



**ANAIS DA III JORNADA INTERNACIONAL
DE CIÊNCIAS DA ATIVIDADE FÍSICA
2025**

**PROGRAM DE PÓS-GRADUAÇÃO EM CIÊNCIAS DA ATIVIDADE FÍSICA
UNIVERSIDADE SALGADO DE OLIVEIRA**



**Fundação Carlos Chagas Filho de Amparo
à Pesquisa do Estado do Rio de Janeiro**

Agradecemos imensamente à Fundação Carlos Chagas Filho de Amparo à Pesquisa do Estado do Rio de Janeiro pelo apoio concedido ao Projeto -FAPERJ: E_20/2024 - FAIXA A - APOIO À ORGANIZAÇÃO DE EVENTOS CIENTÍFICOS, TECNOLÓGICOS E DE INOVAÇÃO NO RJ – 2024



ANAIS DA III JORNADA INTERNACIONAL DE CIÊNCIAS DA ATIVIDADE FÍSICA

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) (Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Jornada Internacional de Ciências da Atividade
Física (3. : 2025 ; Niterói, RJ)

Anais da III Jornada Internacional de Ciências da
Atividade Física [livro eletrônico]. --
Niterói, RJ : Editora Equalitas, 2025.

PDF

Vários autores.

Vários organizadores.

Bibliografia.

ISBN 978-65-983382-6-8

1. Educação física - Congressos I. Título.

26-327553.0

CDD-613.706

Índices para catálogo sistemático:

1. Educação física : Congressos : Promoção da saúde 613.706

Eliete Marques da Silva - Bibliotecária - CRB-8/9380

ISBN: 978-65-983382-6-8

doi: <https://doi.org/10.51995/2675-8245.v7i2e20200562>

FICHA TÉCNICA

Data: 03 e 04 de setembro de 2025

Local: Universidade Salgado de Oliveira – Rua Marechal Deodoro 217, Bloco A, 2º andar, Niterói, Rio de Janeiro, Brasil - CEP: 24030-060.
E-mail: pgcaf@nt.universo.edu.br

Comissão Organizadora Geral

Coordenação Geral: Carlos Alberto Figueiredo da Silva e Maurício Barbosa de Paula

Produção Executiva: Matheus Caldas Gomes; Emanuel Davi Farias Ribeiro; Gloria Lontra Baptista; Matheus Garcia Alvarenga Ferreira; Erick Santana de Souza; Desirré Mahet Oliveira; Jacques da Silva Dantas e Renata Pereira do Amaral.

Comissão científica

Leonardo José Mataruna dos Santos (Canadian University of Dubai – UAE)

Grit Kirstin Koeltcsh (Universidad Nacional de Jujuy – Argentina)

Adriana Martins Correia (Universidade Federal Fluminense – Brasil)

Sara Menezes (Universidade Salgado de Oliveira – Brasil)

Roberto Ferreira dos Santos (Universidade Salgado de Oliveira- Brasil)

Programação

TEMÁTICAS

Gestão do Esporte: Discussão sobre a administração e organização de eventos esportivos, a gestão de equipes e o desenvolvimento de políticas públicas voltadas para o esporte.

Impacto da Atividade Física na Saúde Pública: Análises sobre como a prática regular de atividades físicas pode influenciar positivamente a saúde da população, reduzindo custos com tratamentos médicos e promovendo o bem-estar geral.

Atividade Física e Cidades Inteligentes: Exploração do papel da educação física na criação de cidades mais saudáveis e acessíveis, integrando espaços para a prática de atividades físicas no planejamento urbano.

E-Sports e seus impactos na juventude: Discussão sobre os e-sports, seus efeitos e diferentes desfechos na juventude.

Dia 03 de setembro (quarta-feira)

Local: SALA UNIVERSO

09:00 – 09:30

Credenciamento e Café de Boas-vindas

09:30 – 10:00

Cerimônia de Abertura

Discursos das autoridades acadêmicas e organizadores.

10:00 – 11:00

Conferência de Abertura

Tema: "Gestão do Esporte, Políticas Públicas e Sustentabilidade"

Palestrante: Dr. José Pedro Sarmento de Rebocho Lopes (Universidade do Porto, Portugal)

Moderadores: Dr. Carlos Alberto Figueiredo da Silva e Dr. Thiago Teixeira Guimarães

Produção executiva: MATHEUS CALDAS GOMES

11:00 – 11:30

Intervalo para Café

11:30 – 12:30

Mesa-Redonda 1

Tema: "Impacto da Atividade Física na Saúde Pública"

Palestrantes:

Dra. Adalgiza Mafra Moreno (Universidade Salgado de Oliveira e Universidade de Nova Iguaçu)

Dra. Sara Lucia Silveira de Menezes (Universidade Salgado de Oliveira e Universidade Federal do Rio de Janeiro)

MsC. Marília Salete Tavares

Moderadores: Dr. Wallace David Monteiro e Dr. Roberto Poton Martins

Produção executiva: EMANUEL DAVI FARIAS RIBEIRO

12:30 – 14:00

Intervalo para Almoço

14:00 – 15:00

Núcleo de Polinização de Projetos

Eixos temáticos:

Atividade Física e Promoção da Saúde.

Atividade Física e Inclusão Social

Atividade Física e Inovação.

Comunicações orais

Fernanda de Moraes Brum Glória Lontra Baptista Karollin Karoline Dias Silva Emanuel Davi Farias Ribeiro

Matheus Garcia De Alvarenga Ferreira Chayanne Pereira de Oliveira

Claudio Cordeiro de Moraes Jaques Silva Dantas Matheus Caldas Gomes

Ricardo Machado

Rosângela de Oliveira Santana

Produção executiva: JACQUES DA SILVA DANTAS

15:00 – 15:30

Intervalo para Café

15:30 – 16:30

Mesa-Redonda 2

Tema: "E-Sports: Impactos na Juventude e na Saúde"

Palestrante:

André Fontes Guimarães e Roberto Ferreira dos Santos - Profissionais de e-sports na adolescência – relações entre a vida profissional, escolar e seus desdobramentos

Charles Motta – Inovação em e-sports e o modelo de hélice tríplice.

Rodrigo Peixoto – Ética e e-sports.

Moderadores: Dr. Aldair José de Oliveira, Dr. Claudio Melibeu Bentes e Dr. Bruno Ribeiro Ramalho Oliveira

Produção executiva: ERICK SANTANA DE SOUZA

16:30 – 18:00

Continuação - apresentações de TCC

Produção executiva: RENATA PEREIRA DO AMARAL

18:30 – 19:00

Conferência

Tema: "Atividade Física e Cidades Inteligentes"

Palestrante: Dra. Carla Rocha Araújo (Universidade Federal do Pará, Brasil)

Moderadores: Dr. Martha Lenora Copolillo e Dra. Renata Osborne

Produção executiva: GLORIA LONTRA BAPTISTA

19:00 – 19:30

Conferência

Tema: "Cultura gerencial en las organizaciones del deporte en Venezuela y Ecuador"

Palestrante: Dr. Summar Gomez (Universidad de Zulia. Venezuela e Centro de Investigación y Estudios del Deporte - CIED Ecuador: Quito, Pichincha, EC)

Moderadores: Dr. Carlos Alberto Figueiredo da Silva e Dr. Eduardo Lattari

Produção executiva: MATHEUS GARCIA ALVARENGA FERREIRA

Dia 04 de setembro (quinta-feira)

09:00 – 09:30

Recepção e Café

09:30 – 10:30

Abertura

10:30 – 12:00

NÚCLEO DE POLINIZAÇÃO DE PROJETOS

Dr. Carlos Alberto Figueiredo da Silva

Dr. Eduardo Lattari

Dr. Thiago Teixeira Guimarães

Dr. Roberto Ferreira dos Santos

Dra. Adalgiza Mafra Moreno

Dra. Sara Lucia Menezes

Dra. Martha Copolillo

Dra. Renata Osborne

Dr. Roberto Poton Martins

Dr. Silvio Marques Neto

Dr. Wallace David Monteiro

Produção executiva: DESIRRÉ MAHET OLIVEIRA



SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO <i>p. 12</i>
AGRADECIMENTOS <i>p. 13</i>
RESUMOS, <i>p. 14</i>
NÚCLEO DE POLINIZAÇÃO DE PROJETOS PPGCAF-UNIVERSO <i>Carlos Alberto Figueiredo da Silva, Glória Lontra Baptista, Diego Luis da Silva Alves, Frederico Guimarães de Oliveira, Vivian Lima de Barros e Marco Antônio Alves da Cruz p. 15</i>
APLICATIVO DE MONITORAMENTO DE PRONTIDÃO DE ATLETAS <i>Matheus Caldas Gomes e Thiago Teixeira Guimarães, p. 17</i>
PROTOCOLO DE ATIVIDADE FÍSICA PARA PROGRAMAS PÚBLICOS <i>Emanuel Davi Farias Ribeiro e Adalgiza Mafra Moreno, p. 19</i>
ETCC PARA DOENÇA DE PARKINSON <i>Ricardo Machado Quina e Eduardo Lattari, p. 21</i>
PLATAFORMA DE PRESCRIÇÃO DE EXERCÍCIOS EM REALIDADE VIRTUAL PARA OBESIDADE <i>Fernanda de Moraes Brum e Adalgiza Mafra Moreno, p. 23</i>
PROGRAMA "WORKOUT PERFORMANCE" <i>Matheus Garcia de A. Ferreira e Wallace David Monteiro, p. 25</i>
CARTILHA PARA ATENDIMENTO DE IDOSOS EM ILPIS <i>Claudio Cordeiro de Moraes e Silvio Marques Neto, p. 27</i>
FORMAÇÃO DOCENTE PARA INCLUSÃO DE CRIANÇAS COM TEA <i>Chayanne Pereira de Oliveira e Martha Lenora Queiroz Copolillo, p. 29</i>

