



# SEMANA DA EDUCAÇÃO FÍSICA 2025

UFJF - Governador Valadares

# ANAIS DA I SEMANA ACADÊMICA DA EDUCAÇÃO FÍSICA



## ***Temas Emergentes para a Atuação Profissional e Protagonismo Estudantil***

**20 a 22 de outubro de 2025 – Teatro Atiaia – Governador Valadares/MG**

### **1. COMISSÃO ORGANIZADORA**

- Ciro José Brito
- Consuelly Alves
- Cristiano Diniz da Silva
- Diego Alves dos Santos
- Hélio Mamoru Yoshida
- Mirian de Fátima de Oliveira Restori
- Rafael José Gonçalves de Assis
- Rubian Diego Andrade
- Simara Regina de Oliveira Ribeiro

### **2. COMISSÃO CIENTÍFICA**

- Cleonaldo Gonçalves Santos
- Ciro José Brito
- Cristiano Diniz da Silva
- Danielle Lorentz Villaça
- Diego Alves dos Santos
- Hélio Mamoru Yoshida
- João Paulo Nogueira da Rocha Santos
- Leôncio Lopes Soares
- Pedro Henrique Berbert de Carvalho
- Raquel de Magalhães Borges
- Renato de Carvalho Guerreiro
- Simara Regina de Oliveira Ribeiro

### **3. COLABORADORES**

#### **Discentes:**

- Arthur Alves de Oliveira
- Bárbara Gonçalves Reis de Pinho
- Cássia Suraneide Oliveira Bastos
- Emanuela de Oliveira Silva
- Ester Guimarães da Silva
- Jackson Felipe Copertino Araújo
- Luana de Oliveira Silva
- Samara Elisa Rodrigues Vieira
- Silmara Gonçalves Santos Araújo

#### **Docentes:**

- Silvana Lopes Nogueira Lahr

#### **Técnicos:**

- Bruna Oliveira Silva

### **4. EQUIPE DE LIBRAS**

- Daniela Nayara Ribeiro Tomaz

- Jussara Andrade Medeiros

## **5. APRESENTAÇÃO CULTURAL**

- Rhaanielle Germano de Oliveira
- Victoria de Souza Ruas
- Liga Valadarense de Capoeira
- Yama Dojo Aikidô

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

Semana Acadêmica da Educação Física (1. : 2025 :  
Governador Valadares, MG)  
Anais da I Semana Acadêmica da Educação Física  
[livro eletrônico] / Semana Acadêmica da Educação  
Física. -- Governador Valdares, MG :  
Ed. dos Autores, 2025.  
PDF

Vários autores.  
Vários organizadores.  
Bibliografia.  
ISBN 978-65-01-80932-8

1. Educação física - Congressos I. Título.

25-317804.0

CDD-613.706

**Índices para catálogo sistemático:**

1. Educação física : Congressos : Promoção da saúde  
613.706

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

## PROGRAMAÇÃO

1º DIA – 20/10 (Segunda-feira)

Tema Central: *Inovação e tecnologia na atuação profissional*

Manhã

- 07h30 – 07h50 | Credenciamento
- 08h00 – 08h20 | Cerimônia de abertura
- 08h30 – 10h00 | Palestra Magna: *"Tendências emergentes na atuação do Profissional de Educação Física"* – Prof. Dr. Cleber Augusto Gonçalves Dias (UFMG)
- 10h10 – 12h00 | Sessão de Pôsteres: Projetos de Iniciação Científica e Extensão

Tarde

- 14h00 – 15h20 | Mesa-redonda: *"Inteligência Artificial e Educação Física: limites e possibilidades no contexto acadêmico"* – Coord.: Prof. Dr. Luis Fernando Deresz
- 15h30 – 17h00 | Oficina prática: *"Tecnologias para prescrição e monitoramento de exercícios físicos"* – Esteban Aedo Muñoz (Universidad de Santiago de Chile)

## 2º DIA – 21/10 (Terça-feira)

Tema Central: *Protagonismo estudantil e integração*

Manhã

- 08h00 – 09h30 | Workshop 1: *"Empreendedorismo e Marketing Digital para Profissionais de Educação Física"* – Gabriela Cangussu
- 08h00 – 09h30 | Workshop 2: *"Medindo a Fadiga Muscular: Métodos e Aplicações"* – Profa. Naiara Ribeiro de Almeida e Esteban Aedo-Muñoz
- 09h40 – 10h20 | Apresentações artístico-culturais
- 10h30 – 12h00 | Sessão de Pôsteres: Estágios e ACE

Tarde

- 14h00 – 15h20 | Apresentações orais de curta duração (10 min): TCCs – 6 trabalhos-destaque
- 15h30 – 17h00 | Mesa-redonda: *"Desafios e conquistas na carreira acadêmica"* – Participação de egressos

## 3º DIA – 22/10 (Quarta-feira)

Tema Central: *Departamento em foco: pesquisas, práticas e trajetórias docentes*

Manhã

- 08h00 – 09h30 | Palestra: *"Biomecânica em Esportes de Combate"* – Prof. Dr. Ciro José Brito
- 09h40 – 10h20 | Apresentações artístico-culturais
- 10h30 – 12h00 | Mesa-redonda: *"Direitos humanos e relações interpessoais no ambiente acadêmico e profissional"*

