



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL  
UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARÁ  
CAMPUS UNIVERSITÁRIO DE CASTANHAL  
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

**DÁVILA DA SILVA E SILVA**

**PERFIL ANTROPOMÉTRICO DAS ALUNAS DO PROGRAMA CORPO  
SAUDÁVEL DO MUNICÍPIO DE CASTANHAL - PARÁ.**

CASTANHAL - PA  
2018

**DÁVILA DA SILVA E SILVA**

**PERFIL ANTROPOMÉTRICO DAS ALUNAS DO PROGRAMA CORPO SAUDÁVEL DO MUNICÍPIO DE CASTANHAL - PARÁ.**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Faculdade de Educação Física, Universidade Federal do Pará (Campus Castanhal), como requisito parcial para obtenção do grau de Licenciatura em Educação Física.

Orientadora: Prof. Msc. Déborah de Araújo Farias

CASTANHAL – PA  
2018

## **DÁVILA DA SILVA E SILVA**

### **PERFIL ANTROPOMÉTRICO DAS ALUNAS DO PROGRAMA CORPO SAUDÁVEL DA CIDADE DE CASTANHAL – PA.**

Este Trabalho de Conclusão de Curso foi julgado e aprovado, para a obtenção do título de Licenciado em Educação Física pelo corpo docente da Faculdade de Educação Física da Universidade Federal do Pará, Campus Universitário de Castanhal.

Aprovado em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

---

Prof. Msc. Déborah de Araújo Farias (Orientadora)  
Universidade Federal do Pará

---

Prof. Dr. Sérgio Eduardo Nassar (Examinador)  
Universidade Federal do Pará

---

Prof. Msc. Alessandra Mendonça Tomás (Examinadora)  
Universidade Federal do Pará

## AGRADECIMENTOS

*Primeiramente gostaria de agradecer a **Deus** que me deu forças para concluir mais uma etapa da minha vida e pelas bênçãos que nela derramou.*

*Agradeço também a minha **família**, que sempre incentivou e acreditou nas minhas escolhas. Principalmente ao meu Pai **Pedro**, que foi o verdadeiro investidor nesses meus 4 anos de curso. Vocês são as pessoas mais importantes da minha vida.*

*As minhas grandes amigas, os maiores presentes que a Educação Física me deu, **Dayse, Juliana, Mônica** e principalmente a **Gleicy** pela contribuição significativa neste estudo e a todas por cada momento compartilhado e vivido durante todo curso, por estarem sempre ao meu lado, tanto nos momentos bons quanto nos difíceis.*

*Agradeço ao **Programa Corpo Saudável** pela oportunidade de desempenhar meu papel de professora no ambiente não escolar e principalmente as professoras **Adriane** e **Luana** que me acompanharam de perto durante toda trajetória dentro do programa, repassando seus conhecimentos e contribuindo para a formação de professora e por se tornarem minhas amigas.*

*As princesinhas **Eleny, Karla, Nilda, Olivia, Richeli, Rossilene, Saory** e **Silmaia** pela amizade, por serem luz na minha vida e pelas orações.*

*A minha Orientadora **Déborah de Araújo Farias** pela paciência e por não ter desistido de mim. Obrigada por todo auxílio e por ser essa excelente professora.*

*Agradeço a todos os **professores da FEF de Castanhal** por todos os ensinamentos repassados durante esses 4 anos.*

*E por fim, agradeço minha turma 2014.1, por terem feito desses 4 anos os melhores e piores da minha vida. Obrigada por todas as experiências que vivemos juntos!*

## SUMÁRIO

<b>RESUMO</b> .....	5
<b>ABSTRACT</b> .....	6
<b>1 – INTRODUÇÃO</b> .....	7
<b>2 – OBJETIVOS</b> .....	8
2.1- Geral.....	8
2.2- Específicos.....	8
<b>3 – MATERIAS E MÉTODOS</b> .....	8
<b>4 – RESULTADOS</b> .....	10
<b>5 – DISCUSSÃO</b> .....	12
<b>6 – CONCLUSÃO</b> .....	15
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	16
<b>ANEXO I</b> .....	18
<b>APÊNDICE I</b> .....	19