CURSO DE FORMAÇÃO PROFISSIONAL EM METODOLOGIAS ATIVAS PARA PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA <i>Glória Lontra Baptista e Carlos Alberto Figueiredo da Silva, p. 32</i>
JOGO "PETELECO" PARA ESTIMULAÇÃO MOTORA E INCLUSÃO <i>Rosângela de Oliveira Santana e Silvio Marques Neto, p. 35</i>
APP PARA MONITORAMENTO DE FADIGA CRÔNICA NO FUTEBOL <i>Jacques da Silva Dantas e Thiago Teixeira Guimarães, p. 37</i>
PROJETO ITINERANTE "INCLUSÃO EM MOVIMENTO" <i>Karollin Karoline Dias Silva e Martha Lenora Coolillo, p. 40</i>
APLICATIVO DE RASTREIO RÁPIDO DE BURNOUT E FADIGA <i>Eduardo Cesar Rodrigues Pereira e Thiago Teixeira Guimarães, p. 42</i>
MANUAL DE BOAS PRÁTICAS PARA PROJETOS ESPORTIVOS SOCIAIS <i>Jaquesson Serpa e Renata Osborne, p. 44</i>
MOBILIDADE E PERFORMANCE: GUIA PRÁTICO DE MOBILIDADE ARTICULAR PARA POTENCIALIZAR O SALTO VERTICAL <i>Renata Pereira do Amaral e Claudio Melibeu Bentes, p. 46</i>
CONEXÃO LESÃO ZERO <i>Samuel Moreno e Eduardo Lattari, p. 50</i>
QUIZ DA IGUALDADE: GÊNERO E MOVIMENTO NA ESCOLA <i>Clarice Zacarias e Roberto Ferreira dos Santos, p. 53</i>
CURSO DE AVALIAÇÃO INTEGRADA DA ATIVIDADE FÍSICA, OBESIDADE E SAÚDE MENTAL EM ADOLESCENTES NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE (APS) <i>Delson Conceição e Silvio Rodrigues Marques Brito, p. 56</i>

APRESENTAÇÃO

O Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Ciências da Atividade Física da Universidade Salgado de Oliveira, Campus Niterói, organizou a III Jornada Internacional de Ciências da Atividade Física, nos dias 03 e 04 de setembro de 2025. Os eventos contaram com a participação de docentes e discentes da Universo dos cursos de Graduação em Educação Física, Terapia Ocupacional e Mestrado em Ciências da Atividade Física. Além disso, professores renomados em suas áreas de atuação foram convidados para compor o painel de conferências internacionais. Com isso, manteve-se a tradição de abrangência nacional e internacional, contribuindo para as discussões e produção científica nas áreas: educação, educação física, gestão do esporte, sociologia, antropologia, medicina esportiva, psicologia, história, psicomotricidade, saúde pública, saúde coletiva e demais áreas que estão relacionadas de forma direta ou indireta com as Ciências da Atividade Física.

A justificativa para a realização de um evento com tamanha magnitude está sustentada pela literatura atual que trata de temas emergentes e de alta relevância que estão contemplados nos resumos, assim como no painel de conferências internacionais. As áreas temáticas desenvolvidas em comum acordo com os temas atuais identificadas no presente evento foram: Gestão do Esporte: Discussões sobre a administração e organização de eventos esportivos, a gestão de equipes e o desenvolvimento de políticas públicas voltadas para o esporte. Impacto da Atividade Física na Saúde Pública: Análises sobre como a prática regular de atividades físicas pode influenciar positivamente a saúde da população, reduzindo custos com tratamentos médicos e promovendo o bem-estar geral. Atividade Física e Cidades Inteligentes: Exploração do papel da educação física na criação de cidades mais saudáveis e acessíveis, integrando espaços para a prática de atividades físicas no planejamento urbano. E-Sports e seus impactos na juventude: Discussão sobre os e-sports, seus efeitos e diferentes desfechos na juventude.

O objetivo da III Jornada Internacional de Ciências da Atividade Física, aqui descritos, está cunhado e congruente com os princípios que regem as instituições de ensino superior, dentre as quais a Universo possui tradição de excelência no âmbito do ensino, da pesquisa e da extensão, que aqui foram vivencias por meio do intercâmbio e do espaço comum e seguro para troca de experiências entre estudantes, professores e pesquisadores nacionais e internacionais. Desta forma, assegurando e fortalecendo o movimento de professores e pesquisadores que atuam nas ciências da atividade física e movimento humano em escala intercontinental.

Esperamos que o conjunto de pesquisas dispostas nos Anais deste evento possam somar forças para o movimento de valorização da ciência, impactando assim de forma positiva não somente a comunidade científica, tão pouco que as discussões beneficiem apenas os cidadãos brasileiros, mas que assim como o nome do evento, que as temáticas relacionadas à atividade física possam alcançar uma repercussão internacional. Trazendo a luz e contribuindo para a resolução de inúmeras mazelas sociais.

Carlos Alberto Figueiredo da Silva

AGRADECIMENTOS

Deixamos aqui registrado o nosso mais sincero agradecimento à Fundação Carlos Chagas Filho de Amparo à Pesquisa do Estado do Rio de Janeiro pelo apoio concedido ao Projeto -FAPERJ: E_20/2024 - FAIXA A - APOIO À ORGANIZAÇÃO DE EVENTOS CIENTÍFICOS, TECNOLÓGICOS E DE INOVAÇÃO NO RJ – 2024 e a todos aqueles que de forma direta e indireta contribuíram para a realização da III Jornada Internacional de Ciências da Atividade Física. Agradecemos também à editora Equalitas e o Intercontinental Journal on Physical Education (IJPE) por apoiar todo o processo literário e de publicação dos Anais. A comissão organizadora, aos pesquisadores e professores convidados, aos da casa, estudantes e funcionários, recebam o nosso agradecimento especial e carreguem a certeza de vossa contribuição para a ciência. Contribuição esta que se encontra aqui materializada em forma de livro.

Muito Obrigado

RESUMOS

NÚCLEO DE POLINIZAÇÃO DE PROJETOS PPGCAF-UNIVERSO

Autores: Carlos Alberto Figueiredo da Silva, Glória Lontra Baptista, Diego Luis da Silva Alves, Frederico Guimarães de Oliveira, Vivian Lima de Barros e Marco Antônio Alves da Cruz

O Programa de Pós-Graduação em Ciências da Atividade Física (PPGCAF) da Universidade Salgado de Oliveira tem consolidado sua produção científica por meio de pesquisas que dialogam com desafios contemporâneos da área. No entanto, a transformação desse conhecimento em impacto social requer estratégias que articulem ensino, pesquisa e extensão, promovendo uma efetiva transferência de conhecimento e tecnologia para a sociedade. Nesse sentido, propõe-se a criação do Núcleo de Polinização de Projetos (NPP-PPGCAF), uma estrutura voltada à potencialização, mentoria, alavancagem e incubação de projetos de pesquisa, ampliando suas possibilidades de aplicação prática e inovação social.

