabilidade do(a).... (Carlos Max Mazzei de Souza) com a garantia de manutenção do sigilo e confidencialidade.

Os resultados deste trabalho poderão ser apresentados em encontros ou revistas científicas, entretanto, ele mostrará apenas os resultados obtidos como um todo, sem revelar o nome dos participantes, instituição a qual pertence ou qualquer informação que esteja relacionada com sua privacidade.

Brasília, ___ de _____ de ____

Consentimento

Eu, _____ RG _____, após receber uma explicação completa dos objetivos do estudo e dos procedimentos envolvidos concordo voluntariamente que ele/ela faça parte deste estudo.

 Responsável pelo(a) participante

Assentimento

Eu, _____, RG _____, (se já tiver o documento), fui esclarecido (a) dos objetivos e procedimentos da presente pesquisa, de maneira clara e detalhada e esclareci minhas dúvidas. Fui informado(a) que posso solicitar novos esclarecimentos a qualquer momento e que tenho liberdade de abandonar a pesquisa quando quiser, sem nenhum prejuízo para mim. O meu/a minha responsável poderá modificar a decisão de participar se assim o desejar. Tendo o consentimento do meu/da minha responsável, já assinado, eu concordo em participar dessa pesquisa. Os pesquisadores/as pesquisadoras me deram a oportunidade de ler e esclarecer as minhas dúvidas.

 Participante

 Hetty Lobo

 Carlos Max Mazzei de Souza

Se houver alguma consideração ou dúvida referente aos aspectos éticos da pesquisa, você e seus responsáveis podem entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário de Brasília – CEP/UnICEUB, que aprovou esta pesquisa, localizado na SEPN 707/907, campus do UnICEUB, bloco VI, sala 6.110, CEP 70790-075, telefone 3966.1511, e-mail cep.uniceub@uniceub.br.

Instituição dos(as) pesquisadores(as): UniCeub

Pesquisador(a) responsável [professor(a) orientador(a), graduado(a)]: Hetty Lobo [orientadora]

Endereço Institucional: SEPN 707/907 - Campus do UnICEUB - Asa Norte - Brasília - DF

CEP: 70790-075, **Cidade:** Brasília, **Estado:** Distrito Federal

Telefone: (61) 3966-1200

E-mail: central.atendimento@uniceub.br

Pesquisador(a) assistente [aluno(a) de graduação]: Carlos Max Mazzei de Souza

Telefone: (61)35681553

E-mail: carlos-max-13@hotmail.com

CARTA DE ACEITE DO ORIENTADOR

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
TRABALHO DE CONCLUSÃO DO CURSO - TCC

Declaração de aceite do orientador

Eu, Hetty Lobo,

declaro aceitar orientar o (a) aluno (a) Carlos Max Mazzei de Souza no trabalho de

conclusão do curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília – UniCEUB.

Brasília, 15 de Agosto de 2016.



ASSINATURA



CARTA DE DECLARAÇÃO DE AUTORIA

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

TRABALHO DE CONCLUSÃO DO CURSO - TCC

Declaração de Autoria

Eu, Carlos Max Mazzei de Souza declaro ser o (a) autor(a) de todo o conteúdo apresentado no trabalho de conclusão do curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília - Uniceub. Declaro, ainda, não ter plagiado a idéia e/ou os escritos de outro(s) autor(s) sob a pena de ser desligado(a) desta disciplina uma vez que plágio configura-se atitude ilegal na realização deste trabalho.

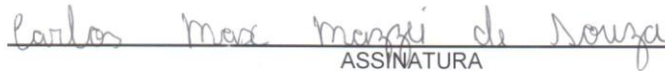
Brasília, 17 de Novembro de 2016.


Orientando



**FICHA DE RESPONSABILIDADE DE
APRESENTAÇÃO DE TCC**

Eu, **Carlos Max Mazzei de Souza** RA: 21312617 me responsabilizo pela apresentação do TCC intitulado **ANÁLISE DO ESTRESSE NO AMBIENTE COMPETITIVO: modalidade natação** no dia 17/11 do presente ano, eximindo qualquer responsabilidade por parte do orientador.


ASSINATURA



FICHA DE AUTORIZAÇÃO DE APRESENTAÇÃO DE TCC

Eu, Hetty Lobo

venho por meio desta, como orientador do trabalho :

ANÁLISE DO ESTRESSE NO AMBIENTE COMPETITIVO:

modalidade natação autorizar sua apresentação no dia 17/11/ 2016
do presente ano.

Sem mais a acrescentar,



Orientador



FICHA DE AUTORIZAÇÃO DE ENTREGA DA VERSÃO FINAL DE TCC

Venho por meio desta, como orientador do trabalho, ANÁLISE DO ESTRESSE NO AMBIENTE COMPETITIVO: modalidade natação do aluno Carlos Max Mazzei de Souza autorizar sua apresentação no dia 22/11/2016 do presente ano.

Sem mais a acrescentar,



Orientador



AUTORIZAÇÃO

Eu, Carlos Max Mazzei de Souza

RA 21312617, aluno (a) do Curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília - UniCEUB, autor do artigo do trabalho de conclusão de curso intitulado ANÁLISE DO ESTRESSE NO AMBIENTE COMPETITIVO: modalidade natação autorizo expressamente a Biblioteca Reitor João Herculino utilizar sem fins lucrativos e autorizo o professor orientador a publicar e designar o autor principal e os colaboradores em revistas científicas classificadas no Qualis Periódicos – CNPQ.

Brasília, 21 de Novembro de 2016.



Assinatura do Aluno