## RESUMO

O objetivo do estudo foi verificar o perfil antropométrico das alunas do Programa Corpo Saudável (PCS) do Município de Castanhal – PA. Foi realizada uma pesquisa descritiva. A amostra foi composta por 91 mulheres participantes do PCS com faixa etária que varia entre 20 a 59 anos. Os resultados do estudo mostraram que de acordo com o Índice de Massa Corporal (IMC), 85,7% das mulheres apresentaram características de sobrepeso, 13% classificação saudável e 1% apresentou magreza leve. E em relação a classificação da Relação Cintura-Quadril (RCQ), 44% possuem um índice baixo de desenvolver algum tipo de doença coronariana, 33% um risco alto para essa classificação e 23% estão com comprometimento moderado, ou seja, podem desenvolver doenças relacionadas ao coração. Com isso conclui-se que as alunas do PCS apresentam alta prevalência de sobrepeso e alto risco de desenvolver algum tipo de doença coronariana, colocando em risco o quadro de saúde das mesmas.

**Palavras-chave:** Antropometria, Exercício Físico, Obesidade.

## ABSTRACT

The objective of the study was to verify the anthropometric profile of the participants of the Healthy Body Program (HBP) of the Municipality of Castanhal – PARÁ. A descriptive research. The sample consisted of 91 women with HBP, ranging in age from 20 to 59 years. The results of the study showed that according to the Body Mass Index (BMI), 85,7% of the women presented characteristics of overweight, 13% healthy classification and 1% presented slight thinness. And in relation to the classification of the Waist-Hip Ratio (WHR), 44% had a low rate of developing some type of coronary disease, 33% had a high risk for this classification and 23% had moderate impairment, that is, they could develop diseases related to the heart. With this, it is concluded that PCS students have a high prevalence of overweight and high risk of developing some type of coronary disease, putting their health status at risk.

.

**Keywords:** anthropometry, physical exercise, obesity.

## 1 – INTRODUÇÃO

O conhecimento do perfil antropométrico trata das medidas físicas do corpo humano (FRANCO, 2009). A origem da mesma remonta-se à antiguidade, pois Egípcios e Gregos já observavam e estudavam a relação das diversas partes do corpo. (NORTON *et al*, 2005). Os estudos da composição corporal são possíveis a partir de medidas antropométricas, tais medidas podem avaliar o estado e risco de obesidade em crianças, jovens, adultos e idosos (GURGEL, 2008).

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2011) a antropometria é apontada como sendo o método mais útil para identificar pessoas com sobrepeso e obesidade, por ser o mais barato, o menos invasivo, universalmente aplicável e com boa aceitação pela população. Índices antropométricos são obtidos a partir da combinação de duas ou mais informações antropométricas básicas como peso, estatura, sexo e idade (MASON *et al*; 1984).

A ginástica aeróbica ao ar livre vem transformando-se em umas das formas mais apreciadas de exercício entre as mulheres e tem como benefícios o gasto calórico elevado e melhoria na qualidade de vida. (FRANCO; SANTOS; 1999).

O Programa Corpo Saudável (PCS) foi lançado em 2007 e apresenta como objetivo principal oferecer ao ar livre orientação gratuita de exercícios físicos segundo a necessidade de cada um, melhorando assim, as capacidades físicas do praticante, como a flexibilidade, o limiar aeróbio, a força muscular, agilidade e coordenação motora. Em segundo plano, vem diminuir o número de pessoas diagnosticadas com sobrepeso e obesidade, e em situações de risco ou até mesmo intervir no controle de algumas patologias como hipertensão, diabetes, doenças osteomioarticulares e depressão.