Tarde

- 14h00 – 15h20 | Apresentações orais de curta duração (10 min): Projetos de Pesquisa – Pós-Graduação (6 trabalhos)
- 15h30 – 16h30 | Talk Show: "*Bate-bola com os Docentes*"
- 16h40 – 17h00 | Cerimônia de Encerramento e menção honrosa – *Coffee* de confraternização

## TEMAS LIVRES

### ESTÁGIOS E ATIVIDADES CURRICULARES DE EXTENSÃO (ACE)

Esporte e inclusão: a experiência do Projeto Bocha Paralímpica em Governador Valadares (MG).....	7
Estágio Supervisionado em Futebol: Experiências e Aprendizados no Coopevale Futebol Clube.....	8
Intervenção psicomotora em criança com Transtorno do Espectro Autista: relato de experiência em uma ação de extensão universitária.....	9
Prescrição de atividade física e esportiva para crianças com trissomia do 21 (síndrome de down).....	10
Projeto sementes - cultivando valores sustentáveis por meio da expressão rítmica e corporal: relato de experiência.....	11
Vivências no projeto kinder funcional: aprendizados humanos e profissionais no contexto da infância atípica.....	12
Vivências no projeto Kinder funcional: relato de experiência com uma criança com transtorno do espectro autista.....	13
Conhecimento sobre o ser na roda como base para a formação de focalizadores.....	14

### PROJETOS DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA E EXTENSÃO

Kinder - educação neuromotora: uma proposta interdisciplinar de promoção do desenvolvimento infantil.....	15
Kinder: avaliação neuromotora.....	16
Kinder funcional: promoção do desenvolvimento infantil por meio de atividades físicas adaptadas....	17
Lesões de membros inferiores em <i>cheerleaders</i> de posição flyer: um estudo observacional transversal.....	18
Marketing digital e a gestão de informação de academias infantis: uma análise a partir do Instagram..	19
O lazer na América Latina: uma análise sob a perspectiva do Chat GPT.....	20
Projeto kinder – rede de apoio ao neurodesenvolvimento.....	21
Relato de experiência no projeto de extensão “Iniciação à ginástica saúde e qualidade de vida para a família 2024”.....	22
Saúde ocupacional de trabalhadores ao ar livre: uma revisão Sistemática.....	23
<i>Sports analytics</i> : aplicação prática com ênfase no desempenho Tático do futebol.....	24
Efeito imediato da fotobiomodulação sistêmica na recuperação da dor 48 horas pós-exercício: resultados parciais.....	25
Ginástica de condicionamento físico para adultos UFJF/GV: um relato de experiência.....	26
Intervenção para redução do tempo de tela e promoção de estilo de vida ativo em crianças com transtorno do neurodesenvolvimento.....	27

## **PROJETOS DE PESQUISA – PÓS-GRADUAÇÃO**

Efeitos dos Exergames sobre parâmetros psicológicos, cognitivos e funcionais de idosos: um ensaio clínico randomizado.....	28
Efetividade de um protocolo multimodal sobre variáveis biopsicossociais em indivíduos com artralgia crônica pós-Chikungunya: um projeto de pesquisa.....	29
Percepção de riscos e atitudes de proteção de lesões na cabeça em futebolistas profissionais.....	30
Reabilitação cardíaca comunitária no Brasil: um ensaio clínico randomizado.....	31
Validação do anel inteligente Colmi r12 para monitoramento de Saúde e atividade física.....	32
Modelo integrado de monitoramento psicofisiológico com sistema de alerta visual para diminuição do risco de lesões em jovens atletas de futebol.....	33

## **TRABALHOS DE CONCLUSÃO DE CURSO (TCC)**

Análise da distribuição espacial dos chutes a gol em diferentes contextos de jogo e a efetividade defensiva dos goleiros no futebol internacional de elite.....	34
Avaliação das experiências e percepções de beneficiários do Curso de iniciação às modalidades circenses.....	35
Desempenho da formação tática 4-4-2 no futebol: Um estudo comparativo entre Brasil e Argentina...	36
Epidemiologia das concussões no futebol profissional masculino: Uma análise exploratória integrando literatura cinzenta das principais ligas globais.....	38
Ligas esportivas na educação física escolar: potencialidades para o engajamento a participação e o desenvolvimento integral dos alunos.....	40
Relação entre força muscular e função cognitiva em pessoas idosas institucionalizadas: uma revisão sistemática.....	41



**Categoria:** Estágios e Atividades Curriculares de Extensão (ACE)

## **ESPORTE E INCLUSÃO: A EXPERIÊNCIA DO PROJETO BOCHA PARALÍMPICA EM GOVERNADOR VALADARES (MG)**

Brysa Delazeri<sup>1</sup>, Livia Lopes Leal<sup>1</sup>, Júlio Augusto Anicio de Moraes<sup>1</sup>, Rafael José Gonçalves de Assis<sup>1</sup>, Rodrigo Pereira da Silva<sup>2</sup>, Flávio de Jesus Camilo<sup>2</sup>