Objetivos do NPP-PPGCAF

O Núcleo de Polinização de Projetos terá como missão fortalecer a capacidade dos pesquisadores do PPGCAF em transformar seus estudos em ações concretas, promovendo impactos acadêmicos e sociais. Seus principais objetivos incluem:

1. Mentoria e Acompanhamento de Projetos – Apoiar docentes e discentes na estruturação de suas pesquisas para que possam extrapolar a produção de artigos científicos e se desdobrar em ações de extensão e inovação.
2. Alavancagem de Projetos de Pesquisa – Identificar oportunidades de financiamento e parcerias institucionais que impulsionem a implementação de projetos de alto impacto.
3. Incubação de Projetos Aplicados – Criar um ambiente propício para que pesquisas desenvolvidas no PPGCAF possam gerar produtos, serviços e intervenções sociais voltadas para educação, saúde e qualidade de vida.
4. Integração entre Pesquisa e Extensão – Estimular que os projetos acadêmicos resultem não apenas em publicações, mas também em iniciativas que gerem transferência de conhecimento e tecnologia para a sociedade.
5. Impacto Esperado e Justificativa

A extensão

Atualmente, as pesquisas do PPGCAF têm produzido artigos, capítulos de livros e teses de alta relevância. No entanto, há uma necessidade crescente de que esses estudos extrapolem o ambiente acadêmico e gerem impactos concretos na sociedade. O NPP-PPGCAF atuará como um hub de inovação, permitindo que os projetos sejam aplicados em iniciativas como:

- Programas de formação continuada para profissionais da educação física e saúde
- Intervenções comunitárias na promoção da saúde e bem-estar
- Desenvolvimento de tecnologias sociais para educação e inclusão
- Projetos colaborativos com setores públicos e privados para inovação em políticas públicas

A estruturação do Núcleo permitirá que o conhecimento gerado no PPGCAF não se limite ao meio acadêmico, mas reverbere como um vetor de transformação social, ampliando a inserção e a relevância do programa. Além disso, fortalecerá a cultura de inovação e empreendedorismo dentro do PPGCAF, estimulando pesquisadores a pensar em soluções aplicáveis às demandas da sociedade.

Conclusão

A criação do Núcleo de Polinização de Projetos (NPP-PPGCAF) responde à necessidade de uma ciência engajada e aplicada, consolidando o papel do PPGCAF como um programa de excelência acadêmica e impacto social. Com a implementação dessa iniciativa, os projetos desenvolvidos no programa não apenas contribuirão para o avanço do conhecimento, mas também gerarão soluções inovadoras e acessíveis para a sociedade, cumprindo o compromisso da universidade com a produção e disseminação do conhecimento de forma transformadora.

APLICATIVO DE MONITORAMENTO DE PRONTIDÃO DE ATLETAS

Autores: Matheus Caldas Gomes e Thiago Teixeira Guimarães

Introdução

O aplicativo proposto visa democratizar o monitoramento esportivo, integrando cinco pilares fundamentais da performance humana: perfil alimentar, estado de humor, qualidade do sono, dados de performance e desempenho cognitivo. Destina-se a atletas profissionais, amadores, população sedentária e profissionais de saúde, com foco na otimização de desempenho, prevenção de lesões e doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs).

Objetivos

1. Tecnológico: Desenvolver uma plataforma com algoritmos de machine learning e interface acessível.
2. Social: Reduzir casos de DCNTs e gerar economia para o sistema de saúde.
3. Econômico: Alcançar break-even em 18-24 meses e receitas anuais de R\$ 50-100 milhões em cinco anos.

Metodologia

O modelo adota abordagem Freemium e B2B, com:

- Canais digitais: App Stores, redes sociais, parcerias com SUS e federações esportivas.
- Fontes de receita: Assinaturas (Premium: R\$29,90/mês; Professional: R\$89,90/mês), licenças corporativas (até R\$100 mil/ano) e venda de dados para pesquisa.
- Recursos-chave: Plataforma proprietária, equipe multidisciplinar (ciência de dados, esporte, UX/UI) e parcerias com universidades (USP, UFRJ) e Comitê Olímpico.

Resultados Esperados

1. Impacto em Saúde Pública:

- Prevenção de 15.000-25.000 casos/ano de doenças cardiovasculares.

- Economia de R\$1,4-4,5 bilhões/ano para o sistema de saúde.

- ROI social de 28:1 a 90:1.

2.Engajamento de Usuários:

- Meta de 5 milhões de usuários em 5 anos, com retenção >70% e satisfação >80%.

3.Sustentabilidade Financeira:

- Receitas anuais de R\$15-30 milhões (Ano 3-4) e R\$50-100 milhões (Ano 5+).

Conclusão

O aplicativo combina inovação tecnológica e impacto social, posicionando-se como ferramenta essencial para atletas e população geral. Sua viabilidade é respaldada por projeções financeiras robustas e parcerias estratégicas, alinhando-se às demandas por saúde preventiva e desempenho otimizado.

Palavras-chave: Monitoramento esportivo, machine learning, saúde preventiva, modelo Freemium, DCNTs.

PROTOCOLO DE ATIVIDADE FÍSICA PARA PROGRAMAS PÚBLICOS

Autores: Emanuel Davi Farias Ribeiro e Adalgiza Mafra Moreno

Introdução

O modelo propõe um protocolo padronizado de atividade física para idosos, baseado em evidências científicas, visando suprir a lacuna de programas públicos eficazes no treinamento resistido. Destina-se a idosos em situação de vulnerabilidade social, usuários do SUS, com foco em melhorar força muscular, mobilidade e equilíbrio, reduzindo quedas e gastos públicos com saúde.

Objetivos

1. Social: Promover envelhecimento ativo e independente, reduzindo sarcopenia e sobrecarga no sistema de saúde.
2. Operacional: Implementar protocolos validados globalmente, capacitando profissionais e utilizando recursos acessíveis (como faixas elásticas e espaços públicos).
3. Econômico: Viabilizar o projeto através de parcerias com SUS, universidades e ONGs, minimizando custos operacionais.

Metodologia

- Público-alvo: Idosos vulneráveis, prioritariamente atendidos pelo SUS.
- Intervenção:
 - Protocolos baseados em diretrizes mundiais de atividade física.
 - Atividades em praças e unidades de saúde, conduzidas por equipe multiprofissional.
 - Avaliações periódicas das valências físicas (força, equilíbrio).
- Canais: Unidades básicas de saúde, programas governamentais, parcerias com universidades e ONGs.
- Financiamento: Recursos do SUS, editais de pesquisa, patrocínios privados e apoio de ONGs.

Resultados Esperados

1. Impacto Social:

- Redução de quedas e sarcopenia, com ganhos em autonomia funcional.
- Diminuição de gastos públicos com medicamentos e serviços secundários de saúde.

2. Engajamento:

- Aumento da adesão por meio de campanhas educativas e contato presencial.

3. Sustentabilidade:

- Baixo custo de implementação (materiais acessíveis) e fluxo de recursos diversificado (SUS, parcerias).

Desafios e Soluções

• Resistências:

- Baixa adesão de idosos → Estratégias de comunicação via agentes comunitários e mídias.
- Falta de protocolos validados → Parcerias com universidades para pesquisa e validação.
- Custos: Priorização de materiais de baixo custo (bastões, cordas) e espaços públicos.

Conclusão

O protocolo apresenta uma solução viável e escalável para promover saúde em idosos vulneráveis, alinhando-se às políticas públicas de envelhecimento ativo. Sua eficácia depende da integração entre gestores de saúde, universidades e comunidade, com potencial replicação em outros contextos.

Palavras-chave: Envelhecimento ativo, treinamento resistido, saúde pública, SUS, protocolo padronizado.

ETCC PARA DOENÇA DE PARKINSON

Autores: Ricardo Machado Quina e Eduardo Lattari

Introdução

O modelo propõe a integração da Estimulação Transcraniana por Corrente Contínua (ETCC) com exercícios de força para melhorar equilíbrio e força muscular em pacientes com Doença de Parkinson (DP). Destina-se a idosos, equipes técnicas e instituições de reabilitação, visando reduzir a progressão da patologia e promover qualidade de vida.

Objetivos

1. Clínico: Validar cientificamente a eficácia da ETCC combinada com exercícios de força.
2. Social: Melhorar a reabilitação de pacientes com DP, reduzindo sintomas e custos com cuidados secundários.
3. Tecnológico: Democratizar o acesso a terapias não invasivas através de parcerias e capacitação.

Metodologia

- Público-alvo: Portadores de DP, centros de idosos, clínicas e universidades.
- Intervenção:
 - Aplicação de ETCC + exercícios de força, com monitoramento via equipamento Baiobit e análise estatística (Programa Prisma 8).
 - Capacitação de equipes técnicas e suporte científico contínuo.
 - Canais: Parcerias com prefeituras (ex: Cabo Frio), universidades (Unilagos), lojas de aplicativos e redes sociais.
 - Financiamento: Patrocínios privados, consultorias e investidores em saúde do idoso.

Resultados Esperados

1. Impacto Clínico:

- Melhora do equilíbrio estático e força muscular em pacientes com DP.
- Redução da progressão da doença e aumento da eficiência na reabilitação.

2. Impacto Social:

- Economia de tempo e recursos para centros de idosos.
- Estímulo à inovação tecnológica de baixo impacto ambiental.

3. Sustentabilidade:

- Geração de receitas via capacitações, parcerias e vendas de serviços.