Apesar do PCS funcionar desde 2007, ainda pouco se conhece sobre as características antropométricas dos frequentadores. No Brasil, poucos estudos foram realizados com intuito de identificar o perfil de mulheres usuárias de programas públicos de ginástica aeróbica sendo que nenhum investigou o município de Castanhal - PA. A identificação e avaliação do perfil desses indivíduos são de fundamental importância para que se possa entender a contribuição do PCS para diminuir o número de indivíduos sedentários e com taxas de sobrepeso e obesidade.

O estudo vem mostrar a importância de adotar um estilo de vida mais saudável para prevenção de doenças.

## **2 – OBJETIVOS**

**2.1 GERAL:** Verificar o perfil antropométrico das alunas do PCS do Município de Castanhal – PA.

### **2.2 ESPECÍFICOS:**

- Avaliar as variáveis antropométricas;
- Verificar Índice de Massa Corporal (IMC) e Relação Cintura-Quadril (RCQ).

## **3 – MATERIAS E MÉTODOS**

A natureza deste estudo é de caráter descritivo, segundo Thomas, Nelson e Silverman (2007) estudo descritivo apresenta a descrição detalhada dos fenômenos, mas não tenta testar ou construir modelos teóricos.

Participaram desta pesquisa 91 alunas do PCS com faixa etária que igual ou maior que 20 anos, que realizaram a Avaliação das Medidas Antropométricas feita pelos professores do PCS e assinaram o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE). Alguns fatores foram utilizados para critério de inclusão: idade menor a 20 anos. E foram excluídas da pesquisa mulheres que não participaram do procedimento de avaliação física do PCS.

Sobre os procedimentos experimentais, inicialmente foi feito um contato prévio com os professores do Programa Corpo Saudável, solicitando autorização para realização do estudo com suas alunas e para acesso das fichas de Avaliação das Medidas Antropométricas. Após confirmada a autorização dos professores, foi feito um detalhamento do procedimento de coleta de dados que foi utilizado.

Posteriormente fomos selecionar as alunas de acordo com o critério de inclusão e em seguida entramos em contato com cada aluna selecionada, onde foi explicado os objetivos da pesquisa e convidando a praticante para fazer parte da

amostra. Após esta etapa concluída, foi entregue um Termo de Consentimento a cada uma das praticantes, para que, por vontade própria, cooperem com a pesquisa.

Os instrumentos que foram utilizados para a realização do presente estudo foi uma Ficha de Avaliação Antropométrica (ANEXO I).

A massa corporal e a estatura foram mensuradas com uma balança antropométrica mecânica com estadiômetro modelo 110 CH de marca Welmy (Santa Bárbara d'Oeste, SP, Brasil) e fita métrica de marca Prime Med (Cambuci, SP, Brasil) foi utilizada para mensurar a perimetria de cintura e quadril.

O cálculo do índice de massa corporal (IMC) foi realizado através da fórmula  $IMC = \text{massa corporal (kg)} / \text{altura}^2 \text{ (cm)}$  (PETERS et al; 2016) e da relação cintura-quadril (RCQ), através da fórmula  $RCQ = \text{circunferência abdominal (cm)} / \text{circunferência do quadril (BISBO, 2004)}$ . Os valores de RCQ foram avaliados através da tabela abaixo:

### CLASSIFICAÇÃO FEMININA

**Tabela 1 – Classificação feminina para relação cintura-quadril.**

Idade	Baixo	Moderado	Alto	Muito Alto
De 20 a 29	< 0,71	0,71 a 0,77	0,78 a 0,82	> 0,82
De 30 a 39	< 0,72	0,72 a 0,78	0,79 a 0,84	> 0,84
De 40 a 49	< 0,73	0,73 a 0,79	0,80 a 0,87	> 0,87
De 50 a 59	< 0,74	0,74 a 0,81	0,82 a 0,88	> 0,88
De 60 a 69	< 0,76	0,76 a 0,83	0,84 a 0,90	> 0,90

Fonte: Physical Test 5.0 citado por Bisbo (2004)



Fonte: PERTES *et al*; 2016

Os resultados descritivos foram apresentados através de média e desvio padrão. A classificação das variáveis Índice de Massa Corporal foram apresentadas

através dos valores de frequência (Absoluto = n) e porcentagem (relativo = %). A análise estatística foi realizada com o SPSS versão 22.0 para Mac (Chicago, IL, EUA).