**Introdução:** O Projeto Bocha Paralímpica da Comunidade Valadarense surgiu em 2023 com a proposta de promover a inclusão social e a prática de atividade física adaptada para pessoas com deficiência física, em especial cadeirantes, no município de Governador Valadares (MG). Considerando que o sedentarismo é um fator de risco para doenças crônicas não transmissíveis e que pessoas com deficiência enfrentam barreiras adicionais, a iniciativa busca contribuir para a saúde física, emocional e social desse público, ao mesmo tempo em que reforça o papel da universidade na formação cidadã e comunitária. **Objetivo:** Oportunizar a vivência da bocha paralímpica como modalidade esportiva adaptada, visando a melhoria da qualidade de vida, da autonomia e do desempenho nas atividades de vida diária (AVDs) de pessoas com deficiência física, integrando ações de ensino e extensão universitária. **Método:** O projeto é desenvolvido na Praça de Esportes de Governador Valadares, com o uso de materiais fornecidos pelo Departamento de Educação Física da UFJF-GV. A equipe é composta por um professor coordenador, Flávio de Jesus Camilo, um professor colaborador, Rodrigo Pereira da Silva, um bolsista e voluntários. As atividades seguem os princípios da Educação Física Adaptada, conforme a Resolução nº 03/87 do Conselho Federal de Educação. A metodologia inclui quatro etapas: (1) sensibilização e introdução à modalidade, por meio de vídeos e orientações sobre regras e fundamentos da bocha paralímpica; (2) avaliação inicial, com coleta de dados antropométricos, motores e funcionais dos participantes; (3) execução das atividades, com treinamentos técnicos e táticos, além de exercícios lúdicos para estimular autonomia e integração social; e (4) avaliação contínua, com acompanhamento do desempenho nas AVDs e indicadores de saúde física e psicológica. **Resultados:** Os participantes relataram melhora na coordenação motora, equilíbrio postural, controle do estresse e motivação para a prática regular de atividades físicas. Observou-se também aumento na socialização entre os integrantes e fortalecimento da autoestima. Do ponto de vista acadêmico, o projeto contribui para a formação prática dos discentes, permitindo a aplicação de conteúdos teóricos das disciplinas de Cinesiologia, Biomecânica e Medidas e Avaliação. A participação em eventos locais tende a ampliar o engajamento da comunidade e a visibilidade da bocha paralímpica como modalidade inclusiva. **Conclusão:** A experiência relatada demonstra o potencial da extensão universitária na promoção da saúde, inclusão social e cidadania de pessoas com deficiência física. Além de proporcionar benefícios físicos e psicológicos aos participantes, a iniciativa reafirma o compromisso social da universidade e evidenciou o esporte adaptado como ferramenta eficaz para o desenvolvimento humano e comunitário. Recomenda-se a continuidade e expansão do projeto, estimulando a criação de novas ações interdisciplinares voltadas à acessibilidade e à qualidade de vida.

---

1 Discente do Departamento de Educação Física, Universidade Federal de Juiz de Fora, Campus Governador Valadares.

2 Docente do Departamento de Educação Física, Universidade Federal de Juiz de Fora, Campus Governador Valadares.

**Palavras-chave:** Bocha paralímpica; Inclusão social; Atividade física adaptada; Extensão universitária; Pessoas com deficiência.

**Categoria:** Estágios e Atividades Curriculares de Extensão (ACE)

## **ESTÁGIO SUPERVISIONADO EM FUTEBOL: EXPERIÊNCIAS E APRENDIZADOS NO COOPEVALE FUTEBOL CLUBE**

**Autores:** Silvana Nogueira Lahr<sup>1</sup>; Júnior César da Silva<sup>1</sup>.

**Palavras-chaves:** Formação Acadêmica; Processo Ensino-Aprendizagem; Desempenho Esportivo.

**Introdução:** O estágio supervisionado constitui etapa essencial na formação do profissional de Educação Física, por integrar teoria e prática e favorecer o desenvolvimento de competências técnicas, éticas e humanas. Inserido na área de Iniciação Esportiva em Futebol, o Estágio Supervisionado realizado no Clube Coopevale, instituição que presta serviços à comunidade do município de Governador Valadares há 56 anos, possibilitou observar e intervir em um ambiente de prática corporal com crianças e adolescentes, compreendendo os impactos da atividade física em seu desenvolvimento biopsicossocial. **Objetivo:** Relatar as experiências vividas e a aprendizagem adquiridas durante o Estágio Supervisionado, realizado na área de Iniciação Esportiva em Futebol, destacando as principais atividades desenvolvidas e sua relevância para minha formação profissional. **Metodologia:** o Estágio foi realizado no local denominado no Coopevale Esporte Clube, o público era composto por crianças e adolescentes de 4 a 14 anos, as atividades compreenderam: observação, participação e intervenção em avaliações e aulas de iniciação ao Futebol. Os instrumentos utilizados foram Anamnese e avaliação antropométrica, com o objetivo de identificar o perfil físico, social e de saúde dos participantes. As intervenções foram estruturadas a partir de atividades adaptadas, lúdicas e inclusivas, mediadas pela prática do futebol, visando à promoção da saúde, ao desenvolvimento da coordenação motora e ao estímulo da socialização. **Resultados:** Observou-se que a prática regular de atividades físicas contribuiu para melhorar a competência motora dos participantes das atividades, além de promover o convívio social. A convivência em grupo favoreceu valores como respeito, cooperação e disciplina, além de estimular hábitos saudáveis. O principal desafio observado foi a heterogeneidade dos grupos por turma, exigindo adaptações metodológicas e criatividade pedagógica. A atuação no campo prático reforçou a importância da escuta ativa, da comunicação clara e da atenção às individualidades, aspectos fundamentais ao profissional que atua com promoção da saúde. **Conclusão:** o estágio supervisionado possibilitou vivências significativas na área de Iniciação Esportiva em Futebol, permitindo a aplicação de vários conhecimentos adquiridos ao longo de minha formação acadêmica. A atuação no Coopevale Futebol Clube me possibilitou proximidade com crianças e adolescentes de diferentes faixas etárias, bem como a compreensão de dificuldades e potencialidades no contexto da iniciação esportiva. Embora não avaliadas, minha percepção pessoal foi de que as atividades mediadas por essa prática mostraram-se eficazes na promoção do bem-estar, no fortalecimento das relações sociais e no estímulo a vivências motoras diversificadas. A experiência consolidou a compreensão de que a prática esportiva, quando orientada de forma lúdica e inclusiva, contribui de maneira expressiva para o desenvolvimento integral do ser humano. Além disso, reforçou a relevância da atuação do profissional de Educação Física como agente de saúde, capaz de promover e orientar a prática esportiva de maneira educativa, inclusiva e prazerosa.

