



Universidade de Brasília - UnB
Faculdade de Educação Física - FEF

**ANÁLISE COMPARATIVA DA FORÇA DE MEMBROS INFERIORES ENTRE
PRATICANTES DE CHEERLEADING E PESSOAS ATIVAS**

Alexandre Figueiredo de Oliveira Araújo

Brasília

2023

**ANÁLISE COMPARATIVA DA FORÇA DE MEMBROS INFERIORES ENTRE
PRATICANTES DE CHEERLEADING E PESSOAS ATIVAS**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como requisito parcial à obtenção do grau de Bacharelado em Educação Física pela Faculdade de Educação Física da Universidade de Brasília.

Orientadora: Prof.^a Dr.^a Luciana Hagström

Brasília

2023

Artigo Original

ANÁLISE COMPARATIVA DA FORÇA DE MEMBROS INFERIORES ENTRE PRATICANTES DE CHEERLEADING E PESSOAS ATIVAS

ARAÚJO, A.F.O., HAGSTRÖM, L. Análise comparativa da força de membros inferiores entre praticantes de cheerleading e pessoas ativas.

RESUMO:

O cheerleading é um esporte que teve suas primeiras manifestações por volta de 1800, nos Estados Unidos da América. A sua prática possui demasiada exigência física, utilizando do corpo como um todo, com um enfoque de movimentos com os membros inferiores. Sendo assim, o objetivo deste estudo é comparar a força de membros inferiores entre praticantes de cheerleading (grupo Cheer) e pessoas ativas não praticantes da modalidade (grupo NPCheer). Participaram do estudo 10 homens em cada grupo. Para avaliação do nível de atividade física, foi aplicado o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) versão reduzida. Para medir a força foram utilizados os testes de salto vertical (SV) e horizontal (SH). Os grupos foram similares quanto à idade, peso e altura. Metade dos participantes do grupo Cheer foram considerados muito ativos e a outra metade como ativo; enquanto no grupo NPCheer 9 indivíduos foram classificados como muito ativo e somente 1 como ativo. Os resultados dos testes de SV e SH foram, respectivamente, de $67,30 \pm 10,12$ cm e $250,50 \pm 25,85$ cm no grupo Cheer e $51,90 \pm 7,41$ cm x $206,50 \pm 23,70$ cm no grupo NPCheer. Os resultados sugerem que não há diferença significativa na força dos membros inferiores entre os grupos. Algumas limitações do estudo (número amostral, classificação do IPAQ pouco homogênea entre os grupos, ...) podem explicar o fato de não ter sido encontrado diferenças entre os grupos, sugerindo a realização de mais estudos na área.

Palavras-chave: Cheerleaders, jovens ativos, salto vertical, salto horizontal.

Alexandre Figueiredo de Oliveira Araújo¹

Luciana Hagström¹

¹ Faculdade de Educação Física, Universidade de Brasília.

Modelo: Revista Brasileira de Ciência e Movimento.

Introdução

Considera-se que o cheerleading (Cheer) teve suas primeiras manifestações durante eventos esportivos universitários americanos por volta do ano de 1800. Em 1860, estudantes universitários já formavam grupos com o intuito de encorajar suas equipes esportivas. Entretanto, foi somente em 1898 que o estudante Johnny Campbell saiu de seu assento na arquibancada e entrou no campo de futebol americano durante um jogo de sua universidade para animar e liderar a torcida de sua equipe. O evento foi um grande sucesso e, assim, se deu o nascimento do esporte Cheer¹.

Nas décadas seguintes, outras universidades e escolas secundárias também começaram a integrar o Cheer em seus eventos esportivos a fim de trazer mais animação e diversão aos jogos. Com a expansão da modalidade, novas técnicas foram desenvolvidas para melhor entreter e motivar o público, como o uso de placas, bandeiras, megafones, pompons, movimentos de braços e acrobacias simples¹.

Com o desenvolvimento da modalidade, em 1949, o ex-atleta Lawrence Herkimer criou a *National Cheerleaders Association* (NCA) com o intuito de sistematizar a modalidade. Isso possibilitou o desenvolvimento de técnicas do Cheer. O crescimento e a necessidade de mais conhecimento técnico estimularam o aparecimento de outras organizações nos Estados Unidos da América (EUA)¹.

Em 1974, Jeff Webb, conhecido como o fundador do Cheer moderno, criou a *Universal Cheerleaders Association* (UCA). Com isso, novas habilidades foram rapidamente sendo criadas, como o aprendizado em progressão e as regras técnicas e de segurança, incluindo habilidades que são a base do Cheer nos dias de hoje. Em 1982, Jeff lançou na televisão nacional americana o formato de competição de performance Cheer que rapidamente se espalhou pelos EUA. A partir das transmissões televisivas, o esporte chegou em outros países¹.

Em 2003 foi criada a *United States All Star Federation* (USASF) para promover as regras nos Estados Unidos e para administrar o *Cheerleading Worlds*, campeonato com as melhores equipes americanas. Depois disso, outros times de fora dos EUA expressaram interesse em competir o *Cheerleading Worlds*. No ano de 2004, com o interesse de organizar o esporte do Cheer globalmente, a *International Cheer Union* (ICU) organizou sua primeira reunião contando com 13 federações nacionais. O intuito era apoiar a expansão global do esporte, assistir o desenvolvimento de federações nacionais de Cheer, promover o reconhecimento do esporte e encorajar a participação de atletas no *Cheerleading Worlds* e outros eventos, além da criação do campeonato mundial conhecido como *ICU Worlds Championships*. Hoje há mais de 100 federações em todos os continentes, abrangendo mais de 90 países¹.

Hoje, o Cheerleading é um esporte coletivo que compõe elementos acrobáticos/gímnicos (tumbling), *jumps* (saltos), dança, *baskets* (lançamentos), *stunts* (elevação composta por 2 a 5 pessoas) e pirâmides (formação com dois ou mais *stunts* conectados)². Dentro de uma equipe, existem 3 funções diferentes: Base, *Flyer* e *Tumbler*. Bases geralmente são atletas maiores e mais fortes com a função de elevar as *flyers*. Estas, por sua vez, são geralmente menores e mais flexíveis e são quem fazem os movimentos e posições no ar, sendo elevadas ou jogadas. O *tumbler* é quem faz as acrobacias de solo, podendo ser base e/ou *flyer*.

O Cheer é um esporte de alta exigência física. Ele necessita da força do corpo como um todo, possuindo alta demanda de movimentos dos membros inferiores. Desta forma, a força dos membros inferiores tem destaque, tendo um aumento significativo com a prática³. Como o número de estudos na área do Cheer no Brasil ainda é

escasso, a realização deste trabalho é justificada. Diante do exposto, o objetivo deste estudo é comparar a força de membros inferiores entre praticantes de cheerleading e pessoas ativas não praticantes da modalidade.

Materiais e métodos

Participantes

A amostra foi composta por 20 pessoas do sexo masculino, com idades entre 18 e 30 anos, sendo 10 praticantes de cheerleading do ginásio Brasília Xtreme Cheerleading, empresa responsável por formar atletas de alto rendimento; e por 10 estudantes da Universidade de Brasília (UnB) classificados como fisicamente ativos de acordo com o Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ, do inglês *International Physical Activity Questionnaire*) versão reduzida. Os critérios de inclusão foram: ausência de lesão que impedisse a prática de atividade física regular no último ano e, para o grupo praticante de cheerleading (grupo Cheer), pelo menos 1 ano de prática da modalidade; e no grupo dos não praticantes de cheerleading (grupo NPCheer), ausência de experiência do Cheer e a não prática de modalidades acrobáticas (ginástica artística, acrobática, parkour, saltos ornamentais, etc).

A coleta de dados foi realizada no ginásio Brasília Xtreme Cheerleading (Brasília, DF) e na Faculdade de Educação Física da Universidade de Brasília (Brasília, DF) após a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) pelos participantes.