#### 4 – RESULTADOS

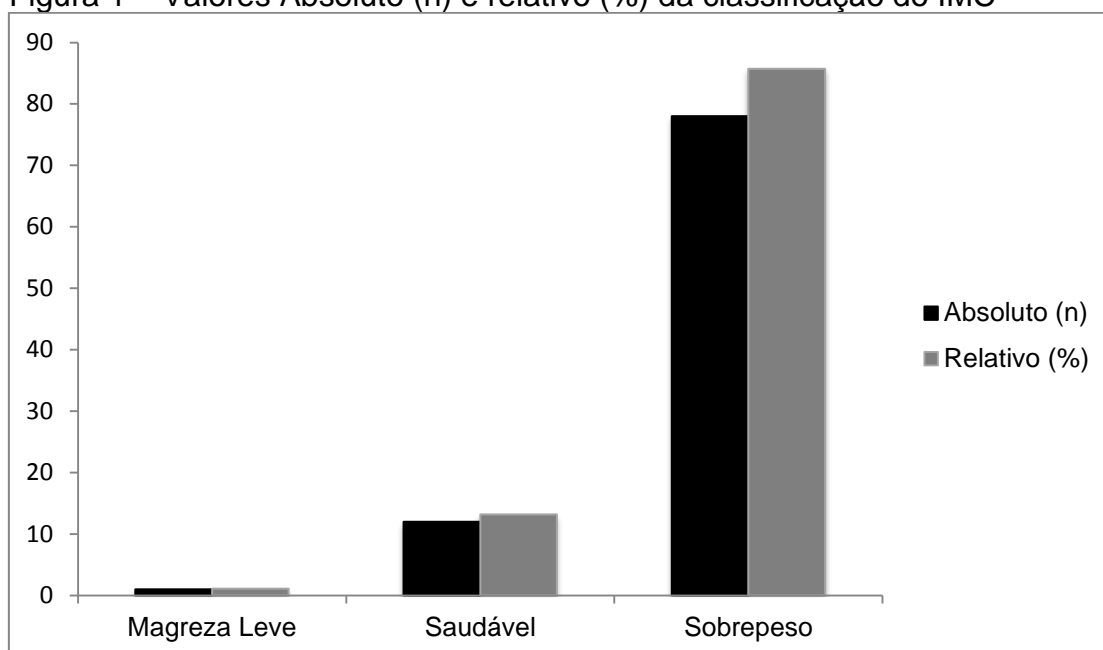
A amostra foi composta por 91 mulheres. A caracterização das variáveis da amostra foi descrita através de média e desvio padrão e estão apresentados abaixo na Tabela 1.

Tabela 1. Média e desvio padrão da amostra em relação à idade, massa corporal, estatura, IMC e RCQ das alunas do PCS.

<b>Variáveis</b>	<b>Média ± Desvio Padrão</b>
Idade (anos)	45,98 ± 7,26
Massa Corporal (kg)	67,36 ± 11,45
Estatura (m)	1,53 ± 0,05
Índice de Massa Corporal (IMC)	28,37 ± 4,21
Relação Cintura-Quadril (RCQ)	0,81 ± 0,06