<sup>1</sup> Departamento de Educação Física – Universidade Federal de Juiz de Fora – Campus Governador Valadares.

**Categoria:** Estágios e Atividades Curriculares de Extensão (ACE)

## **INTERVENÇÃO PSICOMOTORA EM CRIANÇA COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA: RELATO DE EXPERIÊNCIA EM UMA AÇÃO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA**

Samara Elisa Rodrigues Vieira<sup>1</sup>, Mariana Teixeira Pimentel<sup>1</sup>, Rafael José Gonçalves de Assis<sup>1</sup>, Simara Regina de Oliveira Ribeiro<sup>2</sup>

**Introdução:** O relato de caso foi desenvolvido na disciplina *Prescrição de Atividades Físicas e Esportivas para Pessoas com Deficiência* da UFJF-GV, como parte de uma ação de extensão supervisionada pela Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Simara Regina de Oliveira Ribeiro. O estudo aborda o caso de uma criança do sexo masculino de 6 anos, com TEA nível 3 e deficiência intelectual leve. A intervenção buscou promover estímulos motores e estratégias de ambientação adequadas ao seu perfil. Observou-se dificuldades de comunicação e atenção, mas também avanços na afetividade e exploração do ambiente. A experiência fortaleceu a formação dos discentes e a prática inclusiva na Educação Física. **Objetivo:** O objetivo deste relato de experiência é descrever o processo de intervenção motora com uma criança com TEA nível 3, destacando estratégias adaptativas utilizadas e os resultados observados. Busca-se refletir sobre a importância da prática inclusiva na prescrição de atividades físicas para pessoas com deficiência. **Método:** O método envolveu avaliações antropométricas, motoras e posturais, além da implementação de seis sessões de atividades físicas adaptadas em diferentes ambientes (areia, grama, quadra e piscina), com acompanhamento e apoio familiar. **Resultados:** Os resultados apontaram melhora na tolerância às atividades, ganhos na interação social, aumento da massa muscular em membros inferiores e maior aceitação de estímulos sensoriais e motores, apesar das dificuldades comunicativas persistirem. **Conclusão:** Conclui-se que as intervenções psicomotoras adaptadas, aliadas ao suporte familiar e à diversidade ambiental, foram eficazes para o engajamento e o desenvolvimento global da criança, evidenciando o potencial da prática extensionista na formação acadêmica e na inclusão social.

**Palavras-chave:** Transtorno do Espectro Autista; Psicomotricidade; Atividade Física Adaptada; Extensão Universitária; Inclusão Social.

---

1 Discente do Departamento de Educação Física, Universidade Federal de Juiz de Fora, Campus Governador Valadares.

2 Docente do Departamento de Educação Física, Universidade Federal de Juiz de Fora, Campus Governador Valadares.

**Categoria:** Atividades Curriculares de Extensão (ACE)

## **PRESCRIÇÃO DE ATIVIDADE FÍSICA E ESPORTIVA PARA CRIANÇAS COM TRISSOMIA DO 21 (SÍNDROME DE DOWN)**

Geovanna Souza Lima Ferraz<sup>1</sup>, Leone José de Souza Moreira<sup>2</sup>, Jackson Felipe Copertino Araújo<sup>3</sup>, Simara Regina de Oliveira Ribeiro<sup>4</sup>

### **RESUMO**

**Introdução :** A disciplina de Prescrição de Atividade Física e Esportiva para Pessoas com Deficiência do curso de Educação Física da UFJF-GV visa capacitar acadêmicos do curso de Bacharelado em Educação Física a elaborar programas de exercícios adaptados, considerando particularidades e necessidades de cada indivíduo. A experiência prática relatada integrou o componente curricular, envolvendo o atendimento a uma criança com Trissomia do 21 (Síndrome de Down), com o propósito de promover o seu desenvolvimento motor e funcional. **Objetivo :** desenvolver e aplicar um programa individualizado de atividade física adaptada para a criança em questão, estimulando autonomia, socialização e participação em atividades lúdicas e esportivas, em um ambiente instigante e seguro. **Métodos:** O processo foi estruturado em quatro etapas: anamnese, ambientação, testes e treinamento. Na anamnese foram coletadas informações sobre histórico de saúde, rotina, preferências motoras e contexto familiar. A ambientação teve como foco a criação de vínculo, e a promoção de familiarização com o espaço e materiais. Em seguida, foram aplicados os testes PROESP (Projeto Esporte Brasil) e TGMD -3 (Test of Gross Motor Development - Third Edition), para avaliar coordenação, equilíbrio, agilidade e habilidades motoras fundamentais. Com base nos resultados, elaborou-se uma prescrição de exercícios adaptados, combinando atividades lúdicas e tarefas que estimulassem a motricidade fina e grossa, resistência, flexibilidade e controle postural. O treinamento foi conduzido em sessões progressivas, com ajustes contínuos de intensidade e complexidade conforme a resposta da criança, priorizando segurança, motivação e execução correta dos movimentos. **Resultados:** Observou-se evolução positiva na coordenação motora, no equilíbrio e na força funcional, além de maior engajamento e autonomia durante as atividades. Além disso, a experiência contribuiu significativamente para o desenvolvimento de competências práticas dos acadêmicos, como observação, adaptação e prescrição de exercícios, fortalecendo sua formação ética, técnica e pedagógica. **Conclusão :** A vivência demonstrando o potencial da Educação Física inclusiva na promoção da saúde, da aprendizagem motora e da participação social de pessoas com deficiência. A experiência reforça a importância da prescrição individualizada e interdisciplinar, pautada na sensibilidade pedagógica e no respeito às singularidades de cada indivíduo.