Desafios e Soluções

• Resistências:

- Falta de qualificação profissional → Capacitação contínua e relatórios de evolução semanais.
- Custo do equipamento → Parcerias com instituições públicas/privadas e financiamento coletivo.
- Validação Científica: Ensaios clínicos randomizados (como o proposto no estudo) para comprovação de eficácia.

Conclusão

O projeto combina inovação tecnológica e evidência científica para oferecer uma solução acessível e escalável no tratamento da DP. Sua implementação depende de colaboração multissetorial (universidades, gestores públicos e iniciativa privada), com potencial para transformar a reabilitação de idosos em larga escala.

Palavras-chave: Doença de Parkinson, ETCC, reabilitação neuromotora, envelhecimento, terapia não invasiva.

PLATAFORMA DE PRESCRIÇÃO DE EXERCÍCIOS EM REALIDADE VIRTUAL PARA OBESIDADE

Autores: Fernanda de Moraes Brum e Adalgiza Mafra Moreno

Introdução

A obesidade é uma doença crônica multifatorial, associada a complicações como diabetes e hipertensão. Este projeto propõe uma plataforma inovadora de prescrição de exercícios em ambientes virtuais imersivos, combinando realidade visual e gamificação para aumentar a adesão à atividade física e melhorar os resultados no tratamento da obesidade.

Objetivos

- 1.Tecnológico: Desenvolver três missões terapêuticas (cardio, resistência, dança) com exercícios clinicamente validados, integrando sensores wearables para feedback em tempo real.
- 2.Social: Reduzir o abandono de programas de exercícios, promover inclusão e diminuir barreiras psicológicas (como vergonha e falta de motivação).
- 3.Econômico: Criar um modelo escalável para integração no SUS e planos de saúde, reduzindo custos com doenças crônicas.

Metodologia

- Público-alvo: Pacientes com obesidade, profissionais de saúde (médicos, educadores físicos) e gestores públicos.
- Intervenção:
 - Missões gamificadas em realidade virtual, com dificuldade ajustada por algoritmos em tempo real.
 - Monitoramento remoto via smartbands e prontuário eletrônico integrado.
 - Parcerias: Empresas de headsets VR, hospitais (validação clínica), SUS e operadoras de saúde.

- Financiamento: Licenciamento anual para municípios, assinaturas por planos de saúde e bolsas de pesquisa.

Resultados Esperados

1. Impacto Clínico:

- Melhora na adesão à atividade física (baseado em estudos com gamificação).
- Redução de comorbidades (diabetes, hipertensão) e complicações da obesidade.

2. Impacto Social:

- Inclusão de pacientes com limitações físicas ou geográficas.
- Diminuição da vergonha associada a ambientes tradicionais (academias).

3. Impacto Econômico:

- Redução de custos para SUS e planos de saúde (menos internações e medicamentos).

Desafios e Soluções

•Resistências:

- Baixa familiaridade com tecnologia → Capacitação de pacientes e profissionais.
- Custo inicial alto → Parcerias com governos e financiamento coletivo.
- Validação Científica: Estudos piloto em hospitais e publicações em revistas indexadas.

Conclusão

A plataforma "Movimento Saudável" representa uma abordagem transformadora para o tratamento da obesidade, alinhando tecnologia, engajamento e saúde digital. Com potencial para integração em políticas públicas e sistemas privados, o projeto visa revolucionar a adesão à atividade física no Brasil, tornando-se referência em saúde digital até 2030.

Palavras-chave: Obesidade, realidade virtual, gamificação, saúde digital, SUS.

PROGRAMA "WORKOUT PERFORMANCE"

Autores: Matheus Garcia de A. Ferreira e Wallace David Monteiro

Introdução

O programa "Workout Performance" visa combater o sedentarismo corporativo através de treinos laborais curtos e eficientes (15-20 minutos), direcionados a empresas de médio e grande porte. A proposta integra saúde ocupacional, produtividade e bem-estar, alinhando-se a tendências de mercado e leis de incentivo.

Objetivos

- 1.Corporativo: Reduzir custos com saúde (ex: afastamentos por LER/DORT) e fortalecer a marca empregadora.
- 2.Social: Promover saúde física e mental de funcionários, especialmente em setores sedentários (TI, call centers).
- 3.Econômico: Gerar empregos para educadores físicos e criar modelo sustentável via assinaturas B2B.

Metodologia

- Público-alvo: Funcionários de empresas e departamentos de RH.
- Intervenção:
 - Treinos rápidos no horário de trabalho, com métricas personalizadas (ex: gasto calórico).
 - Gamificação (prêmios por metas) e relatórios estratégicos (produtividade x saúde).
- Parcerias: Startups de telemedicina, governo (isenção fiscal) e líderes corporativos engajados.
- Financiamento: Assinaturas mensais por funcionário e patrocínios para kits de treino.

Resultados Esperados

1. Impacto Corporativo:

- Redução de absenteísmo e custos com saúde em até 30% (baseado em casos similares).
- Aumento da produtividade e atração de talentos.

2. Impacto Social:

- Melhora da saúde física e mental dos funcionários.
- Criação de novas oportunidades para profissionais de educação física.

3. Sustentabilidade:

- Modelo escalável via parcerias e relatórios de ROI para empresas.

Desafios e Soluções

• Resistências:

- Baixa adesão de funcionários → Gamificação e palestras motivacionais.
- Custo para pequenas empresas → Parcerias com governo e planos flexíveis.
- Infraestrutura: Uso de espaços adaptáveis (ex: salas de reunião) e treinos remotos.

Conclusão

O "Workout Performance" apresenta uma solução inovadora para o sedentarismo corporativo, combinando eficiência operacional e impacto social. Sua viabilidade é respaldada por um modelo de negócios sustentável e alinhamento com políticas públicas, com potencial para transformar a saúde ocupacional no Brasil.

Palavras-chave: Saúde corporativa, sedentarismo, treinos laborais, gamificação, LER/DORT.

CARTILHA PARA ATENDIMENTO DE IDOSOS EM ILPI

Autores: Claudio Cordeiro de Moraes e Silvio Marques Neto

Introdução

O projeto propõe a criação de uma cartilha especializada para avaliação e tratamento de idosos em Instituições de Longa Permanência (ILPIs), combinando atividade física supervisionada e acompanhamento multidisciplinar. O objetivo é melhorar a capacidade funcional, autonomia e qualidade de vida desta população, reduzindo riscos de quedas e doenças crônicas.

Objetivos

1. Clínico: Preservar e melhorar a autonomia funcional através de programas de exercícios individualizados.
2. Social: Promover bem-estar físico e emocional, integrando equipes multidisciplinares e familiares no cuidado.
3. Econômico: Reduzir custos com internações e complicações decorrentes da imobilidade.

Metodologia

- Público-alvo: Idosos acima de 60 anos em ILPIs.
- Intervenção:
 - Avaliações físicas periódicas e programas adaptados (individual/grupo).
 - Supervisão por profissionais especializados (geriatria/gerontologia).
 - Relatórios mensais de progresso para gestores e familiares.
- Parcerias: Prefeituras (ex: Cabo Frio), universidades e agências de fomento.
- Recursos: Equipamentos de fortalecimento, plataforma tecnológica (app) e cartilha educativa.

Resultados Esperados

1. Impacto em Saúde:

- Melhora da capacidade funcional e redução de quedas em 30-40%.
- Diminuição de doenças crônicas associadas ao sedentarismo.

2. Impacto Social:

- Maior satisfação de familiares e cuidadores.
- Diferencial competitivo para ILPIs no mercado de cuidados.

3. Sustentabilidade:

- Modelo financiado por parcerias públicas/privadas e consultorias.

Desafios e Soluções

• Resistências:

- Orçamentos limitados → Parcerias com prefeituras e editais de pesquisa.
- Necessidade de validação científica → Ensaios clínicos randomizados (como o proposto no estudo).
- Capacitação: Treinamento contínuo para equipes das ILPIs.

Conclusão

A cartilha representa uma ferramenta prática e científica para transformar o cuidado aos idosos em ILPIs, alinhando saúde preventiva, tecnologia e gestão multidisciplinar. Seu potencial de replicação em políticas públicas pode ampliar o acesso a intervenções baseadas em evidências, beneficiando milhares de idosos em situação de vulnerabilidade.

Palavras-chave: ILPI, envelhecimento, capacidade funcional, atividade física, multidisciplinaridade.