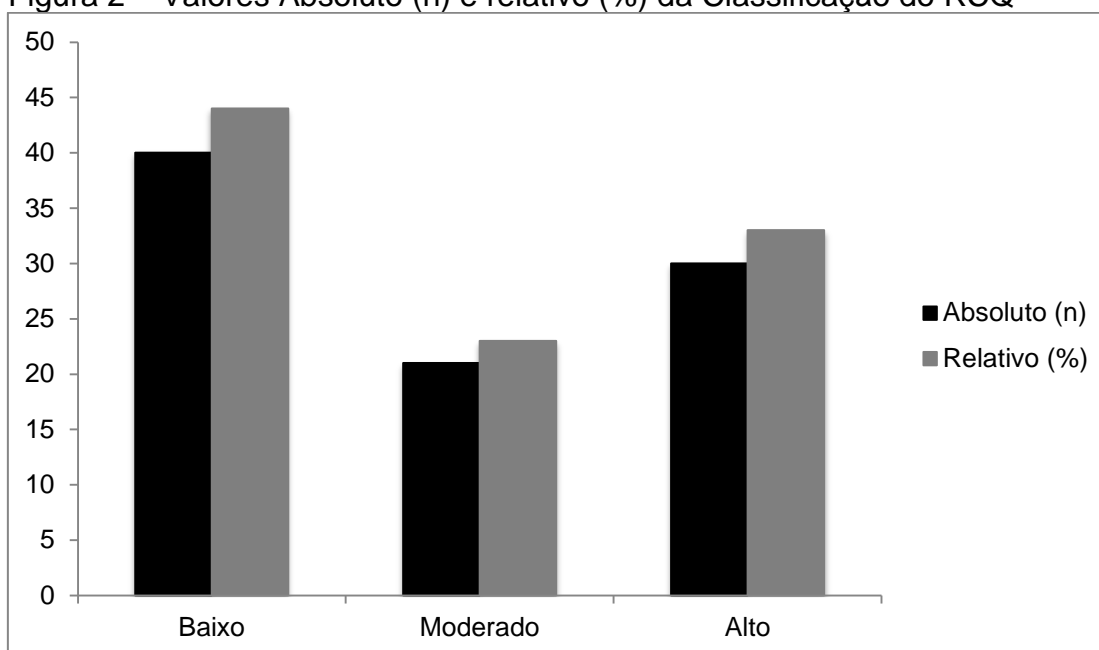
De acordo com o IMC das alunas do PCS, 78 das 91 mulheres apresentaram características de sobrepeso com percentual equivalente a 85,7%, já 12 delas foram classificadas como saudável (13,2%), e apenas 1 mulher apresentou magreza leve com percentual equivalente a 1%, como podemos observar na Figura 1.

Figura 1 – Valores Absoluto (n) e relativo (%) da classificação do IMC



Em relação ao RCQ, 44% da amostra equivalente a 40 mulheres estão com índice RCQ baixo, ou seja, possuem uma remota chance de desenvolver doenças coronarianas, 23% equivalente a 21 mulheres estão com comprometimento moderado, ou seja, podem desenvolver doenças relacionadas ao coração, 33% equivalente a 30 mulheres possuem um risco alto como mostra a Figura 2.

Figura 2 – Valores Absoluto (n) e relativo (%) da Classificação do RCQ



## 5 – DISCUSSÃO

O presente estudo teve como objetivo verificar o perfil antropométrico das alunas do PCS do Município de Castanhal – PA. Este é o primeiro estudo a verificar o perfil antropométrico de uma amostra de alunas do PCS do município de Castanhal. Os resultados encontrados no presente estudo demonstraram que a maioria das alunas do PCS apresentaram características de sobrepeso (85,7%). Geralmente os indivíduos que procuram programas de exercício físico ao ar livre são justamente aqueles que apresentam problemas com excesso de peso e/ou com a saúde devido aos benefícios desta na prevenção e/ou tratamento deste quadro (SIMÃO *et al*; 2013).

Existem diversos indicadores de classificação da obesidade, porém o IMC é o mais utilizado para estudos populacionais, por ser um método simples, pratico, rápido, de fácil aplicabilidade e mensuração.