**Palavras-chave:** Atividade física adaptada; Trissomia do 21; Inclusão

**Agradecimento:** Disciplina de Prescrição de Atividade Física e Esportiva para Pessoas com Deficiência – UFJF-GV, pelo suporte e orientação.

<sup>1</sup> Departamento de Educação Física – Universidade Federal de Juiz de Fora – Campus Governador Valadares.

Endereço para correspondência: geovannasferraz@gmail.com

**Categoria:** Atividade Curricular de Extensão (ACE)

## **PROJETO SEMENTES - CULTIVANDO VALORES SUSTENTÁVEIS POR MEIO DA EXPRESSÃO RÍTMICA E CORPORAL: RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Ester Guimarães da Silva<sup>1</sup>, Rafael José Gonçalves de Assis<sup>2</sup>, Rubian Diego Andrade<sup>3</sup>, Raquel de Magalhães Borges<sup>4</sup>

### **RESUMO**

**Introdução:** A Atividade Curricular de Extensão (ACE) constitui um componente fundamental da formação acadêmica, ao integrar teoria e prática em vínculo com a comunidade. Quando articulada à educação infantil e ambiental, essa proposta amplia possibilidades pedagógicas, promovendo experiências que estimulam o cuidado, o respeito e a responsabilidade com o meio ambiente. Tais vivências favorecem um aprendizado significativo, a assimilação de valores sustentáveis e o desenvolvimento socioemocional das crianças desde a primeira infância, contribuindo para a formação de sujeitos mais conscientes e sensíveis às questões socioambientais. **Objetivo:** Descrever a experiência vivenciada no Projeto *Sementes: Cultivando Valores Sustentáveis por meio da Expressão Rítmica e Corporal*, desenvolvido como ACE nas disciplinas Expressão Rítmica e Corporal, e Saberes Tradicionais, Práticas Corporais e Sustentabilidade, vinculadas ao curso de Bacharelado em Educação Física da UFJF-GV. **Métodos:** Relato de experiência baseado no planejamento, organização, execução e avaliação de uma atividade cênica, desenvolvida a partir da integração entre música, movimento e ludicidade. A intervenção ocorreu no dia 8 de julho de 2025, na Creche Teresa de Calcutá, localizada na região central do município de Governador Valadares - MG, com a participação de crianças de 3 a 4 anos matriculadas na instituição. A atividade teve como foco estimular a expressão corporal, a imaginação e a sensibilização ambiental por meio da vivência teatral e das interações lúdicas. **Resultados:** Durante a atividade, observou-se o engajamento ativo das crianças, que demonstraram entusiasmo e espontaneidade ao participar de forma colaborativa e interativa com os personagens. A utilização de elementos teatrais e expressivos favoreceu a expressão de emoções e compreensão de conceitos relacionados à sustentabilidade. **Conclusão:** A experiência relatada evidenciou o potencial das práticas corporais expressivas como recurso pedagógico para a promoção da educação ambiental e o desenvolvimento integral da criança. A participação ativa das crianças durante a apresentação demonstrou que abordagens interdisciplinares favorecem tanto a assimilação de conteúdos quanto a formação de valores e atitudes sustentáveis desde a primeira infância. Ademais, a experiência contribuiu para a formação integral dos acadêmicos envolvidos, articulando saberes teóricos e práticos, sensibilidade pedagógica e criatividade, reafirmando o compromisso social da Educação Física com a formação humana e cidadã.

**Palavras-chave:** Educação Ambiental, Prática Corporal, Sustentabilidade

**Agradecimento:** À Creche Teresa de Calcutá.

<sup>1</sup> Discente do Departamento de Educação Física, Universidade Federal de Juiz de Fora, Campus Governador Valadares. Grupo de Ensino, Pesquisa e Extensão em Lazer, Aventura e Sustentabilidade - GEPELAWS.

<sup>2</sup> Docente do Departamento de Educação Física, Universidade Federal de Juiz de Fora, Campus Governador Valadares. Grupo de Ensino, Pesquisa e Extensão em Lazer, Aventura e Sustentabilidade - GEPELAWS.