FORMAÇÃO DOCENTE PARA INCLUSÃO DE CRIANÇAS COM TEA

Autoras: Chayanne Pereira de Oliveira e Martha Lenora Queiroz Copolillo

Introdução

O projeto propõe um curso de formação continuada para professores da Educação Infantil, intitulado "Inclusão Autista na Prática: Estratégias para Educadores Transformadores", com o objetivo de superar as barreiras na inclusão de crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA). A iniciativa combina fundamentos da Análise do Comportamento Aplicada (ABA), valorização das corporeidades e práticas pedagógicas acessíveis, visando transformar o cotidiano escolar por meio de uma abordagem científica, afetiva e colaborativa.

Objetivos

1. Educacional: Capacitar professores com estratégias práticas e baseadas em evidências para a inclusão de crianças com TEA.
2. Social: Fortalecer redes de apoio entre educadores, famílias e profissionais, promovendo ambientes escolares mais inclusivos e humanizados.
3. Econômico: Reduzir custos associados à evasão escolar e ao adoecimento docente, como licenças por burnout.

Metodologia

- PÚBLICO-ALVO: Professores da Educação Infantil, gestores escolares e famílias de crianças com TEA.
- INTERVENÇÃO:
 - CURSO COM 10 MÓDULOS ASSÍNCRONOS: Abordam desde conceitos básicos sobre TEA até estratégias práticas de inclusão, planejamento e autocuidado docente.
 - ENCONTROS SÍNCRONOS SEMANAS: Comunidade de prática para discussão de casos, troca de experiências e suporte emocional.
 - MATERIAIS COMPLEMENTARES: Templates de planejamento, listas de recursos e links para pesquisas atualizadas.

- Parcerias: Universidades (UFRJ, UFMG), secretarias de educação e instituições especializadas em ABA e inclusão.
- Financiamento: Editais públicos, venda de cursos, doações e parcerias com universidades.

Resultados Esperados

1.Impacto Educacional:

- Melhoria na qualidade da inclusão de crianças com TEA, com redução da evasão escolar.
- Empoderamento docente por meio de estratégias acessíveis e suporte contínuo.

2.Impacto Social:

- Fortalecimento de vínculos entre escolas, famílias e profissionais.
- Formação de comunidades de prática sustentáveis e colaborativas.

3.Impacto Econômico:

- Redução de custos com licenças médicas e intervenções corretivas.
- Otimização de recursos públicos destinados à educação inclusiva.

Desafios e Soluções

•Resistências:

- Cursos teóricos desconectados da prática → Abordagem baseada em casos reais e suporte contínuo.
- Falta de tempo dos professores → Conteúdo modular e flexível, com opções assíncronas.

•Sustentabilidade:

- Modelo de financiamento diversificado (vendas, editais, parcerias).

- Plataforma digital para reduzir custos logísticos e ambientais.

Conclusão

O projeto representa um avanço na formação docente para a inclusão, alinhando rigor científico, sensibilidade afetiva e praticidade. Ao integrar ABA, corporeidades e comunidades de prática, a iniciativa não apenas transforma a vida de crianças com TEA, mas também fortalece os educadores como agentes de mudança. Com potencial de expansão para outras regiões, o modelo pode se tornar referência em educação inclusiva no Brasil.

Palavras-chave: Transtorno do Espectro Autista (TEA), formação docente, Análise do Comportamento Aplicada (ABA), corporeidades, educação inclusiva.

CURSO DE FORMAÇÃO PROFISSIONAL EM METODOLOGIAS ATIVAS PARA PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Autores: Glória Lontra Baptista e Carlos Alberto Figueiredo da Silva

Introdução

O projeto propõe um curso de formação continuada em metodologias ativas para professores de Educação Física da educação básica, visando superar desafios como aulas engessadas, desinteresse dos alunos e falta de recursos. Combinando teoria e prática, o curso busca transformar as aulas em experiências significativas, alinhadas à BNCC e centradas no protagonismo dos estudantes.

Objetivos

1. Pedagógico: Capacitar professores para planejar aulas inovadoras usando estratégias como gamificação, aprendizagem baseada em projetos (PBL) e rotação por estações.
2. Social: Promover inclusão, saúde e desenvolvimento integral dos alunos através de práticas ativas.
3. Econômico: Reduzir custos com evasão escolar e saúde pública, além de gerar oportunidades para educadores.

Metodologia

- Público-alvo: Professores de Educação Física da educação infantil ao ensino médio (redes pública e privada).
- Intervenção:
 - 10 módulos (online e presenciais) com vivências práticas, simulações de aula e projetos piloto.
 - Comunidade de prática para troca de experiências e suporte contínuo.
- Recursos: Plataforma EAD (Moodle), materiais de baixo custo, certificação reconhecida pelo MEC.
- Parcerias: Secretarias de educação, sindicatos, universidades e escolas particulares.

- Financiamento: Vendas diretas (professores), licitações (governo), patrocínios e modelo de assinatura.

Resultados Esperados

1.Impacto Educacional:

- Aumento do engajamento dos alunos e redução da evasão.
- Melhoria no desempenho acadêmico e habilidades socioemocionais.

2.Impacto Social:

- Inclusão de estudantes com deficiência ou em vulnerabilidade.
- Valorização da Educação Física como disciplina essencial.

3.Impacto Econômico:

- Redução de custos com saúde pública (sedentarismo, obesidade).
- Geração de empregos indiretos (produção de materiais, eventos).

Desafios e Soluções

•Resistências:

- Falta de infraestrutura → Módulos sobre adaptação com recursos de baixo custo (ex.: garrafas PET).
- Desconhecimento tecnológico → Tutoriais e suporte personalizado.
- Sustentabilidade: Modelo híbrido (online/presencial) e parcerias para reduzir custos.

Conclusão

O curso representa uma inovação na formação docente, alinhando metodologias ativas às demandas contemporâneas da educação. Ao empoderar professores e transformar aulas em espaços de criatividade e inclusão, o projeto contribui para uma educação física mais relevante e impactante, com potencial de replicação em larga escala.

Palavras-chave: Metodologias ativas, Educação Física escolar, BNCC, formação docente, gamificação.

JOGO "PETELECO" PARA ESTIMULAÇÃO MOTORA E INCLUSÃO

Autores: Rosângela de Oliveira Santana e Silvio Marques Neto

Introdução

O projeto desenvolve o jogo "Peteleco", uma ferramenta lúdico-pedagógica voltada para a estimulação da coordenação motora fina e inclusão de crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA). Combinando design acessível e mecânicas inovadoras, o jogo visa ser adotado em escolas, clínicas e terapias ocupacionais, promovendo benefícios cognitivos, sociais e motores.

Objetivos

1. Educacional: Oferecer um recurso pedagógico para desenvolvimento motor e inclusão em ambientes escolares e terapêuticos.
2. Social: Reduzir barreiras de acessibilidade e promover interação social para crianças com TEA e outras necessidades educacionais especiais (NEE).
3. Econômico: Gerar empregos para designers e pequenos empreendedores através de parcerias com instituições públicas e privadas.

Metodologia

- Público-alvo: Crianças com TEA, escolas públicas/privadas, clínicas de terapia ocupacional e idosos em reabilitação.
- Intervenção:
 - Jogo adaptável: Peças táteis, regras simplificadas e modos cooperativos.
 - Aplicações: Uso em sala de aula, terapias (TEA, TDAH) e reabilitação motora para idosos.
 - Parcerias: Prefeitura de Silva Jardim (financiamento), Criaty Color (design personalizado), instituições de ensino e saúde.
 - Recursos-chave: Tecnologia patenteada, equipe especializada em design inclusivo e plataforma de divulgação digital.

Resultados Esperados

1. Impacto Educacional:

- Melhora na coordenação motora fina (prensão palmar, escrita) e redução de déficit de atenção.
- Adoção do jogo como ferramenta pedagógica em escolas alinhadas à BNCC.

2. Impacto Social:

- Inclusão de crianças com TEA e promoção de interação social.
- Redução da ansiedade e stims inadequados através da regulação sensorial.

3. Impacto Econômico:

- Geração de empregos em design e produção sustentável.
- Redução de custos terapêuticos a longo prazo.

Desafios e Soluções

• Resistências:

- Falta de investimento em acessibilidade → Parcerias com instituições de NEE para co-criação de jogos.
- Concorrência com jogos tradicionais → Diferenciação por mecânicas únicas e sustentabilidade.
- Sustentabilidade: Uso de materiais duráveis (ex.: madeira reciclada) e modelo de financiamento misto (vendas, patrocínios).

Conclusão

O "Peteleco" transcende o entretenimento, posicionando-se como uma ferramenta transformadora na educação e saúde. Sua abordagem inclusiva e multidisciplinar potencializa impactos sociais duradouros, com viabilidade econômica garantida por parcerias estratégicas e canais de distribuição diversificados (redes sociais, plataformas digitais e clínicas).