Estudos mostram que há uma prevalência de 50 a 75% de sobrepeso e obesidade com predominância na população feminina (FORTES, 2006; DA ROSA; ALVES, 2017). O estudo de Souza *et al.* (2003) apresentou a prevalência de excesso de peso em 50,6% de sua amostra, sendo que destes, 32,8% apresentaram sobrepeso. Entre os indivíduos obesos (20,2%), a maioria era do sexo feminino. Observou-se que a prevalência de obesidade aumentou com a idade, sendo cerca

de duas vezes mais elevada a partir dos 30 anos se comparada ao grupo com idade entre 18 a 29 anos.

A alta prevalência de classificados como sobrepeso, representada como maior classe nesse estudo pode estar relacionada a maus hábitos alimentares e/ou falta de engajamento nos exercícios físicos. O exercício físico praticado de forma regular é considerado um fator importante para qualidade de vida, diminuindo o sobrepeso, devido seu elevado gasto calórico (SOARES, 2004).

O PCS tem suas aulas distribuídas durante três vezes na semana (segunda, quarta e sexta) com duração de no mínimo 45 minutos por aula. Esse fator pode está relacionado com o alto índice de sobrepeso das alunas, pois o tempo de exercício físico está abaixo do que preconiza o American College of Sports Medicine (ACSM, 2007) para o adulto ser considerado como adulto ativo.

O ACSM recomenda que os adultos participem de pelo menos 150 minutos / semana de atividade física de intensidade moderada para evitar ganho significativo de peso e reduzir os fatores associados de risco de doença crônica. Para a maioria dos adultos, essa quantidade de atividade física pode ser facilmente alcançada em 30 minutos / dia, cinco dias por semana. Os indivíduos com sobrepeso e obesidade provavelmente sofrerão uma maior redução de peso e evitarão recuperar peso com mais de 250 minutos / semana de atividade física de intensidade moderada (ACSM, 2011).

Um estilo de vida sedentário é, infelizmente, comum em muitas das sociedades desenvolvidas. Os progressos da sociedade contemporânea, em particular os tecnológicos como assistir televisão, usar computador e celular, fizeram diminuir, de um modo sensível, a contribuição do esforço físico nas atividades profissionais. A inatividade contribui, portanto, para o aparecimento de doenças coronarianas e está associada a fatores que desencadeiam sobrepeso e obesidade. (NUNES, 1999).

A RCQ que, embora pouco utilizada, vem demonstrando-se como um importante avaliador de risco cardiovascular em adultos (PITANGA; LESSA, 2006).

Conforme o estudo realizado por Medeiros (2011), a Relação Cintura-Quadril foi apontada com uma prevalência de 27,3% da amostra analisada, mostrando uma classificação da RCQ de nível alto. O estudo supracitado reforça os resultados do presente estudo que revelou uma prevalência de 33% de incidência para índice alto

nas mesmas classificações, o que pode contribuir para o aumento do risco de desenvolver doenças coronarianas.

Já no estudo de Figueredo *et al.* (2011) os valores encontrados da relação cintura/quadril de toda a amostra (N=125) apresentaram risco moderado para doenças cardiovasculares antes e após o treinamento do Programa de Ginástica. Considerando os valores encontrados da relação cintura/quadril todas as mulheres apresentaram risco moderado para doenças cardiovasculares antes e após o treinamento do Programa de Ginástica. No presente estudo, apenas 23% equivalente a 21 mulheres estão com comprometimento moderado como mostra a Figura 2.

O estudo de Tinoco *et al.* (2006) destacou que a RCQ inadequada associa-se positivamente à alta frequência de morbidades. Neste sentido, as mulheres, por apresentarem maiores frequências de RCQ inadequada, apresentam situação mais preocupante para o desenvolvimento de doenças do coração.

De acordo com Fiatarone-Singh (1998) é importante ressaltar que indivíduos fisicamente ativos apresentam geralmente menor valor da relação cintura/ quadril do que indivíduos sedentários, o que pode ser explicado por alterações no balanço energético, ao longo dos anos, em função do incremento do nível de exercício físico.