**Endereço para correspondência:** Avenida Dr. Raimundo Monteiro de Rezende, 330 – sala A-301 - Centro, Governador Valadares-MG. CEP 35010-177

## **Categoria: Estágios e Atividades Curriculares de Extensão (ACE)**

### **VIVÊNCIAS NO PROJETO KINDER FUNCIONAL: APRENDIZADOS HUMANOS E PROFISSIONAIS NO CONTEXTO DA INFÂNCIA ATÍPICA**

Ricardo Dutra Garcia , Marco Junio Alves Oliveira , Gabriel Ribeiro Versiani , Simara Regina de Oliveira Ribeiro

**Introdução:** O presente trabalho tem como objetivo relatar a experiência vivenciada no Projeto Kinder Funcional , iniciativa de extensão da Universidade Federal de Juiz de Fora – Campus Governador Valadares (UFJF-GV), que atua com crianças com neurodesenvolvimento atípico, promovendo o desenvolvimento físico, motor, emocional e social por meio de atividades adaptadas. **Objetivo:** Apresentar a experiência vivida com crianças com neurodesenvolvimento atípico, visando estimular suas habilidades físicas, motoras, emocionais e sociais ao mesmo tempo em que contribui para a formação de profissionais mais humanos, conscientes e preparados para atuar em contextos inclusivos. **Métodos:** Trata-se do desenvolvimento de crianças atípicas com Transtorno do Neurodesenvolvimento (TN) participando de intervenções que ocorrem duas vezes por semana com atividades físicas adaptadas voltadas ao desenvolvimento motor, emocional e social. **Resultados:** Ao longo das intervenções, foi possível compreender que o desenvolvimento infantil não segue um único caminho ou ritmo. Cada criança apresenta formas singulares de se expressar, interagir e aprender, exigindo do educador: sensibilidade, empatia e escuta ativa para identificar suas necessidades e potencialidades. Momentos de crise ou de resistência exigem mais do que domínio técnico; pedem compreensão e acolhimento. Em contrapartida, cada gesto de confiança, cada sorriso e cada pequeno avanço representam conquistas expressivas, que reafirmam o sentido do trabalho desenvolvido. Um episódio marcante ocorreu durante a necessidade de intervir em uma situação com uma das crianças, que, por coincidência, era filho da coordenadora do projeto. A presença atenta e o reconhecimento profissional da docente após o episódio evidenciaram a importância de uma postura pedagógica equilibrada entre firmeza e empatia, marcando um momento de amadurecimento pessoal e profissional do relator. **Conclusão:** Essa experiência no Projeto Kinder contribuiu para o fortalecimento das competências técnicas e emocionais necessárias à atuação na Educação Física inclusiva. Mais do que ensinar ou acompanhar, participar desse projeto significou crescer junto às crianças, reconhecendo que ser diferente não é uma limitação, mas uma potência que expressa a diversidade humana em sua forma mais genuína.

**Palavras-chave:** Extensão Universitária; Educação Física; Infância Atípica; Inclusão; Formação Profissional.

**Agradecimento:** À UFJF-GV, ao Departamento de Educação Física e à professora **Simaria**, pelo apoio, orientação e incentivo ao longo do processo formativo.

<sup>1</sup> Discente da UFJF-GV, Curso de Educação Física. <sup>2</sup> Discentes da UFJF-GV, Curso de Fisioterapia. <sup>3</sup> Docente do Departamento de Educação Física da UFJF-GV.

**VIVÊNCIAS NO PROJETO KINDER FUNCIONAL: RELATO DE EXPERIÊNCIA COM UMA CRIANÇA COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA**

Simara Regina de Oliveira Ribeiro<sup>3</sup>

**Introdução :** Crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA) frequentemente apresentam desafios motores, sociais e comunicacionais. O *Projeto Kinder Funcional*, da UFJF – Campus Governador Valadares, busca promover inclusão e desenvolvimento integral por meio de atividades físicas lúdicas e adaptadas. **Objetivo :** Relatar a experiência de acompanhamento de uma criança com TEA, não verbal, no *Projeto Kinder Funcional*, destacando os desafios enfrentados, as estratégias adotadas e os avanços observados no processo de interação e desenvolvimento global. **Métodos :** Trata-se de um relato de experiência vivenciado durante a atuação como extensionista no *Projeto Kinder*. O acompanhamento foi realizado com José, uma criança de quatro anos diagnosticada com TEA, não verbal. As intervenções envolveram atividades físicas adaptadas, com estímulos motores, sensoriais e lúdicos. A observação participante e o diário de campo foram utilizados para registrar os progressos. **Resultados :** Nos primeiros encontros, observaram-se dificuldades relacionadas à atenção compartilhada, ao contato visual e à aceitação das propostas. Contudo, à medida que o vínculo afetivo foi se fortalecendo e as atividades foram adaptadas ao ritmo e às preferências da criança, importantes avanços tornaram-se perceptíveis, tais como: Maior tempo de permanência nas atividades; Ampliação do contato visual com os instrutores; Demonstração espontânea de interesse por materiais sensoriais; Emissão de sons e tentativas iniciais de verbalização. Esses resultados evidenciam progressos significativos nos aspectos motores, sociais e comunicacionais, reforçando o potencial transformador das práticas corporais inclusivas quando mediadas com intencionalidade, paciência e sensibilidade. **Conclusão :** A experiência possibilitou evolução significativa na criança acompanhada e proporcionou amadurecimento pessoal e profissional aos extensionistas. Reafirma-se o papel da Educação Física como instrumento de inclusão e cuidado no contexto do TEA. **Palavras-chave :** Educação Física; Inclusão; Transtorno do Espectro Autista; Desenvolvimento Infantil; Extensão Universitária.