Questionários para classificação da amostra

Inicialmente foi aplicado um questionário para classificação geral da amostra para coletar informações como idade, peso, altura, modalidades praticadas, frequência e duração das atividades praticadas. Em seguida foi aplicado o IPAQ versão reduzida a fim de classificar os participantes quanto ao nível de atividade física e verificar se eles obedeciam ao critério de inclusão citado acima. Somente foram incluídos no trabalho os sujeitos considerados ativos ou muito ativos. Com os dados de peso corporal e estatura foram feitos os cálculos do índice de massa corporal (IMC), de acordo com a fórmula: $IMC = \text{peso (kg)}/\text{estatura}^2 \text{ (m)}$.

Teste de Impulsão Vertical

A força explosiva dos membros inferiores foi avaliada através do teste de impulsão vertical (SV, de salto vertical). Para isso, uma fita métrica de 1,5m foi colada na parede perpendicular ao solo, a 1,5m de altura. Magnésio em pó foi colocado nas pontas dos dedos da mão dominante do participante e, em seguida, colocando-o de lado para a parede com o braço elevado verticalmente, pés com os calcanhares no chão para medição da sua altura sem o salto. Em seguida, o indivíduo de pé, com as pernas paralelas e afastadas na largura dos ombros, de lado para a parede, calcanhares no solo, fez uma extensão de ombro para tomar impulso, e depois saltou o mais alto que conseguiu, tocando os dedos da mão dominante na parede, deixando a marca do magnésio. Utilizando as duas marcações feitas, foi avaliada a altura do salto realizado, sendo utilizada a altura mais alta entre 3 tentativas. A Figura 1 ilustra o teste.

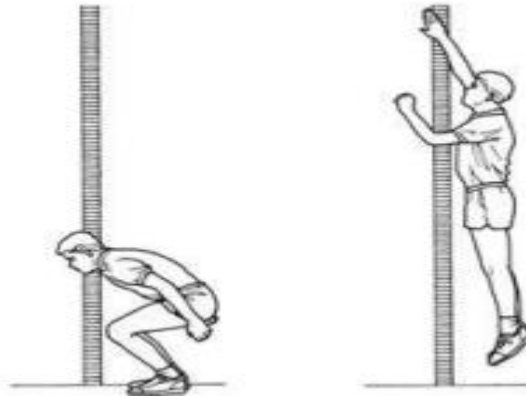


Figura 1. Desenho esquemático do teste de salto vertical. Fonte: Mascarenhas (2013)⁴.

Teste de Impulsão Horizontal

No teste de impulsão horizontal (SH, de salto horizontal) (Figura 2), também usado para a avaliação da força explosiva dos membros inferiores, foi colocada uma fita adesiva no chão e, perpendicular a ela, uma fita métrica de 3m. O participante se posicionou em pé, descalço, com os pés no chão, calcanhares tocando o solo, logo atrás da linha de fita adesiva. Os pés estavam levemente afastados e tronco levemente projetado para frente. Foi realizada uma extensão de ombro para tomar impulso e, logo em seguida, um salto o mais longe possível, se projetando para frente. A medida foi feita a partir do posicionamento de aterrissagem do calcanhar do indivíduo, sendo a distância mais curta entre a aterrissagem e a linha de fita adesiva. Foi utilizada a maior distância alcançada entre 3 tentativas para análise dos dados.

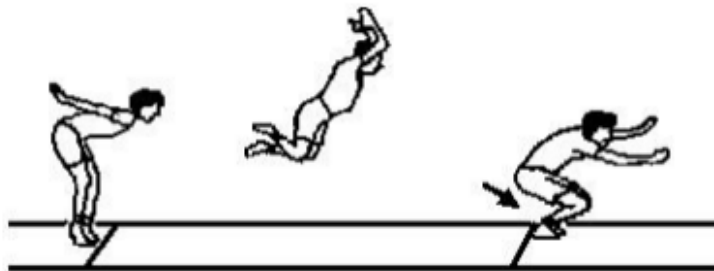


Figura 2. Esquema do teste de salto horizontal. Fonte: (“Bateria de Testes: Força explosiva de membros inferiores (salto horizontal)”, [s.d.]⁵).

Tratamento dos Dados

Todos os dados coletados foram tabulados em planilha Excel e estão apresentados em média e desvio-padrão.

Resultados

A amostra do estudo foi composta por indivíduos do sexo masculino, sendo 10 atletas de Cheerleading (grupo Cheer) e 10 indivíduos ativos praticantes de esportes diversos (grupo NPCheer – não praticante de

cheerleading). O grupo Cheer apresentou média de idade um pouco superior ($24,75 \pm 2,35$ anos x $20,94 \pm 1,88$ anos). Já o IMC foi semelhante nos dois grupos ($24,34 \pm 3,39$ e $25,71 \pm 4,38$ para o grupo Cheer e NPCheer, respectivamente) (Tabela 1). A classificação do IMC foi bem homogênea dos dois grupos. Tanto no grupo Cheer quanto no grupo NPCheer, 7/10 dos indivíduos foram classificados com peso normal; 2/10 dos indivíduos dos dois grupos foram classificados como acima do peso; e, por último, no grupo Cheer, 1/10 dos indivíduos foi classificado como Obesidade Grau I, enquanto 1/10 dos indivíduos do grupo NPCheer foi classificado como Obesidade Grau II.

Tabela 1. Caracterização da amostra.

Variáveis	Grupo Cheer (n=10)	Grupo NPCheer (n=10)
Idade (anos)	$24,75 \pm 2,35$	$20,94 \pm 1,88$
Massa corporal (Kg)	$73,82 \pm 11,69$	$77,60 \pm 13,53$
Estatutura (m)	$1,74 \pm 0,08$	$1,74 \pm 0,08$
IMC	$24,34 \pm 3,39$	$25,71 \pm 4,38$

Cheer: praticante de cheerleading. NPCheer: Não praticante de cheerleading. Kg: quilograma. m: metros. IMC: Índice de massa corporal. Dados em média e desvio-padrão

A modalidade mais praticada pelo grupo NPCheer foi a musculação (9/10), seguida pela corrida, futebol e boxe (2/10 em cada uma das atividades). As outras modalidades foram praticadas apenas por um sujeito (futevôlei, basquete, muay thai, taekwondo, caiaque e natação). Vale ressaltar que, assim como vários sujeitos do grupo NPCheer praticavam mais de uma atividade esportiva, o mesmo aconteceu no grupo Cheer. Neste último, além do cheerleading, 5 indivíduos praticavam musculação, 2 tumbling, 1 ballet e 1 crossfit (Tabela 2).

Em relação ao número total de horas semanais de treinamento, independente da modalidade, ele foi de $10,9 \pm 5,02$ horas/semana no grupo Cheer e $12,65 \pm 6,29$ no grupo NPCheer (Tabela 2).

Quanto à classificação do IPAQ versão curta, o grupo NPCheer se apresentou como mais ativo. De fato, no grupo NPCheer apenas 1/10 dos indivíduos foi classificado como ativo e os outros 9 como muito ativos. Já no grupo Cheer metade da amostra (5/10) foi classificada como ativa e a outra metade (5/10) como muito ativa. (Tabela2).