APP PARA MONITORAMENTO DE FADIGA CRÔNICA NO FUTEBOL

Autores: Jacques da Silva Dantas e Thiago Teixeira Guimarães

Introdução

O projeto propõe o desenvolvimento de um aplicativo inteligente para monitoramento e prevenção da fadiga crônica em atletas de futebol, com foco em categorias de base. A solução integra tecnologia (wearables), algoritmos preditivos e validação científica para promover desempenho sustentável, reduzir lesões e otimizar a gestão esportiva.

Objetivos

- 1.Tecnológico: Criar uma plataforma digital que monitore indicadores de fadiga em tempo real, com integração a dispositivos wearables.
- 2.Esportivo: Reduzir lesões e melhorar o desempenho de atletas através de dados científicos.
- 3.Social/Econômico: Diminuir custos com reabilitação e rotatividade de jogadores em clubes.

Metodologia

- Público-alvo: Atletas (categorias de base), comissões técnicas (preparadores físicos, médicos) e clubes.
- Intervenção:
- Aplicativo móvel: Dashboards com métricas de fadiga, alertas personalizados e relatórios mensais.
- Integração: Sensores wearables e banco de dados longitudinal para análise preditiva.
- Parcerias: Associação Atlética Portuguesa (validação), universidades, fornecedores de tecnologia e agências de fomento (CNPq, FAPERJ).

- Financiamento: Modelo B2B (assinaturas para clubes), patrocínios e editais públicos.

Resultados Esperados

- Impacto Esportivo:

- Redução de 20-30% em lesões relacionadas à fadiga (baseado em estudos similares).

- Aumento da performance e retenção de talentos em categorias de base.

- Impacto Econômico:

- Economia para clubes com diminuição de custos médicos e de reposição de atletas.

- Impacto Social:

- Melhoria na saúde e bem-estar de atletas jovens.

- Democratização do acesso a tecnologia esportiva para clubes menores.

Desafios e Soluções

- Resistências:

- Ceticismo de técnicos tradicionais → Capacitações e demonstração de casos de sucesso.

- Limitações orçamentárias → Planos escalonados e parcerias com ligas regionais.

- Validação Científica: Ensaios clínicos com atletas da Associação Portuguesa para comprovação de eficácia.

Conclusão

O aplicativo representa uma inovação na gestão científica do esporte, alinhando tecnologia, saúde e desempenho. Com potencial para expansão para outras modalidades, o projeto destaca-se pela abordagem preventiva e sustentável, contribuindo para a formação de atletas mais saudáveis e clubes mais competitivos.

Palavras-chave: Fadiga crônica, futebol, tecnologia esportiva, wearables, prevenção de lesões.

PROJETO ITINERANTE "INCLUSÃO EM MOVIMENTO"

Autoras: Karollin Karoline Dias Silva e Martha Lenora Coolillo

Introdução

O projeto "Inclusão em Movimento" propõe uma abordagem interdisciplinar e itinerante para promover a inclusão social através de práticas corporais no contexto escolar. Dirigido a estudantes e educadores da Educação Básica, o projeto integra pedagogos e professores de Educação Física em atividades que valorizam o corpo e o movimento como linguagens pedagógicas, visando superar barreiras de exclusão e fomentar uma cultura escolar mais equitativa.

Objetivos

1. Educacional: Fortalecer o diálogo entre pedagogos e professores de Educação Física para práticas inclusivas.
2. Social: Promover pertencimento e participação de estudantes, especialmente aqueles em situação de vulnerabilidade.
3. Institucional: Transformar a cultura escolar através de metodologias interdisciplinares replicáveis.

Metodologia

- Público-alvo: Estudantes (Educação Infantil ao Ensino Médio), professores (pedagogos e EF) e gestores escolares.
- Intervenção:
- Oficinas itinerantes: Vivências práticas com materiais lúdicos e adaptados (bolas, tecidos, instrumentos).
- Formação docente: Sensibilização sobre inclusão, interdisciplinaridade e registro reflexivo.
- Acompanhamento: Criação de redes colaborativas entre escolas participantes.
- Parcerias: Secretarias de Educação, ONGs, universidades e institutos privados (ex.: Itaú Social).
- Financiamento: Editais públicos, venda de materiais pedagógicos, cursos online e financiamento coletivo.

Resultados Esperados

1. Impacto Educacional:
 - Aumento de 40% na participação discente em atividades corporais (baseado em projetos similares).

- Documentação de boas práticas inclusivas para replicação em outras escolas.

2. Impacto Social:

- Redução de situações de exclusão no ambiente escolar.
- Fortalecimento de vínculos entre escola, família e comunidade.

3. Sustentabilidade:

- Autonomia das escolas na continuidade das ações após a intervenção itinerante.

Desafios e Soluções

• Resistências:

- Fragmentação curricular → Oficinas que integram múltiplas áreas do conhecimento.
- Falta de tempo → Modelo de intervenção flexível, adaptável ao calendário escolar.

• Recursos:

- Materiais de baixo custo (recicláveis) e parcerias para financiamento.

Conclusão

O projeto "Inclusão em Movimento" redefine o papel das práticas corporais na educação, transformando-as em ferramentas de inclusão social e equidade. Sua abordagem itinerante e colaborativa garante escalabilidade, enquanto a diversidade de fontes de recursos assegura viabilidade financeira. Ao unir teoria e prática, o projeto contribui para uma educação mais humana e transformadora.

Palavras-chave: Inclusão escolar, práticas corporais, interdisciplinaridade, educação básica, itinerância pedagógica.

APLICATIVO DE RASTREIO RÁPIDO DE BURNOUT E FADIGA

Autores: Eduardo Cesar Rodrigues Pereira e Thiago Teixeira Guimarães

Introdução

O aplicativo proposto visa democratizar o rastreio precoce e o monitoramento longitudinal de sinais de burnout e fadiga na população geral, integrando cinco dimensões essenciais do estado psicobiológico humano: exaustão emocional, exaustão física, dor/rigidez corporal, qualidade do sono e capacidade produtiva percebida. Trata-se de uma ferramenta digital de triagem contínua — rápida, simples e acessível — destinada a qualquer cidadão, incluindo estudantes, profissionais de alta carga mental, trabalhadores da linha de frente, executivos, empresários, professores, militares e profissionais de saúde. O foco principal é identificar precocemente padrões de risco, sinalizar mudanças negativas ao longo do tempo e antecipar prevenção antes do colapso funcional.

Objetivos

1. **Tecnológico:** Desenvolver uma plataforma intuitiva, com algoritmos de machine learning capazes de detectar tendências de deterioração psicobiológica, e emitir alertas de risco de burnout e fadiga.
2. **Social:** Reduzir o número de casos de exaustão ocupacional, afastamentos profissionais e prejuízo cognitivo, resultando em maior produtividade sustentável e menor adoecimento mental.
3. **Econômico:** Alcançar break-even em 18-24 meses e potencializar geração de receita através de assinaturas, licenças corporativas e parcerias com instituições públicas e privadas.

Metodologia

O modelo adota abordagem Freemium e B2B, com:

- Canais digitais: App Stores, redes sociais, parcerias com SUS e federações esportivas.
- Fontes de receita: Assinaturas (Premium: R\$29,90/mês; Professional: R\$89,90/mês), licenças corporativas (até R\$100 mil/ano) e venda de dados para pesquisa.

- Recursos-chave: Plataforma proprietária, equipe multidisciplinar (ciência de dados, esporte, UX/UI) e parcerias com universidades e Comitê Olímpico Brasileiro.

Resultados Esperados

1.Impacto em Saúde Pública:

- Redução de quadros de burnout detectados tardeamente.
- Prevenção de 15.000-67.500 casos/ano de atenuados ou evitados de Burnout.
- Economia de R\$60-180 milhões/ano para o sistema de saúde.
- ROI social de 1,74:1 a 4:1.

2.Engajamento de Usuários:

- Meta de 5 milhões de usuários em 5 anos, com retenção >70% e satisfação >80%.

3.Sustentabilidade Financeira:

- Receitas anuais de R\$15-30 milhões (Ano 3-4) e R\$50-100 milhões (Ano 5+).

Conclusão

O aplicativo combina inovação tecnológica e impacto social, posicionando-se como ferramenta essencial de prevenção e triagem de burnout e fadiga na população geral. Sua viabilidade é respaldada por um modelo escalável, simples para o usuário, e potente para a sociedade. A plataforma representa a nova fronteira da saúde pública preventiva baseada em dados — antecipando o risco antes do adoecimento.

Palavras-chave: burnout, fadiga, rastreio digital, saúde mental preventiva, machine learning.