Como o exercício físico aliado a hábitos alimentares saudáveis contribuem na manutenção da massa corporal saudável e prevenção de doenças coronarianas, vê-se a importância da inserção de um profissional nutricionista no Programa Corpo Saudável, com objetivo de promover uma conscientização dos usuários do programa em adquirir uma alimentação saudável no seu dia-a-dia reduzindo, assim a incidência de classificados com sobrepeso e de doenças relacionadas ao coração.

## **6 – CONCLUSÃO**

O objetivo do estudo foi avaliar o perfil antropométrico de mulheres do PCS com intuito de entender a contribuição de programas públicos como esse para diminuir o número de indivíduos sedentários e com taxas de obesidade. O estudo teve seu objetivo alcançado e pode dar um retorno ao PCS a partir dos resultados encontrados.

Com o presente estudo foi possível identificar através do perfil antropométrico que as alunas do PCS apresentam alta prevalência de sobrepeso e alto risco de desenvolver algum tipo de doença coronariana, colocando em risco o quadro de saúde das mesmas.

## REFERÊNCIAS

- AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE (ACSM). **Exercise is good for the earth, good for the body**. 2007.
- DA ROSA, Q.P.P.; ALVES, M.K. Prevalência e fatores associados ao excesso de peso em mulheres adultas colaboradoras de uma unidade de alimentação e nutrição. **RBONE-Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 11, n. 66, p. 428-436, 2017.
- FIGUEIREDO, Paulo Reetz et al. Alterações da composição corporal, vo2 e da força em mulheres participantes de um programa de ginástica em Itaqui/RS. **RBPFX-Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, v. 4, n. 20, 2011.
- FORTES, M. Atividade física no tratamento da obesidade. Nunes, M.A. et al. **Transtornos alimentares e obesidade** 2ª edição, p. 299-313, 2006.
- FRANCO, S.; SANTOS, R.A.P.F. **A essência da ginástica aeróbica**. 1999.
- FRANCO, A. N.; SILVA, J.C.P. Antropometria Estática de Indivíduos. **Aspectos Tecnológicos**, p. 55, 2009.
- FIATARONE-SINGH, M.A. A composição corporal e peso controle em adultos mais velhos. In: Lamb DR, Murray R (eds). *Perspectivas no exercício da ciência e medicina desportiva: exercício físico, nutrição e de peso corporal*. Carmel: Cooper. Vol. 11. 1998a. p. 243-288.
- GARBER, C.E. et al. American College of Sports Medicine American College of Sports Medicine position stand. Quantity and quality of exercise for developing and maintaining cardiorespiratory, musculoskeletal, and neuromotorfitness in apparently healthy adults: guidance for prescribing exercise. **Medicine Science Sports Exercise**, v. 43, n. 7, p. 1334-1359, 2011.

GURGEL, J.L. Avaliação do perfil antropométrico dos idosos de Porto Alegre–RS: a influência da metodologia na determinação da composição corporal. 2008.

NORTON, K.; OLDS, T.; ALBERNAZ, N. M. F. Antropométrica: um livro sobre medidas corporais para o esporte e cursos da área de saúde. In: **Antropométrica: um livro sobre medidas corporais para o esporte e cursos da área de saúde**. Artmed, 2005.

NUNES, L. **Colecção: Desporto e Tempos Livres. A prescrição da Actividade Física**. Editorial Caminho, SA. Lisboa. 1999

PITANGA, F.J.G.; LESSA, I. Razão cintura-estatura como discriminador do risco coronariano de adultos. **Revista Associação Médica Brasileira**, p. 157-161, 2006.

**Programa Corpo Saudável**, 2007-2014. Secretaria Municipal de Esporte e Lazer (SEMEL).

DE SOUZA, Luiz J.; GICOVATE NETO, C. G.; CHALITA, F. E. B. Prevalência de obesidade e fatores de risco cardiovascular em Campos, Rio de Janeiro. **Arq Bras Endocrinol Metab**, v. 6, p. 669-76, 2003.