Tabela 2. Modalidades praticadas pela população do estudo

Grupo	Sujeito	Modalidades praticadas	Número de horas semanais por atividade	Classificação do IPAQ
Cheer	1	Tumbling*	4h cheerleading; 7h30 tumbling	Ativo
	2	Musculação*	3h cheerleading; 4h musculação;	Muito Ativo
	3	---	4h30 cheerleading	Muito Ativo
	4	Musculação*	4h30 cheerleading; 3h de musculação	Ativo
	5	Musculação e Tumbling*	4h30 cheerleading; 5h musculação; 3h tumbling	Ativo
	6	Musculação*	6h cheerleading; 3h musculação	Ativo
	7	---	5h30 cheerleading	Muito Ativo
	8	Musculação e Muay Thai*	4h cheerleading; 9h musculação; 3h muay thai	Muito Ativo
	9	Ballet*	12h cheerleading; 4h30 ballet	Ativo
	10	Crossfit*	16h cheerleading; 3h crossfit	Muito Ativo
Média e desvio-padrão			10,90 ± 5,02	
NPCheer	1	Musculação e Futevôlei	5h musculação; 7h futevôlei	Muito Ativo
	2	Musculação	7h musculação	Muito Ativo
	3	Musculação	10h musculação	Muito Ativo
	4	Musculação, Futebol, Boxe e Basquete	10h musculação; 1h futebol 2h boxe; 1h basquete	Muito Ativo
	5	Musculação e Futebol	7h musculação; 20h futebol	Muito Ativo
	6	Musculação e Corrida	7h musculação 1h30 corrida	Muito Ativo
	7	Musculação, Muay Thai e Caiaque	6h musculação; 3h muay thai; 1h30 caiaque	Muito Ativo
	8	Boxe e Taekwondo	7h30 boxe; 7h30 taekwondo	Ativo
	9	Musculação, Corrida, Natação e ciclismo	4h musculação; 12h corrida; 1h natação; 3h ciclismo	Muito Ativo
	10	Musculação	10h musculação	Muito Ativo
Média e desvio-padrão			12,65 ± 6,29	

Cheer: grupo praticante de cheerleading. NPCheer: grupo não praticante de cheerleading. *Modalidade praticada além do Cheerleading. h: horas. IPAQ: Questionário Internacional de Atividade Física versão reduzida.

Na Tabela 3 são apresentados os resultados dos testes SV e SH. Os resultados do teste de SV apontaram que o grupo Cheer conseguiu saltar um pouco mais alto que o grupo NPCheer ($67,3 \pm 10,12$ cm x $51,9 \pm 7,41$ cm), assim como no teste de SH ($250,5 \pm 25,85$ cm x $206,5 \pm 23,7$ cm). Entretanto,

embora não tenha sido realizado um teste estatístico, as médias com desvio-padrões sugerem que não há diferença significativa entre as duas amostras nos dois testes.

Tabela 3. Resultados dos testes de salto vertical e salto horizontal dos grupos experimentais.

Grupo (n =10 cada)	Salto vertical (cm)	Salto horizontal (cm)
Cheer	67,30 ± 10,12	250,50 ± 25,85
NPCheer	51,90 ± 7,41	206,50 ± 23,70

Valores em média e desvio-padrão.

Discussão

O presente estudo teve como objetivo comparar a diferença de força de membros inferiores entre praticantes de cheerleading e jovens ativos. O IMC foi considerado ‘normal’ em sua maioria (14/20) considerando a idade dos participantes, seguido de sobrepeso (4/20) e apenas um indivíduo do grupo Cheer foi classificado como obesidade grau I e um indivíduo do grupo NPCheer com obesidade grau II. Em um estudo que avaliou o perfil nutricional de atletas de fisiculturismo com idades semelhantes ao do presente estudo, também foi encontrado score de IMC elevado, com esportistas classificados como sobrepeso ou com obesidade grau I⁶. Entretanto, vale ressaltar que o IMC não é o método mais indicado para avaliação da massa corpórea em atletas, pois é relativamente comum que essa população seja classificada como obesa devido a grande proporção de tecido muscular em relação ao tecido adiposo⁶. A partir dessa afirmação, caso fosse feita uma avaliação de bioimpedância elétrica, poderia ser possível distinguir e classificar melhor os dois grupos do presente trabalho, trazendo informações sobre o percentual de gordura e de massa muscular, podendo até relacionar melhor com os dados de IMC. De fato, a bioimpedância elétrica possui forte correlação com a gordura corporal real⁷.

A classificação do nível de atividade física obtida pelo IPAQ versão curta foi bem diferente entre os dois grupos. No grupo NPCheer o nível de atividade foi maior, com 90% dos indivíduos classificados como muito ativos fisicamente e apenas 10 % como ativos. Já no grupo Cheer, metade foi classificado como fisicamente ativos e a outra metade como muito ativos (Tabela 2). Esse pode ser um dos motivos que justificam a ausência de diferença marcante nos dois grupos em relação aos resultados de força dos membros inferiores, avaliada pelos testes SV e SH (Tabela 3). Apesar do grupo Cheer utilizar muito os membros inferiores durante a prática, o grupo NPCheer é muito mais ativo e praticam atividades que talvez desenvolvam a força de maneira semelhante à modalidade de Cheer. Se a amostra do estudo fosse mais homogênea em relação ao nível de atividades físicas realizadas, talvez os resultados de força fossem diferentes. Outro ponto importante de se notar é que apenas metade dos atletas do grupo Cheer fazem musculação regularmente (5/10), ao contrário do grupo NPCheer (9/10). E portanto, é sabido que a musculação pode trazer importante ganho de força.

Cotta *et al.*⁸ analisaram a importância da realização dos testes SV e SH na prescrição de treinamentos pliométricos em atletas de futebol de campo com idades entre 15 e 18 anos. Os resultados do SV foram bastante semelhantes ao grupo NPCheer (52,5 ± 8,12 cm x 51,9 ± 7,41 cm, respectivamente), diferindo um pouco do grupo Cheer (67,3 ± 10,12 cm).

Ainda no futebol, Coledam *et al.*⁹ avaliaram o efeito do aquecimento com corrida sobre a agilidade e a impulsão vertical em jogadores juvenis de futebol de uma equipe sub-17. Foi realizado o teste SV sem aquecimento e com aquecimento. Considerando o teste sem aquecimento, mesma condição em que os dados foram coletados no presente estudo, os resultados foram muito semelhantes aos do grupo NPCheer ($51,4 \pm 4,2$ cm no estudo de Coledam e $51,9 \pm 7,41$ cm neste). Após aquecimento os resultados dos futebolistas foram melhores ($54,5 \pm 6,4$ cm).

Leite *et al.*¹⁰ verificaram o perfil da aptidão física de praticantes de Parkour, com características gerais e antropométricas semelhantes a do presente estudo. Dentre os vários testes realizados, os resultados para SV se assemelharam ao grupo NPCheer ($55,96 \pm 5,31$ cm no de Leite e $51,90 \pm 7,41$ cm neste trabalho) e os de SH foram mais próximos do grupo Cheer (253 ± 21 cm no estudo de Leite e $250,50 \pm 25,85$ cm neste).

Em relação ao SH, Moraes *et al.*¹¹ avaliaram a força de membros inferiores através do teste de SH em 51 estudantes classificados como fisicamente ativos de acordo com o IPAQ versão curta. Eles foram divididos em 3 grupos: (1) sem aquecimento antes do SH; (2) com realização de *Svseguido* do SH e (3) realização de *sprint* de 50 metros antes do SH. A amostra deste estudo possuía idades semelhantes às do presente trabalho. Os autores mostraram que não houve diferença significativa entre os grupos. Os resultados de Moraes *et al.*¹¹ foram semelhantes ao do grupo NPCheer.

A quantidade de atletas ativos de Cheer não é muito alta em Brasília (DF), o que limita o tamanho do grupo experimental, dificultando a obtenção de dados mais consistentes. Além disso, o número de publicações em português sobre o Cheer é bastante reduzido, principalmente quando se busca a literatura específica sobre a força nos praticantes desta modalidade. Os estudos encontrados se referem principalmente aos riscos e prevalências de lesões nos atletas de Cheer. Desta forma, a execução desta pesquisa traz informações valiosas que pode ser o ponto de partida para novos estudos.