**Agradecimento:** À UFJF-GV, ao Departamento de Educação Física e à professora **Simaria**, pelo apoio, orientação e incentivo ao longo do processo formativo.

---

<sup>1</sup>Discente da Universidade Federal de Juiz de Fora – Campus Governador Valadares, Curso de Educação Física. <sup>2</sup> Discentes da Universidade Federal de Juiz de Fora – Campus Governador Valadares, Curso de Medicina. <sup>3</sup> Docente Orientadora – UFJF-GV.

**Categoria:** Estágios e Atividades Curriculares de Extensão (ACE)

## **CONHECIMENTO SOBRE O SER NA RODA COMO BASE PARA A FORMAÇÃO DE FOCALIZADORES**

Milena Leite Garcia Reis<sup>1</sup>; Letícia Rodrigues Santos<sup>1</sup>; Raquel de Magalhães Borges<sup>1</sup>

### **RESUMO**

**Introdução:** Às Danças Circulares Sagradas constituem práticas corporais e simbólicas que articulam movimento, música e espiritualidade. Em Governador Valadares, essa prática é desenvolvida pelo projeto de extensão “Dança Circular: Saúde e Lazer em Comunidade 2025”, da Universidade Federal de Juiz de Fora – Campus Governador Valadares, o qual atua tanto no atendimento ao público externo quanto na formação acadêmica dos estudantes, proporcionando vivências que promovem integração social, autoconhecimento e participação comunitária. **Objetivo:** Identificar, a partir de uma revisão de literatura sobre Danças Circulares Sagradas, o significado do ser na roda e suas contribuições para a formação de focalizadores.

**Métodos:** Trata-se de uma revisão de literatura exploratória, baseada em leituras indicadas pela docente supervisora do estágio no projeto de extensão Dança Circular. As obras abordam fundamentos teóricos, simbólicos e filosóficos das Danças Circulares Sagradas (DCS), permitindo refletir sobre o significado do ‘ser na roda’ e suas implicações na formação de focalizadores.

**Resultados:** A dança configura-se como um próprio modo de vida, no qual além de expressão através do movimento, é também uma forma de perceber o mundo e o outro, e de se relacionar com questões intrínsecas à vida, como emoções, a natureza e o divino. A dança enquanto prática comunitária, passada de geração em geração, religa o dançarino às suas origens, ao mesmo tempo que dá possibilidade para novos jeitos de ser. Além dessa conexão do dançarino com ele mesmo, a dança o conecta a outras pessoas e ao mundo a sua volta, de forma a transcender o cotidiano, sendo então uma prática de meditação. De forma semelhante, as DCS vêm do tempo em que dançar era sobrevivência, celebração e reafirmação da vida. Hoje em dia, na roda, temos o mundo sendo passado de mão em mão, onde cada ponto na periferia do círculo é ao mesmo tempo um ponto de retorno, gerando comunhão e transcendência. As DCS são uma forma de oração em movimento, quando o homem comunga com a essência, já que a expressão corporal revela as rezas interiores do indivíduo. Tendo como base a vida de Bernhard Wosien, bailarino que dedicou sua trajetória à pesquisa e à difusão das danças dos povos, compreende-se que o aprendizado na condução de uma roda se dá sobretudo pela experiência sensível e pela abertura à vivência coletiva. Reafirmando a importância do saber incorporado e da aprendizagem pela experiência, o ato de conduzir uma roda de DCS configura-se como um processo contínuo de dançar, aprender e ensinar, no qual o conhecimento emerge do movimento, do encontro e da escuta entre os participantes. Esse processo revela o significado do ser na roda como experiência de presença, partilha e integração, aspectos que se constituem como o caminho para a formação do focalizador.

**Conclusão:** A revisão evidenciou que as Danças Circulares Sagradas configuram-se como prática transcendental e meditativa. O ‘ser na roda’ expressa conexão com o passado, presença e abertura ao novo. Compreende-se que a formação do focalizador sensibilidade e integração.

**Palavras-chave:** Dança, Saúde Mental, Lazer.

**Agradecimento:** Projeto de Extensão Dança Circular: Saúde e Lazer em Comunidade 2025, da Universidade Federal de Juiz de Fora – Campus Governador Valadares.

<sup>1</sup> Departamento de Educação Física – Universidade Federal de Juiz de Fora – Campus Governador Valadares.

**Endereço para correspondência:** milena.leite@estudante.ufjf.br



## **Categoria: Projetos de Iniciação Científica e Extensão**

### **KINDER - EDUCAÇÃO NEUROMOTORA: UMA PROPOSTA INTERDISCIPLINAR DE PROMOÇÃO DO DESENVOLVIMENTO INFANTIL**

Gabriel Ribeiro Versiani<sup>1</sup>; Isaac Pádua Muner<sup>2</sup>; Paloma Estevão Fideles<sup>2</sup>; Maria Luísa de Moura Sousa<sup>2</sup>; Simara Regina de Oliveira Ribeiro<sup>1</sup>

#### **RESUMO**

**Introdução:** O Programa Kinder – Educação Neuromotora, da Universidade Federal de Juiz de Fora – Campus Governador Valadares (UFJF -GV), foi criado com o propósito de promover o desenvolvimento motor, cognitivo e social de crianças e adolescentes típicos e atípicos, incluindo aqueles com Transtorno do Espectro Autista (TEA), Transtornos de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) e Trissomia do 21 (Síndrome de Down). O programa surgiu diante da carência de acesso a intervenções integradas e contínuas por parte das famílias, propondo uma abordagem unificada, inclusiva e interdisciplinar, que também fortalece o suporte familiar e aprimora a formação prática dos estudantes da área da saúde.