SIMÃO, A.F. et al. I Diretriz brasileira de prevenção cardiovascular. **Arquivos brasileiros de cardiologia**, v. 101, n. 6, p. 1-63, 2013.

THOMAS, Jerry R.; NELSON, Jack K.; SILVERMAN, Sthepen J. Métodos de pesquisa em educação física. **Artmed: Porto Alegre**, 2007.

TINOCO, A.L.A. et al. Sobrepeso e obesidade medidos pelo índice de massa corporal (IMC), circunferência da cintura (CC) e relação cintura/quadril (RCQ), de idosos de um município da Zona da Mata Mineira. **Revista brasileira de geriatria e gerontologia**, v. 9, n. 2, p. 63-73, 2006.

WESTPHAL, PERTES. et al. Relação entre índice de massa corporal de Quételet e o do Trefethen. **Revista CPAQV-Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida**, v. 8, n. 3, p.2, 2016.

**ANEXO I****FICHA DE AVALIAÇÃO ANTROPOMÉTRICA**

Nome: \_\_\_\_\_ Idade: \_\_\_\_\_

Data do Teste: \_\_/\_\_/\_\_\_\_

Data de Nascimento: \_\_/\_\_/\_\_\_\_

**MEDIDAS**

Massa Corporal (Kg)	
Estatura (cm)	

**PERÍMETROS (cm)**

Cintura	
Quadril	
Braço	Direito:
	Esquerdo:
Coxa	Direita:
	Esquerda:

IMC: \_\_\_\_\_.

RC/Q: \_\_\_\_\_.

Peso Ideal: \_\_\_\_\_.

## APÊNDICE I



Universidade Federal do Pará  
Faculdade de Educação Física  
Campus Universitário de Castanhal – CUNCAST

### TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidada a participar, como voluntária, da pesquisa intitulada **PERFIL ANTROPOMÉTRICO DAS ALUNAS DO PROGRAMA CORPO SAUDÁVEL DO MUNICÍPIO DE CASTANHAL PARÁ**, conduzida por **Dávila da Silva e Silva**. Esta pesquisa tem por objetivo **verificar o perfil antropométrico das alunas do PCS do Município de Castanhal – PA**. Você foi selecionada por atender aos critérios de seleção dos sujeitos da pesquisa, **mulheres com faixa etária entre 20 a 59 anos e praticantes da ginástica aeróbica**. Sua participação não é obrigatória. A qualquer momento, você poderá desistir de participar e retirar seu consentimento. Sua recusa, desistência ou retirada de consentimento não acarretará prejuízo. Este estudo não trará risco aos participantes. A participação não é remunerada nem implicará em gastos para os mesmos. Sua participação nesta pesquisa consistirá em **ter participado da Avaliação de Medidas Antropométricas do PCS**. Os dados obtidos por meio desta pesquisa serão confidenciais e não serão divulgados em nível individual, visando assegurar o sigilo de sua participação. A pesquisadora responsável se comprometeu a tornar públicos nos meios acadêmicos e científicos os resultados obtidos de forma consolidada sem qualquer identificação de indivíduos participantes. Caso você concorde em participar desta pesquisa, assine ao final deste documento, que possui duas vias, sendo uma delas sua, e a outra, da pesquisadora responsável.

Eu,

\_\_\_\_\_,  
aceito os termos supra dispostos e autorizo o uso de meus dados para fins único e exclusivamente científicos, a partir da seguinte data: \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_, na cidade de Castanhal no Estado do Pará.

Dávila da Silva e Silva (91 – 98237-1368) – Responsável pela Pesquisa Contato para qualquer esclarecimento.

Prof<sup>o</sup>. Ms. Déborah de Araujo Farias (91 – 98931-3333) Professora Orientadora da Pesquisa