Referências Bibliográficas

1. *International Cheer Union (ICU) History of The Sport of Cheer.* (2018). <https://cheerunion.org/education/cheer>.
2. Santos, C., Almeida, M., Lúcio De Oliveira Júnior, M., Richelli Oliveira Resende, T., Gustavo Pinto De Souza, A., Henrique Berbert De Carvalho, P., & Mockdece Neves, C. (2022). Influências socioculturais e insatisfação com o peso e a forma em mulheres atletas de Cheerleading: uma comparação entre as posições flyer e base. *ABEF Arquivos Brasileiros de Educação Física*, 5(1). <https://doi.org/10.20873/abef.2595-0096v5n1102116>
3. Krivoruchko, N. V., Masliak, I. P., Bala, T. M., Skripka, I. N., & Honcharenko, V. I. (2018). The influence of cheerleading exercises on the demonstration of strength and endurance of 15-17-year-olds girls. *Physical Education of Students*, 22(3), 127–133. <https://doi.org/10.15561/20755279.2018.0303>
4. Mascarenhas, R. C. (2013). Comparativo de Salto Vertical e Rebote com Atletas de Basquete na Iniciação. *RBFF - Revista Brasileira de Futsal E Futebol*, 5(18). <http://www.rbff.com.br/index.php/rbff/article/view/202>
5. *Bateria de Testes: Força explosiva de membros inferiores (salto horizontal).* (n.d.). PROESP - Projeto Esporte Brasil. <https://www.ufrgs.br/proesp/bat-teste-forca-explosiva-de-membros-inferiores.php>

6. Lugarezze, A. C. (2009). Avaliação nutricional de fisiculturistas de academias da cidade de São Paulo. *Revista Brasileira de Fisiologia Do Exercício*, 8(1), 9–13. <https://doi.org/10.33233/rbfe.v8i1.3514>
7. Neves, E. B., Luis, W., Ulbricht, L., Maria, A., & Stadnik, W. (2013). Comparação do percentual de gordura obtido por bioimpedância, ultrassom e dobras cutâneas em adultos jovens. *Rev Bras Med Esporte*, 19(5), 323–327.
8. Cotta, R. M., Barletta, G., Monteiro, A. C., Affonso, C. de O., & Santos, W. F. (2009). *Utilização dos testes de salto vertical e salto horizontal para prescrição de treinamento pliométrico*. Efdeportes.com. <https://efdeportes.com/efd131/prescricao-de-treinamento-pliedometrico.htm>
9. Coledam, D. H. C., Talamoni, G. A., Cozin, M., & dos-Santos, J. W. (2009). Efeito do aquecimento com corrida sobre a agilidade e a impulsão vertical em jogadores juvenis de futebol. *Motriz: Revista de Educação Física*, 15(2), 257–262. <https://repositorio.unesp.br/handle/11449/8353>
10. Leite, N., Aguiar Junior, R. P. de, Cieslak, F., Ishiyama, M., Milano, G. E., & Stefanello, J. M. F. (2011). Perfil da aptidão física dos praticantes de Le Parkour. *Revista Brasileira de Medicina Do Esporte*, 17(3), 198–201. <https://doi.org/10.1590/s1517-86922011000300010>
11. Moraes Caneviski, J. I., Crepaldi, J. R., & Fernandes, E. V. (2017). Influência do Aquecimento no Desempenho do Teste de Salto Horizontal em Jovens Adultos. *Journal of Health Sciences*, 19(3), 149. <https://doi.org/10.17921/2447-8938.2017v19n3p149-153>

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO DE PARTICIPAÇÃO NA PESQUISA

Você está sendo convidado(a) para participar, como voluntário, em uma pesquisa. Será garantido o sigilo total da identidade de todos os pesquisados envolvidos neste estudo, lhe assegurando que seu nome não aparecerá, sendo mantido o mais rigoroso sigilo através da omissão total de quaisquer informações que permitam identificá-lo(a). Após ser esclarecido(a) sobre as informações a seguir, no caso de aceitar fazer parte do estudo, assine o documento de consentimento de sua participação, que está em duas vias. Uma delas é sua e a outra é do pesquisador responsável. Em caso de recusa você não será penalizado de forma alguma, bem como se ficar constrangido em responder alguma das perguntas feitas na entrevista terá todo direito de não respondê-la. Em caso de dúvida você pode entrar em contato pessoalmente com o estudante **Alexandre Figueiredo de Oliveira Araújo** através do e-mail: **xandy.fa@hotmail.com**, por telefone: (61)99936-4474.

INFORMAÇÕES SOBRE A PESQUISA:

Título do Projeto: Análise Comparativa da Força de Membros Inferiores entre Praticantes de Cheerleading e Pessoas Ativas

Orientadora: Luciana Hagström

Descrição da pesquisa: Este projeto de pesquisa é parte integrante do processo de formação do curso de Bacharelado em Educação Física da Universidade de Brasília. O presente trabalho tem como objetivo principal avaliar a força de membros inferiores de praticantes de cheerleading e pessoas ativas não praticantes da modalidade. A escolha desse tema surgiu da necessidade de compreender se a prática do cheerleading desenvolve maior força muscular nos membros inferiores que a prática de outras modalidades.

Observações importantes:

A sua participação ocorrerá através de um questionário que avaliará o nível de atividade física e de dois testes de força de membros inferiores, sendo eles: Teste de Impulsão Vertical e Teste de Impulsão Horizontal. A pesquisa não envolve riscos à saúde e à integridade física. Não será fornecido nenhum auxílio financeiro, por parte dos pesquisadores, seja para transporte ou gastos de qualquer outra natureza. A coleta de dados deverá ser autorizada e poderá ser acompanhada por terceiros. O resultado obtido com os dados coletados será sistematizado e posteriormente divulgado na forma de um Trabalho de Conclusão de Curso, que será apresentada em sessão pública de avaliação e disponibilizado para consulta através da Biblioteca Digital da UnB. Os dados da pesquisa também poderão ser apresentados em congressos ou submetidos a publicação em revista científica.

TERMO DE CONSENTIMENTO DA PARTICIPAÇÃO NA PESQUISA

Eu, _____, portador do documento de identidade _____ autorizo a participação na pesquisa com fins acadêmicos e científicos de título: “**Análise Comparativa da Força de Membros Inferiores entre Praticantes de Cheerleading e Pessoas Ativas**”. Fui devidamente esclarecido pelo estudante **Alexandre Figueiredo de Oliveira Araújo** sobre a pesquisa, os procedimentos nela envolvidos, assim como os seus objetivos e finalidades. Foi-me garantido que poderei desistir de participar em qualquer momento, sem que isto leve a qualquer penalidade. Também fui informado que os dados coletados durante a pesquisa, serão divulgados para fins acadêmicos e científicos, através de um Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Educação Física) que será apresentado em sessão pública de avaliação e posteriormente disponibilizado para consulta através da Biblioteca Digital de Trabalhos de Conclusão de Curso da UnB, eventos e revistas científicas.

Declaro que concordo em participar desse estudo e que me foi dada à oportunidade de ler e esclarecer as minhas dúvidas.

Brasília, _____ de _____ de 2022 .

Nome / assinatura do voluntário

Pesquisador Responsável
Nome e assinatura

Questionário Geral de Caracterização

Nome:

Data de Nascimento:

e-mail:

Peso:

Altura:

Estado civil: () solteiro () casado () divorciado () separado

Filhos: () nenhum () 1 () 2 () 3 () mais de 3

Escolaridade:

Fumante: () sim () não

Pratica alguma atividade física de maneira regular? () Sim () Não

Se sim, qual(is) atividade(s)?

Número de horas praticadas por semana (em cada uma delas):

Há quanto tempo pratica essa(s) atividade(s):

Possui alguma lesão ósteo-muscular/dores que impedem a prática de atividade física no momento ou impediu no último ano? () sim () não

Se sim, essa lesão o manteve afastado da prática de atividade física por quanto tempo?



QUESTIONÁRIO INTERNACIONAL DE ATIVIDADE FÍSICA – VERSÃO CURTA -

Nome: _____
Data: ____ / ____ / ____ Idade : ____ Sexo: F () M ()

Nós estamos interessados em saber que tipos de atividade física as pessoas fazem como parte do seu dia a dia. Este projeto faz parte de um grande estudo que está sendo feito em diferentes países ao redor do mundo. Suas respostas nos ajudarão a entender que tão ativos nós somos em relação à pessoas de outros países. As perguntas estão relacionadas ao tempo que você gasta fazendo atividade física na **ÚLTIMA** semana. As perguntas incluem as atividades que você faz no trabalho, para ir de um lugar a outro, por lazer, por esporte, por exercício ou como parte das suas atividades em casa ou no jardim. Suas respostas são **MUITO** importantes. Por favor responda cada questão mesmo que considere que não seja ativo. Obrigado pela sua participação !