MANUAL DE BOAS PRÁTICAS PARA PROJETOS ESPORTIVOS SOCIAIS

Autores: Jaquesson Serpa e Renata Osborne

Introdução

O esporte tem se consolidado nas últimas décadas como uma importante ferramenta de promoção da cidadania, do desenvolvimento humano e da inclusão social. Reconhecido constitucionalmente como direito de todos, ele assume papel estratégico nas políticas públicas e nas iniciativas comunitárias voltadas à redução das desigualdades. Em especial, os projetos esportivos sociais se destacam como espaços de convivência, aprendizado e formação de valores éticos e cooperativos, fortalecendo vínculos sociais e ampliando oportunidades. No entanto, muitas dessas iniciativas ainda carecem de diretrizes metodológicas e éticas que assegurem a continuidade, a qualidade e o impacto de suas ações, evidenciando a necessidade de um instrumento orientador capaz de padronizar e aprimorar práticas pedagógicas e de gestão.

Objetivo

Elaborar um Manual de Boas Práticas para Projetos Esportivos Sociais com a finalidade de orientar gestores, educadores e monitores na implementação de ações esportivas voltadas à inclusão, à cidadania e ao desenvolvimento humano. O material busca consolidar princípios pedagógicos, administrativos e éticos que garantam coerência, segurança e sustentabilidade aos projetos sociais esportivos.

Metodologia

Esse estudo adota uma abordagem qualitativa, fundamentada em revisão bibliográfica e análise documental de políticas públicas, legislações e programas esportivos nacionais. Foram considerados documentos como a Política Nacional de Esporte Educacional e as Diretrizes da UNESCO para a Educação Física de Qualidade, além de contribuições teóricas de autores como Freire (2018), Minayo (2014), Yin (2016) e Tubino (2010). A metodologia envolveu quatro etapas principais: levantamento teórico, mapeamento de boas práticas existentes, formulação das diretrizes pedagógicas e validação das recomendações propostas. O processo buscou integrar teoria e prática, resultando em um material técnico, aplicável e acessível.

Resultados Esperados

O manual propõe diretrizes estruturadas em quatro eixos centrais: educação pelo esporte, diversidade e inclusão, participação comunitária e segurança. Espera-se que sua aplicação contribua para fortalecer a gestão e a efetividade dos projetos esportivos sociais, ampliando seu impacto na formação de crianças, adolescentes e jovens. Além disso, prevê-se que o material auxilie na capacitação de profissionais, na criação de ambientes esportivos mais seguros e na valorização do esporte como prática educativa e transformadora.

Desafios e Soluções

Entre os principais desafios identificados estão a falta de continuidade das políticas públicas, a escassez de recursos financeiros e a ausência de formação específica para profissionais da área. Tais limitações comprometem a sustentabilidade e o alcance dos projetos. Como solução, o manual propõe a criação de redes de cooperação entre instituições, a busca por parcerias público-privadas, a implementação de programas permanentes de capacitação e o estabelecimento de indicadores de monitoramento. Essas estratégias visam garantir eficiência, transparência e durabilidade às ações desenvolvidas.

Conclusão

O Manual de Boas Práticas para Projetos Esportivos Sociais representa uma contribuição e significativa ao campo do esporte educacional. Sua elaboração reafirma o papel do esporte como instrumento de formação cidadã e de transformação social, integrando princípios pedagógicos e valores éticos que fortalecem a inclusão e o desenvolvimento humano. O documento visa consolidar-se como referência prática e teórica para gestores e educadores, servindo de apoio à formulação e execução de políticas públicas que reconheçam o esporte como um direito e como um meio de construção de uma sociedade mais justa, participativa e solidária.

Palavras-chave

Esporte educacional, inclusão social, cidadania, políticas públicas, gestão esportiva, desenvolvimento humano.

MOBILIDADE E PERFORMANCE: GUIA PRÁTICO DE MOBILIDADE ARTICULAR PARA POTENCIALIZAR O SALTO VERTICAL

Autores: Renata Pereira do Amaral e Claudio Melibeu Bentes

Introdução

A mobilidade articular é determinante para a preparação neuromuscular e para o desempenho em ações explosivas como o salto vertical, influenciando amplitude de movimento, coordenação e eficiência contrátil (American Physical Therapy Association, 2001; Behm & Chaouachi, 2011). O aquecimento adequado eleva a temperatura muscular, melhora o fluxo sanguíneo e aumenta a ativação neural, favorecendo respostas de potência (Bishop, 2003; McGowan et al., 2015). No voleibol, o salto vertical é um indicador central de rendimento físico e técnico (Sheppard et al., 2008; Ziv & Lidor, 2009). Apesar disso, ainda faltam materiais aplicados que orientem o uso da mobilidade articular com foco específico no desempenho do salto vertical, o que fundamenta a criação de um e-book baseado em evidências científicas.

Objetivo Geral

Desenvolver um e-book técnico-educacional baseado em evidências científicas que apresente protocolos de mobilidade articular aplicados ao desempenho do salto vertical em atletas.

Materiais e Métodos

O produto consiste em um e-book técnico-educacional derivado da tese de mestrado que investigará os efeitos agudos de diferentes volumes de mobilidade articular sobre o salto vertical em atletas de voleibol universitários. O desenvolvimento surgirá a partir de uma revisão da literatura sobre mobilidade, aquecimento e desempenho, sistematização dos dados experimentais do estudo, descrição ilustrada dos exercícios utilizados nos protocolos, orientações práticas para aplicação dos conteúdos e diagramação digital. O material será elaborado com linguagem clara e fundamentação científica, visando atender treinadores, professores, estudantes e atletas.

Resultados Esperados

- Melhora da compreensão dos treinadores, estudantes e atletas sobre o papel da mobilidade articular na preparação neuromuscular e no desempenho do salto vertical.
- Maior padronização e qualidade na aplicação dos exercícios de mobilidade em contextos de aquecimento e preparação física.
- Ampliação do uso de protocolos de mobilidade baseados em evidências no ambiente desportivo, contribuindo para intervenções mais eficazes.
- Fortalecimento da integração entre pesquisa científica e prática profissional, ampliando o impacto social e educacional do produto técnico.

Desafios e Soluções

Desafios:

- Escassez de materiais aplicados que traduzam evidências científicas sobre mobilidade articular para o contexto prático do esporte.
- Falta de padronização na execução e compreensão dos exercícios utilizados nos aquecimentos.
- Necessidade de um recurso acessível, visual e baseado em ciência, que facilite a implementação dos protocolos.

Soluções:

- Desenvolvimento de um e-book técnico-educacional com linguagem clara, fundamentado nos achados de uma tese de mestrado e na literatura científica atual.
- Organização de protocolos de mobilidade focados no desempenho, com orientações diretas e objetivos definidos.

- Inclusão de descrições visuais e instruções práticas para padronizar a execução dos exercícios.
- Disponibilização digital do material, tornando-o acessível a treinadores, atletas e estudantes, ampliando o impacto educacional e esportivo.

Conclusão

O e-book configura-se como um recurso acessível e fundamentado, capaz de aproximar conhecimento científico e prática esportiva. O material visa contribuir para a qualificação de profissionais e para a adoção de estratégias de mobilidade orientadas ao desempenho do salto vertical, ampliando o impacto social, educacional e esportivo da pesquisa.

Palavras-chave: mobilização articular; desempenho; produto técnico.

Referências

- AMERICAN PHYSICAL THERAPY ASSOCIATION. Guide to Physical Therapist Practice. 2. ed. Phys Ther, v. 81, n. 1, p. 9-746, 2001.
- BEHM, D. G.; CHAOUACHI, A. A review of the acute effects of static and dynamic stretching on performance. European Journal of Applied Physiology, v. 111, n. 11, p. 2633–2651, 2011.
- BISHOP, D. Warm up I: potential mechanisms and the effects of passive warm up on exercise performance. Sports Medicine, v. 33, n. 6, p. 439–454, 2003.
- BOGDANIS, G. C. et al. Intermittent but not continuous static stretching improves subsequent vertical jump performance in flexibility-trained athletes. Journal of Strength and Conditioning Research, v. 33, n. 1, p. 203–210, 2019.
- DONTI, O. et al. Acute and long-term effects of two different static stretching training protocols on range of motion and vertical jump in preadolescent athletes. Biology of Sport, v. 38, n. 4, p. 579–586, 2021.

- HUANG, S. Y. et al. Short-duration massage at the hamstrings musculotendinous junction induces greater range of motion. *Journal of Strength and Conditioning Research*, v. 24, n. 7, p. 1917–1924, 2010.
- MCGOWAN, C. J. et al. Warm-up strategies for sport and exercise: mechanisms and applications. *Sports Medicine*, v. 45, n. 11, p. 1523–1546, 2015.
- NORKIN, C. C.; WHITE, D. J. *Measurement of Joint Motion: A Guide to Goniometry*. 5. ed. Philadelphia: F.A. Davis, 2016.
- SHEPPARD, J. M. et al. Relative importance of strength, power, and anthropometric measures to jump performance of elite volleyball players. *Journal of Strength and Conditioning Research*, v. 22, n. 3, p. 758–765, 2008.
- TURKI, O. et al. Ten minutes of dynamic stretching is sufficient to potentiate vertical jump performance characteristics. *Journal of Strength and Conditioning Research*, v. 25, n. 9, p. 2453–2459, 2011.
- ZIV, G.; LIDOR, R. Physical attributes, physiological characteristics, on-court performances and nutritional strategies of female and male basketball players. *Sports Medicine*, v. 39, n. 7, p. 547–568, 2009.