Para responder as questões lembre que:

- atividades físicas **VIGOROSAS** são aquelas que precisam de um grande esforço físico e que fazem respirar **MUITO** mais forte que o normal
- atividades físicas **MODERADAS** são aquelas que precisam de algum esforço físico e que fazem respirar **UM POUCO** mais forte que o normal

Para responder as perguntas pense somente nas atividades que você realiza **por pelo menos 10 minutos contínuos** de cada vez.

1a Em quantos dias da última semana você **CAMINHOU** por pelo menos 10 minutos contínuos em casa ou no trabalho, como forma de transporte para ir de um lugar para outro, por lazer, por prazer ou como forma de exercício?

dias ____ por **SEMANA** () Nenhum

1b Nos dias em que você caminhou por pelo menos 10 minutos contínuos quanto tempo no total você gastou caminhando **por dia**?

horas: ____ Minutos: ____

2a. Em quantos dias da última semana, você realizou atividades **MODERADAS** por pelo menos 10 minutos contínuos, como por exemplo pedalar leve na bicicleta, nadar, dançar, fazer ginástica aeróbica leve, jogar vôlei recreativo, carregar pesos leves, fazer serviços domésticos na casa, no quintal ou no jardim como varrer, aspirar, cuidar do jardim, ou qualquer atividade que fez aumentar

moderadamente sua respiração ou batimentos do coração (**POR FAVOR NÃO INCLUA CAMINHADA**)

dias _____ por **SEMANA** () Nenhum

2b. Nos dias em que você fez essas atividades moderadas por pelo menos 10 minutos contínuos, quanto tempo no total você gastou fazendo essas atividades **por dia**?

horas: _____ Minutos: _____

3a Em quantos dias da última semana, você realizou atividades **VIGOROSAS** por pelo menos 10 minutos contínuos, como por exemplo correr, fazer ginástica aeróbica, jogar futebol, pedalar rápido na bicicleta, jogar basquete, fazer serviços domésticos pesados em casa, no quintal ou cavoucar no jardim, carregar pesos elevados ou qualquer atividade que fez aumentar **MUITO** sua respiração ou batimentos do coração.

dias _____ por **SEMANA** () Nenhum

3b Nos dias em que você fez essas atividades vigorosas por pelo menos 10 minutos contínuos quanto tempo no total você gastou fazendo essas atividades **por dia**?

horas: _____ Minutos: _____

Estas últimas questões são sobre o tempo que você permanece sentado todo dia, no trabalho, na escola ou faculdade, em casa e durante seu tempo livre. Isto inclui o tempo sentado estudando, sentado enquanto descansa, fazendo lição de casa visitando um amigo, lendo, sentado ou deitado assistindo TV. Não inclua o tempo gasto sentado durante o transporte em ônibus, trem, metrô ou carro.

4a. Quanto tempo no total você gasta sentado durante um **dia de semana**?
_____ horas ____ minutos

4b. Quanto tempo no total você gasta sentado durante em um **dia de final de semana**?
_____ horas ____ minutos

PERGUNTA SOMENTE PARA O ESTADO DE SÃO PAULO

5. Você já ouviu falar do Programa Agita São Paulo? () Sim () Não

6. Você sabe o objetivo do Programa? () Sim () Não

NORMAS DE PUBLICAÇÃO – DIRETRIZES PARA AUTORES E AUTORAS

A **Revista Brasileira de Ciência e Movimento (RBCM)** é órgão oficial de divulgação científica da Universidade Católica de Brasília (UCB) e do Centro de Estudos do Laboratório de Aptidão Física de São Caetano do Sul (CELAFISCS), com publicações regulares trimestrais, que aceita contribuições na área das Ciências da Vida, Humanas e Sociais nas seguintes categorias: (1) Artigo Original, (2) Artigo de Revisão, (3) Ponto de Vista, (4) Seção Especial, (5) A Palavra é Sua, (6) Ensaio, (7) Quem sabe, Lê e (8) Ciência do Leitor. Tem por finalidade publicar contribuições científicas originais sobre temas relevantes nos campos de estudos do Esporte, da Educação Física, da Atividade Física, do Movimento Humano e do Lazer, no âmbito nacional e internacional.

OBJETIVO E POLÍTICA EDITORIAL

Os manuscritos devem destinar-se exclusivamente à Revista Brasileira de Ciência e Movimento, não sendo permitida sua apresentação simultânea em outro periódico, tanto do texto quanto de figuras ou tabelas, quer na íntegra ou parcialmente, excetuando-se resumos ou relatórios preliminares publicados em anais de reuniões científicas. Desta forma, todos os trabalhos, quando submetidos à avaliação, deverão ser acompanhados de **documento de transferência de direitos autorais**, contendo assinatura de cada um dos autores, cujo modelo encontra-se anexo. Além disso, devem fornecer indicação de que o estudo foi **aprovado pela Comissão de Ética de Pesquisa** da instituição onde o estudo foi realizado. Os manuscritos poderão ser encaminhados em português, inglês ou espanhol.

MISSÃO

Publicar resultados de pesquisas originais, revisões, comentários e notas científicas nos campos de estudos do Esporte, da Educação Física, da Atividade Física, do Movimento Humano e do Lazer, no âmbito nacional e internacional.

1- ARTIGO ORIGINAL

É uma contribuição destinada a divulgar resultados de pesquisa original inédita, que possam ser replicados e/ou generalizados. Deve ter a objetividade como princípio básico. O autor ou autora deve deixar claro quais as questões que pretende responder.

- Deve ter até 25 páginas incluindo-se, nesse total, resumos, tabelas, figuras, notas e referências bibliográficas.
- Nas tabelas ou figuras, **inseridas no mesmo arquivo do texto com título autoexplicativo**, incluir apenas os dados imprescindíveis, evitando-se tabelas muito longas, com dados dispersos e de valor não representativo. Quanto às figuras, não são aceitas aquelas que repetem dados de tabelas. Nas referências devem ser incluídas apenas as estritamente pertinentes à problemática abordada, evitando a inclusão de número excessivo de referências em uma mesma citação.
- A estrutura do artigo será dividida de acordo com o uso do domínio de pesquisa em que se situa o artigo para a definição de materiais e métodos. Os subtítulos incluem: A **Introdução** deve ser curta, definindo o problema estudado,

sintetizando sua importância e destacando as lacunas do conhecimento ("estado da arte") que serão abordadas no artigo. Os **Materiais e Métodos** empregados, a população estudada, a fonte de dados e critérios de seleção, dentre outros, devem ser descritos de forma compreensiva, completa e concisa, sem prolixidade, com a devida indicação da aprovação e número de protocolo de Comitê de Ética em Pesquisa. A seção de **Resultados** deve se limitar a descrever os resultados encontrados sem incluir interpretações e comparações. O texto deve complementar – e não repetir – o que está descrito em tabelas e figuras. A **Discussão** deve começar apreciando as limitações do estudo, seguida da comparação com a literatura e da interpretação dos autores, extraindo as **Conclusões** e indicando os caminhos para novas pesquisas. **Referências**.

2 - ARTIGO DE REVISÃO (a critério da comissão editorial avaliar a relevância da publicação)

Avaliação crítica sistematizada da literatura sobre determinado assunto, devendo conter conclusões.

- Devem ser descritos os procedimentos adotados, esclarecendo a delimitação e limites do tema.
- Sua extensão máxima é de 25 laudas, incluindo-se resumo, figuras, tabelas, notas e referências.
- Não há limite de referências.

3 - PONTO DE VISTA

Considerações importantes sobre aspectos específicos dos campos de estudos do Esporte, da Educação Física, da Atividade Física, do Movimento Humano e do Lazer, no âmbito nacional e internacional.

- O texto deverá ser breve, contendo a expressão de opiniões sobre o assunto e de indiscutível pertinência às finalidades científicas e à linha editorial da RBCM.
- Sua extensão deve ser de até 15 laudas incluindo-se resumo, figuras, tabelas, notas e referência.

4 - SEÇÃO ESPECIAL

É um relato preparado por profissional convidado pela comissão editorial para discutir temas de relevância na área.

- Pode incluir, também, notas preliminares de pesquisa, contendo dados inéditos e relevantes para os campos de estudos do Esporte, da Educação Física, da Atividade Física, do Movimento Humano e do Lazer, no âmbito nacional e internacional.
- Deve ter até 15 laudas, incluindo-se resumo, figuras, tabelas, notas e referência.
- Sua apresentação deve acompanhar as mesmas normas exigidas para artigos originais.

5 - A PALAVRA É SUA

Entrevista ou opinião de um ou mais autores(as)/pesquisadores(as) sobre tema importante, relacionados aos campos de estudos do Esporte, da Educação Física, da Atividade Física, do Movimento Humano e do Lazer, no âmbito nacional e internacional.

- Deve ter até 7 laudas, incluindo-se resumo. As notas e referência a critério dos(as) autores(as), neste caso deve acompanhar as mesmas normas exigidas para demais artigos do periódico.

6 – ENSAIO

Texto contendo contribuição interpretativa original de dados e conceitos de domínio público.

- Os ensaios devem ser originais e ter de 15 a 20 laudas, incluindo-se resumo, figuras, tabelas, notas e referência.

7 - QUEM SABE, LÊ

Opiniões sobre livros dos campos de estudos do Esporte, da Educação Física, da Atividade Física, do Movimento Humano e do Lazer, no âmbito nacional e internacional, novos lançamentos, resumos de artigos publicados em outros periódicos ou órgãos de divulgação científica.

8 - CIÊNCIA DO LEITOR

Inclui carta que visa discutir artigo(s) recente(s) publicado(s) na RBCM ou resultados científicos significativos, atualizações, notas e informações, calendário de eventos, cartas ao editor. Não deve exceder 1000 palavras e/ou cinco referências.

QUANTO À AUTORIA

O conceito de autoria está baseado na contribuição substancial de cada uma das pessoas listadas como autores(as), no que se refere, sobretudo, à concepção do projeto de pesquisa, análise e interpretação dos dados, redação e revisão crítica.

Manuscritos com mais de 8 autores devem ser acompanhados por declaração, certificando explicitamente a contribuição de cada um dos autores elencados. Não se justifica a inclusão de nome de autores cuja contribuição não se enquadre nos critérios acima, podendo, nesse caso, figurar na seção "Agradecimentos". Caso a declaração não seja apresentada, o manuscrito será negado e arquivado.

PROCESSO DE AVALIAÇÃO DOS MANUSCRITOS

Os manuscritos submetidos à RBCM, que atenderem as "instruções aos autores" e que se coadunarem com a sua política editorial, serão encaminhados aos Editores Científicos que considerarão o mérito científico da contribuição. Aprovados nesta fase, os manuscritos serão encaminhados aos avaliadores previamente selecionados pelos Editores Científicos. Cada manuscrito será enviado para, no mínimo, dois pesquisadores de reconhecida competência na temática abordada.

O anonimato será garantido durante todo o processo de avaliação. Os avaliadores encaminharão os pareceres aos editores científicos da área, para que os mesmos realizem a avaliação final sobre aceitação e publicação do artigo. Cópias dos pareceres serão enviadas aos(as) autores(as).

MANUSCRITOS RECUSADOS

Manuscrtos não aceitos, não serão devolvidos. Manuscritos recusados, mas com a possibilidade de reformulação, poderão retornar como novo trabalho, iniciando outro processo de submissão e avaliação.

MANUSCRITOS ACEITOS

Manuscrtos aceitos – ou aceitos mediante alteração – poderão retornar aos autores para eventuais correções e posterior aprovação para entrarem no processo de editoração e normalização de acordo com a decisão do corpo editorial da RBCM.

PREPARAÇÃO DO MANUSCRITO

Seguindo as "Diretrizes para Autores e Autoras", indicadas a cada categoria da RBCM, o artigo deve estar digitado em papel A4, fonte Times New Roman, tamanho 12, todas as margens em 3 cm, espaçamento de 1,5 em todo o texto (com exceção de resumo e referências que devem estar com espaçamento simples) e salvo em programa Word 97-2003 ou superior, seguindo a seguinte ordem.

O manuscrito deve ser iniciado pelo **(1) título do artigo**, centralizado, em negrito, com todas as letras maiúsculas, devendo ser conciso e completo, evitando palavras supérfluas. Recomenda-se começar pelo termo que represente o aspecto mais importante do trabalho, com os demais termos em ordem decrescente de importância. **(2) Um título abreviado** deve ser inserido no cabeçalho. **(3)** Posteriormente ao título abreviado, deve ser inserida a versão do **título para o idioma inglês**.

Resumos: Os manuscritos devem ser apresentados contendo dois resumos, sendo **um em português e outro em inglês**, seguidos de Palavras-chave / Key Words. Quando o manuscrito for escrito em espanhol, deve-se acrescentar resumo nesse idioma. Para todas as seções, os resumos devem ser estruturados de **250 a 300 palavras**, com os objetivos, materiais e métodos, principais resultados e conclusões inseridas de forma implícita, porém, **sem utilização de tópicos**.

Descritores (Palavras-chave / Key Words): Devem ser indicados entre **3 a 5**, extraídos do vocabulário "Descritores em Ciências da Saúde" (LILACS), quando acompanharem os resumos em português, e do Medical Subject Headings (Mesh), quando acompanharem os "Abstracts". Se não forem encontrados descritores disponíveis para cobrirem a temática do manuscrito, poderão ser indicados termos ou expressões de uso conhecido.

OBSERVAÇÃO:

As identificações dos autores, instituições a que se encontram vinculados, órgãos de fomento e agradecimentos **deverão constar única e exclusivamente nos metadados**.

NORMAS TÉCNICAS

CITAÇÕES

As citações devem ser realizadas no formato Vancouver, podendo ocorrer de duas formas:

a) Iniciando o parágrafo com a citação dos autores

Quando o parágrafo for iniciado mencionando o(a) autor(a), deve ser citado o(s) sobrenome(s) do(a/s) autor(es/as) e logo em seguida, **sobrescrito e sem espaço**, o número de identificação da obra nas referências.

Exemplo: De acordo com Sampaio e Silva¹ ...

Para Matsudo et al.²...

b) No final da sentença:

Quando o(a/s) autor(es/as) for(em) mencionado(a/s) no final do parágrafo, usar apenas o número de identificação da obra nas referências, inserindo-a logo **após a última palavra da sentença, sem espaço, sobrescrito, seguido de ponto final**. *Exemplo:* ...xxxxxxxxx¹.

AGRADECIMENTOS

Contribuições de pessoas que prestaram colaboração intelectual ao trabalho, como assessoria científica, revisão crítica da pesquisa, coleta de dados entre outras, mas que não preencham os requisitos para participar da autoria deve constar dos "Agradecimentos" desde que haja permissão expressa dos nomeados. Também podem constar dessa parte agradecimentos às instituições pelo apoio econômico, material ou outros. Os agradecimentos, quando existirem, deverão ser citados no final do texto após as conclusões e antes das referências, **assim como constar nos metadados da submissão**.

REFERÊNCIAS

As referências devem ser ordenadas **pela ordem de entrada no texto**, numeradas e normalizadas de acordo com o **estilo Vancouver** (<http://www.icmje.org> e <http://www.nlm.nih.gov/citingmedicine/>).

Os títulos de periódicos devem ser referidos de **forma abreviada**, de acordo com o **Índex Medicus** (pode ser consultada no site <http://www.pubmed.gov>, selecionando Journals Database).

Publicações com **2 autores até o limite de 6** citam-se todos; **acima de 6** autores, cita-se o primeiro seguido da expressão latina et al.

NORMAS PARA REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS DE VANCOUVER

As referências devem estar organizadas em conformidade com o modelo Vancouver, ou seja, listadas na ordem de entrada no corpo do texto.