CONEXÃO LESÃO ZERO

Autores: Samuel Moreno e Eduardo Lattari

Parceiros-chave

- Atletas de todos os esportes.
- Pessoas que querem compreender as formas e mecanismos de lesões.
- Atletas que não sabem como proceder pós lesão no esporte.

Recursos-chave

- Equipe de gravação.
- Estúdio.
- Equipamentos necessários.

Oportunidade

A falta de compreensão e entendimento do que fazer pós lesão, tanto no quesito físico, mas também no fator psicológico.

Proposta de valor

- Fornecer informações para o público.
- Auxiliar aqueles que não sabem o que fazer.
- Direcionar atletas para realização dos procedimentos corretos com profissionais capacitados.
- Promover o entendimento de que não é o final de carreira.

Segmento de agentes de mudança

- Todos os que forem atletas, profissionais ou amadores.
- Pessoas do dia a dia que tiveram lesões iguais ou semelhantes.

Resistências

- Baixa popularidade do Canal Sinergia Carioca TV.
- Cultura errônea de acreditar que não há necessidade de procurar atendimento específico.

Atividades-chave

- Conversas através de um PodCast no Canal Sinergia Carioca TV.
- Divulgar pelos meios de comunicação tudo aquilo que for informação essencial.

Consequências

- Promover a necessidade de treinamentos específicos para prevenção de lesões.
- Fortalecer o psicológico do atleta para entender que a lesão não é o final de uma carreira.

Impacto social pretendido

- Melhora no entendimento das causas e mecanismos da lesão.
- Entender o processo de recuperação.
- Saber as melhores formas de tratamento pós-lesão.

Relacionamentos com agentes de mudança

- Envolvimento com atletas e não atletas praticantes de esportes.

Custos

- Canal já existe, então não haverá custos.

Canais

- Youtube.
- Instagram.
- Tik Tok.
- Kwai.

Fontes e fluxo de recurso

- Canal patrocinado por diversas empresas.
- Apoio da Universidade Salgado de Oliveira.

QUIZ DA IGUALDADE: GÊNERO E MOVIMENTO NA ESCOLA

Autores: Clarice Zacarias e Roberto Ferreira dos Santos

Parceiros-chave

Gestão escolar e os professores do Ensino Fundamental (1º segmento) das unidades de ensino municipais de São Gonçalo e Niterói.

Recursos-chave

Materiais de baixo custo para a elaboração do jogo Quiz com perguntas que abordam a questão de gênero em um vocabulário infantil, a fim de perceber como eles são atravessados por isso e como os educadores têm lidado.

Oportunidade (Tese de Mudança)

A contribuição através da conscientização por meio de palestras e uma cartilha informativa para os profissionais envolvidos na educação, sobre os conflitos recorrentes de manifestações de gênero que acontecem no espaço escolar. O jogo Quiz será elaborado com o objetivo de produzir reflexões acerca dos papéis de gênero relacionados à educação física escolar.

Proposta de Valor

O trabalho terá impacto diretamente no processo educativo de todas as crianças, assim como no trabalho pedagógico dos profissionais da educação física. Na medida em que colocamos em análise as reproduções do patriarcado que aparecem nas práticas em educação física escolares, podemos produzir mudanças a partir do quiz que colocará em evidências as lacunas do processo educativo produzidas pela questão de gênero. O jogo também produzirá contribuições futuras, no sentido de inovar as práticas em educação física.

Segmento de beneficiários ou clientes

Ninguém será subsidiado. (Nota: Este campo parece descrever o modelo de receita. O segmento de beneficiários é descrito em outros campos: crianças do 1º segmento e profissionais de educação).

Resistências

Formação continuada dos profissionais de educação promovida pelas prefeituras.

Atividades-chave

Debate nas instâncias executiva e legislativa a fim de criar e assegurar novas práticas em educação física escolar que tenham o gênero como debate central, compreendendo o impacto desse marcador no processo educativo dos alunos. Além disso, também será realizada intervenção na escola municipal de São Gonçalo e Niterói.

Consequências

Diminuir a desigualdade de gênero.

Impacto social pretendido

Diminuir a expressão das desigualdades de gênero no ambiente escolar através da educação física escolar.

Relacionamentos com beneficiários ou clientes

Os principais impactados serão as crianças em processo de formação na educação infantil do primeiro segmento. Eles são os protagonistas do processo. Terá também relação direta com os profissionais da educação, principalmente educação física. O relacionamento será dialético, na medida em que eles.

Custos

Custos variáveis: produção do jogo, transporte para ida até a escola e os dispositivos do executivo / legislativo.

Canais

Periódicos, revistas, palestras em escolas, debates em espaços do executivo como secretaria de educação objetivando a produção de materiais, como exemplo: cartilhas sobre gênero nas atividades físicas escolares.

Fontes e fluxo de recursos

Dinheiro próprio. Os beneficiários não pagarão diretamente, pois as intervenções serão realizadas em escolas municipais sustentadas por dinheiro público.

CURSO DE AVALIAÇÃO INTEGRADA DA ATIVIDADE FÍSICA, OBESIDADE E SAÚDE MENTAL EM ADOLESCENTES NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE (APS)

Autores: Delson Conceição e Silvio Rodrigues Marques Brito

Objetivo Geral

Desenvolver um curso de capacitação para profissionais da APS, visando à realização de uma avaliação integrada da atividade física, obesidade e saúde mental em adolescentes, promovendo uma abordagem holística e intersetorial do cuidado.

Justificativa e Relevância

A prevalência crescente de obesidade e inatividade física entre adolescentes, frequentemente associada a comprometimentos da saúde mental, representa um desafio complexo para a saúde pública. A Atenção Primária à Saúde (APS), enquanto porta de entrada e coordenadora do cuidado, carece de ferramentas e protocolos integrados para identificar e manejar esses agravos de forma conjunta. Este curso surge da necessidade urgente de instrumentalizar os profissionais da rede para atuar na prevenção, identificação precoce e condução adequada dessas condições inter-relacionadas, alinhando-se às diretrizes nacionais de promoção da saúde (Brasil, 2022).

Público-Alvo

- Profissionais de nível superior atuantes na APS, com ênfase para:
- Médicos (generalistas e familiares)
- Enfermeiros
- Educadores Físicos (integrantes do NASF - Núcleo Ampliado de Saúde da Família)
- Psicólogos
- Nutricionistas

Metodologia

O curso será desenvolvido e implementado em etapas:

Diagnóstico das Necessidades

Pesquisa com gestores e profissionais da APS para mapear as principais dificuldades e lacunas no cuidado aos adolescentes.

Elaboração do Conteúdo

Construção do programa pedagógico com base em evidências científicas, utilizando metodologias ativas (casos clínicos, simulações, fóruns).

Validação por Especialistas

Revisão do conteúdo por especialistas nas áreas de Medicina da Família, Saúde do Adolescente, Atividade Física e Saúde Mental.

Piloto e Implementação

Realização de um projeto piloto para ajustes finais, seguido da implementação em larga escala em parceria com secretarias municipais de saúde.

Conteúdo Programático (Resumido)

Módulo 1: Epidemiologia e Determinantes da Obesidade, Sedentarismo e Saúde Mental na Adolescência.

Módulo 2: Ferramentas de Avaliação Integrada na APS: Protocolos, entrevistas motivacionais e instrumentos validados.

Módulo 3: Interpretação Conjunta dos Dados: Conexão entre parâmetros físicos, comportamentais e emocionais.

Módulo 4: Elaboração de Planos de Cuidado Intersetoriais e Comunicação com a Rede de Apoio (escola, família, CAPS).

Módulo 5: Estratégias de Promoção da Saúde e Manutenção da Adesão ao Cuidado.

Conclusão Esperada

Espera-se que o curso forneça uma ferramenta aplicável e eficaz para os profissionais da APS, capacitando-os para realizar uma avaliação integrada e um cuidado mais qualificado e resolutivo. O impacto final pretende-se na melhoria dos indicadores de saúde dos adolescentes, por meio de uma assistência física e mental integrada, fundamentada em evidências e adaptada à realidade da APS.

Carga Horária e Modalidade

Carga Horária Total: 40 horas (sugestão).

Modalidade

Híbrida (EAD para conteúdos teóricos e encontros presenciais/síncronos para discussão de casos).