☐ Livros referenciados no todo:

São apresentados os elementos seguintes, como indica o modelo:

Autor(es). Título: subtítulo. Edição. Cidade: Editora; Ano de publicação.

Autor (es): Último sobrenome seguido das iniciais dos outros nomes maiúsculas e sem ponto ou pelos nomes completos. Ao escolher a citação dos nomes completos ou apenas iniciais este deve ser o padrão adotado para todas as obras citadas nas referências. No caso de mais de um autor separá-los com vírgula.

Título: Deve ser reproduzida tal como figura no documento referenciado, podendo ou não ser acompanhado de subtítulo. Não acrescentar negrito ou itálico.

Edição: Indicar se não for a primeira em algarismos arábicos; a partir da segunda, quando mencionada na obra, seguidos da abreviatura da palavra edição, no idioma do documento (2. ed.).

Cidade: Local de publicação deve ser indicado tal como figura no documento referenciado. Quando houver mais de um local para a editora, indicar apenas o primeiro. Para melhor identificação da cidade, pode ser acrescentado o estado ou o país, entre parênteses ou precedido de vírgula (Brasília (DF) ou Brasília, DF). Não sendo possível determinar o local da editora, usar [S.l.] (sem local), entre colchetes.

Editora: Deve ser citado como aparece no documento, suprimindo-se, sempre que possível, elementos que designem a natureza jurídica ou comercial da mesma (Melhoramentos e não Melhoramentos S.A.). No caso de co-editoria, num mesmo local, indicar as editoras e/ou instituições envolvidas (São Paulo: Hucitec/EDUSP). Se as instituições e/ou editoras forem de locais diferentes, indicá-los (Rio de Janeiro: ABRASCO/São Paulo: Melhoramentos). Quando a editora não foi identificada, indicar apenas o local e o ano (Rio de Janeiro; 1990 ou Rio de Janeiro, 1990)

Ano: Indicado em algarismos arábicos. Quando não for possível a identificação da data indica-se [s.d.] (sem data) entre colchetes.

Exemplos:

a) **Se forem dois ou mais autores**, eles são citados da mesma forma, em seguida, separados por vírgula. Se houver subtítulo, deve ser incluído.

Exemplo: Guillard JC, Lequeu B. As vitaminas: do nutriente ao medicamento. São Paulo (SP): Santos; 1995.

b) **Se forem mais de seis autores**, são citados até os seis primeiros seguidos da expressão et al., que significa “e colaboradores”.

Exemplo: Calich VLG, Vaz CAC, Abrahamsohn Y de A, Barbuto JAM, Isaac L, Rizzo LV, et al. Imunologia. Rio de Janeiro: Revinter; 2001.

c) Se o livro reúne diversos autores **sob coordenação ou organização** de um deles, este é referenciado como autor, indicando-se em seguida a função que exerceu: editor, compilador, organizador, coordenador etc., no idioma da publicação.

Exemplo: Portocarrero V, organizador. Filosofia, história e sociologia das ciências. Rio de Janeiro, RJ: Fiocruz; 1994.

d) A **autoria do livro pode ser de uma instituição** e nesse caso seu nome completo e referenciado. Repare que, a partir da segunda edição, o número da edição é indicado, seguido da abreviação de edição (ed.).

Exemplo: Universidade Federal do Paraná. Biblioteca Central. Normas para apresentação de trabalhos. 6. ed. Curitiba (Brasil): UFPR; 1996.

e) **Com mais de um volume:** Autor(es). Título: subtítulo. Edição. Cidade: Editora; Ano de publicação. Volume.

Exemplo: Santos Filho LC. Historia geral da medicina brasileira. São Paulo: Hucitec; 1997. 2 v.

f) **Pertencentes a uma série:** Autor (es). Título: subtítulo. Edição. Cidade: Editora; Ano de publicação. (Nota de série).

Exemplo: Acha PN, Szyfres B. Zoonosis y enfermedades transmisibles comunes al hombre y a los animales. 3. ed. Washington, DC: OPS; 2001. (OPS – Publicacion Cientifica y Tecnica, 580).

□ **Capítulos de livros:**

a) Quando **apenas um capítulo** do livro foi utilizado, a referência contém os elementos indicados no modelo a seguir. Note que as informações sobre o livro seguem após as do capítulo e são precedidas por “In:”. Autor(es) do capítulo. Título do capítulo. In: Autor(es) do livro. Título do livro. Edição. Cidade: Editora; ano. Intervalo de páginas do capítulo.

Exemplo: Lowy I. Fleck e a historiografia recente da pesquisa biomédica. In: Portocarrero V, organizador. Filosofia, história e sociologia das ciências. Rio de Janeiro (RJ): Fiocruz; 1994. p. 233-250.

b) Quando **o autor do capítulo é o mesmo da obra**. Autor (es) do livro. Título do livro. Edição. Cidade: Editora; ano. Título do capítulo; Intervalo de páginas do capítulo.

Exemplo: Meadows AJ. A comunicação científica. Brasília, DF: Briquet de Lemos; 1999. Tornando publicas as pesquisas; p. 161-208.

□ **Periódicos / Artigos em revistas:**

Os elementos que devem constar da referência bibliográfica de um artigo de revista são apresentados a seguir. Veja o modelo e os exemplos:

Autor(es) do artigo. Título do artigo. Título do periódico abreviado. Ano; volume: intervalo de páginas.

Notas: Pela norma de Vancouver os **títulos de periódicos são abreviados conforme aparecem na Base de dados PubMed**, da US National Library of Medicine, que pode ser consultada no site <http://www.pubmed.gov>, selecionando Journals Database.

Exemplos:

a) Com autoria:

Naves MMV. Beta-caroteno e câncer. Revista de Nutrição. 1998; 11: 99-115.

b) Sem indicação da autoria:

Como está sendo adotado o sistema autor/ano para citações ao longo do texto, inicia-se a referência pela palavra [*anonymus*], entre colchetes. Se não há indicação de volume, como no exemplo abaixo, o número do fascículo da revista deve ser indicado, entre parênteses.

[Anonymus]. A indústria descobrindo a pesquisa. Revista Nacional da Carne. 1994; (208): 110.

☐ **Artigos em jornais:**

Autor(es) do artigo. Título do artigo. Nome do jornal. Ano mês dia; número da seção (ou caderno): página (coluna).

a) Com autoria:

Scheinberg G. Monsanto cria óleo transgênico vitaminado. Folha de São Paulo, São Paulo, 2000 jan 4; AD 1:9.

b) Se não houver indicação da autoria:

[Anonymus]. Monsanto cria óleo transgênico vitaminado. Folha de São Paulo, São Paulo, 2000 jan 4; cad 1:9.

☐ **Trabalhos não publicados**

a) A referência bibliográfica de **teses, trabalhos de conclusão de curso e outros trabalhos não publicados** devem incluir uma nota explicativa sobre a natureza do trabalho e a instituição onde foram apresentados ou desenvolvidos.

Autor(es). Título da tese (inclui subtítulo se houver). [natureza do trabalho]. Cidade: Instituição; ano.

Exemplo:

Mariotoni GGB. Tendência secular do peso ao nascer em Campinas, 1971-1995. [Tese de Doutorado]. Campinas: Faculdade de Ciências Médicas da UNICAMP; 1998.

b) Apostilas e similares

Autor(es). Título. Cidade; ano. [nota explicativa com dados do curso e instituição].

Exemplo:

Souza SB, Marucci MFN, coordenadores. Nutrição na 3a idade. São Paulo; 1993. [Apostila do Curso de Difusão Cultural Nutrição na 3a idade - Faculdade de Saúde Pública da USP].

c) **No prelo** Autor(es) do artigo. Título do artigo. Título do periódico abreviado. Ano; volume (fascículo). No prelo.

Ou Autor(es) do artigo. Título do artigo. Título do periódico abreviado. In press Ano.

Exemplos:

Marchiori CH. Parasitoides de *Chysomya megacephala* (Fabricius) (Diptera: calliphoridae) coletados em Itumbiara, Goiás. Rev Saúde Publica. 2004; 38(2). No prelo.

Tian D, Araki H, Stahl E, Bugelson J, Kreitman M. Signature of balancing selection in Arabidopsis. Proc Natl Acad Sci USA. In press 2002.

☐ **Documentos eletrônicos**

Para referenciar documentos eletrônicos devem-se seguir as mesmas regras expostas anteriormente, de acordo com o tipo de documento: artigos de periódicos, livros etc. Em seguida, entre colchetes, informa-se o tipo de documento respectivo suporte: CD ROM,

online se for pela internet, disquete, etc. No caso de documento on line, deve-se indicar também o endereço eletrônico e a data em que foi acessado.

Autor(es) do artigo. Título do artigo. Título do periódico. [tipo de documento e de suporte]. Ano; volume (fascículo). Endereço. [ano mês dia em que foi acessado].

Exemplos:

Artigo de periódico veiculado pela Internet:

Gimeno SGA, Ferreira SRG, Frnco LJ, Lunes M, Osiro K, et al. Incremento na mortalidade associada à presença de diabetes mellitus em nipo-brasileiros. Revista de Saúde Pública [periódico na internet]. 1998; 32(5). Disponível em <http://www.fsp.usp.br/rsp/> [1999 jun 23].

Nota: Referências à comunicação pessoal, trabalhos inéditos ou em andamento e artigos submetidos à publicação não devem constar da listagem de Referências. Quando essenciais essas citações podem ser feitas no rodapé da página do texto onde foram indicadas.

Citações no texto:

A identificação das referências no texto, nas tabelas e figuras deve ser feita por número arábico, no formato sobrescrito, correspondendo à respectiva numeração na lista de referências. Esse número deve ser sobrescrito, podendo ser acrescido do nome(s) do(s) autor(es) quando o autor considerar necessário. Se forem dois autores, citam-se ambos ligados pela conjunção "e"; se forem acima de seis, pode-se citar os seis ou apenas o primeiro seguidos da expressão "et al".

Exemplo:

Terris et al.⁸ atualiza a clássica definição de saúde pública elaborada por Winslow. O fracasso do movimento de saúde comunitária, artificial e distanciado do sistema de saúde predominante parece evidente^{9,12,15}.

A exatidão das referências constantes da listagem e a correta citação no texto são de responsabilidade do(s) autor(es) do manuscrito.

Tabelas

Devem ser construídas em arquivo Word, em seu local de inserção no texto, mais próximo ao parágrafo onde esta é apresentada/discutida. Para cada Tabela deve ser **atribuído título breve e numeração** (Times New Roman, tamanho 10, espaçamento simples), sendo este de forma consecutiva com algarismos arábicos e apresentados sobre a mesma; **não devem ser utilizados traços internos horizontais ou verticais**. A coluna onde estão as variáveis deve ser alinhada à esquerda e as demais, centralizadas. As notas explicativas devem ser colocadas no rodapé das tabelas (Times New Roman, tamanho 6, espaçamento simples) e não no cabeçalho ou título. Se houver tabelas extraídas de trabalhos previamente publicados, os autores devem providenciar permissão, por escrito, para a reprodução das mesmas. Essa autorização deve acompanhar os manuscritos submetidos à publicação. Tabelas consideradas adicionais pelo Editor não serão

publicadas, mas poderão ser colocadas à disposição dos leitores, pelos respectivos autores, mediante nota explicativa. Como descrito no exemplo a seguir:

Tabela 1- Análise utilizada, variáveis em análise ou conotação que agrupe variáveis, em caso de pesquisa amostral, o número de sujeitos (n=xx). A descrição deverá ser posicionada acima da tabela.

Figuras

Fotografias, desenhos, gráficos, quadros etc, devem ser citados como figuras e inseridos no próprio texto em formato jpg, mais próximo ao parágrafo onde este é apresentado/discutido, na ordem em que foram citados, e com o respectivo título, número (de forma consecutiva com algarismos arábicos) (Times New Roman, tamanho 10, espaçamento simples) e legenda (Times New Roman, tamanho 6, espaçamento simples), que devem ser **apresentados abaixo** da figura; as ilustrações devem ser suficientemente claras para permitir sua reprodução em 7,2 cm (largura da coluna do texto) ou 15 cm (largura da página). **Não se permite que figuras representem os mesmos dados de Tabelas.** Figuras coloridas não são publicadas. Nas legendas das figuras, os símbolos, flechas, números, letras e outros sinais devem ser identificados e seu significado esclarecido. Se houver figuras extraídas de outros trabalhos, previamente publicados, os autores devem providenciar permissão, por escrito, para a reprodução das mesmas. Essas autorizações devem acompanhar os manuscritos submetidos à publicação. Como descrito no exemplo a seguir:

Figura 1- Análise utilizada, variáveis em análise ou conotação que agrupe variáveis, em caso de pesquisa amostral, recomenda-se o número da amostra (n=xx). A descrição deverá ser posicionada abaixo da figura.

Abreviaturas e Siglas

Deve ser utilizada a forma padrão. Quando não o forem, devem ser precedidas do **nome completo quando citadas pela primeira vez**; quando aparecem nas tabelas e nas figuras, devem ser acompanhadas de explicação quando seu significado não for conhecido. **Não devem ser usadas no título e no resumo e seu uso no texto deve ser limitado.**

Aviso de Copyright

Direitos Autorais para artigos publicados nesta revista são do autor, com direitos de primeira publicação para a revista. Em virtude de aparecerem nesta revista de acesso público, os artigos são de uso gratuito, com atribuições próprias, em aplicações educacionais e não comerciais.

Declaração de privacidade

Os nomes e endereços de e-mail, neste site, serão **usados exclusivamente para os propósitos da revista**, não estando disponíveis para outros fins.

Diretrizes para submissão

A contribuição é original e inédita, e não está sendo avaliada para publicação por outra revista; não sendo o caso, justificar em "Comentários ao Editor".

Enviar juntamente com o artigo (via internet) em documentos suplementares: (1) Declaração de Responsabilidade, (2) Termo de Transferência de

Direitos Autorais, todas as assinaturas dos documentos devem estar digitalizadas (conforme modelos a seguir), (3) **Parecer de Aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa** (nas categorias de textos em que couber a exigência).

DECLARAÇÃO DE RESPONSABILIDADE

Título do manuscrito:

XX

- Certifico que participei suficientemente do trabalho para tornar pública minha responsabilidade pelo seu conteúdo.

- Certifico que o manuscrito representa um trabalho original e que nem este manuscrito, em parte ou na íntegra, nem outro trabalho com conteúdo substancialmente similar, de minha autoria, foi publicado ou está sendo considerado para publicação em outra revista, quer seja no formato impresso ou no eletrônico, exceto o descrito em anexo.

- Atesto que, se solicitado, fornecerei ou cooperarei totalmente na obtenção e fornecimento de dados sobre os quais o manuscrito está baseado, para exame dos editores.

Nome por extenso do(s) autor(es), data e Assinatura

OBS.: No caso de manuscritos com mais de 6 autores a declaração deve especificar o nível de participação de cada autor. Conforme abaixo exemplificado.

1. Certifico que (1) Contribui substancialmente para a concepção e planejamento ou análise e interpretação dos dados; (2) Contribui significativamente na elaboração do rascunho ou na revisão crítica do conteúdo; e 3) Participei da aprovação da versão final do manuscrito.

Nome por extenso do(s) autor(es), data e Assinatura

(1) _____

(2) _____

(3) _____

TERMO DE TRANSFERÊNCIA DE DIREITOS AUTORAIS

Título do manuscrito:

XX

Declaro que em caso de aceitação do artigo pela Revista Brasileira de Ciência e Movimento concordo que os direitos autorais a ele referentes se tornarão propriedade exclusiva da (UCB/CELAFISCS), vedada qualquer reprodução, total ou parcial, em qualquer outra parte ou meio de divulgação, impressa ou eletrônica, sem que a prévia e necessária autorização seja solicitada e, se obtida, farei constar o competente agradecimento à RBCM.

Nome por extenso do(s) autor(es), data e Assinatura