**Objetivo:** Promover o desenvolvimento físico, motor, cognitivo e social de crianças e adolescentes, oferecendo apoio às famílias e integrando ensino, pesquisa e extensão, com avaliações e intervenções personalizadas, capacitação de responsáveis e práticas baseadas em evidências, contribuindo para a formação científica e humanizada dos estudantes da UFJF -GV. **Métodos:** O Programa reúne seis projetos interligados, o Kinder Avaliação Neuromotora, Kinder Funcional, Rede de Apoio ao Neurodesenvolvimento, Projeto TEA – UFJF -GV, Iniciação à Ginástica: Saúde e Qualidade de Vida para a Família e Orientação Parental. As ações envolvem avaliação, intervenção e acompanhamento do neurodesenvolvimento por meio de atividades motoras, exercícios adaptados e orientações às famílias, com metodologia interdisciplinar que integra professores e estudantes, além de gerar dados para pesquisas científicas.

**Resultados:** Desde sua implantação, o programa tem beneficiado crianças e adolescentes de Governador Valadares, promovendo avanços em coordenação, equilíbrio, força, socialização e autonomia. As famílias relatam maior engajamento das crianças nas atividades, além de melhora na comunicação e interações sociais. Para os estudantes extensionistas, a participação fortalece a formação prática, ética e interdisciplinar, proporcionando vivências em atenção integral à saúde infantil. O Kinder também integra pesquisa e extensão, gerando dados para novas estratégias de intervenção e políticas públicas voltadas ao desenvolvimento infantil.

**Conclusão:** O Programa Kinder representa uma ação transformadora que integra desenvolvimento motor e cognitivo, apoio familiar e formação profissional. Com abordagem interdisciplinar e inclusiva, promove bem-estar, autonomia e inclusão, reafirmando o papel transformador da universidade.

**Palavras-chave:** Desenvolvimento Infantil, Transtornos do Neurodesenvolvimento, Extensão Comunitária.

<sup>1</sup> Departamento de Educação Física – Universidade Federal de Juiz de Fora – Campus Governador Valadares. <sup>2</sup> Departamento de Medicina – Universidade Federal de Juiz de Fora – Campus Governador Valadares.

**Endereço para correspondência**  
programakinder25@gmail.com

**CATEGORIA:** Projeto de Extensão

## **KINDER AVALIAÇÃO NEUROMOTORA**

Jackson Felipe Copertino Araújo<sup>1</sup>, Mariana Lídia Rodrigues Teixeira<sup>2</sup>, Simara Regina de Oliveira Ribeiro<sup>3</sup>

### **RESUMO**

**Introdução :** O projeto “Kinder Avaliação Neuromotora ” é uma continuidade da iniciativa “Kinder Educação Neuromotora”, aprovada no edital PIBEX e implementada em 2023. A proposta surge como resposta à escassez de serviços especializados em avaliação e acompanhamento físico-motor de crianças com Transtornos do Neurodesenvolvimento (TN) em Governador Valadares. Em sua nova edição, o projeto amplia seu escopo de atuação e consolida uma abordagem interdisciplinar entre os cursos de Educação Física, Fisioterapia e Medicina da UFJF-GV, articulando ensino, pesquisa e extensão. **Objetivo:** Realizar avaliações físico-motoras de crianças entre 2 e 16 anos com diagnóstico ou suspeita de TN, oferecendo relatórios individualizados e prescrições de atividades físicas e exercícios baseados em evidências. As recomendações são personalizadas conforme o perfil motor, cognitivo e socioeconômico de cada participante, favorecendo o desenvolvimento e a autonomia. O projeto também orienta pais e responsáveis sobre estratégias de estímulo motor em casa e em espaços comunitários, fortalecendo o envolvimento familiar. **Métodos:** Compreendem três fases: capacitação da equipe, com formação teórico-prática sobre protocolos de avaliação; execução das avaliações e reavaliações periódicas, utilizando testes físicos e motores padronizados; e consolidação, com expansão do atendimento e divulgação dos resultados. **Resultados :** Os principais indicadores de impacto são a evolução do desempenho motor, adesão às orientações domiciliares, satisfação familiar e desenvolvimento de competências profissionais nos discentes. Desde sua implementação, o projeto já avaliou dezenas de crianças e adolescentes, muitas em situação de vulnerabilidade social. Os resultados demonstram avanços na identificação precoce de dificuldades motoras, apoio a diagnósticos clínicos e fortalecimento das práticas inclusivas e interdisciplinares. Para os acadêmicos, a experiência proporciona o desenvolvimento de habilidades técnicas, empatia e sensibilidade no atendimento a públicos com necessidades específicas. **Conclusão :** O Kinder Avaliação Neuromotora reafirma o compromisso da UFJF-GV com a promoção da saúde, inclusão e desenvolvimento humano, fortalecendo o vínculo universidade-comunidade. Ao integrar ciência, cuidado e responsabilidade social, o projeto se consolida como uma ação de extensão inovadora e transformadora, com impacto direto na formação dos estudantes e na qualidade de vida das crianças atendidas.

**Palavras-chave:** Desenvolvimento motor; Transtornos do neurodesenvolvimento; Inclusão.

**Agradecimento:** Projeto de Extensão “Kinder – Educação Neuromotora” e Universidade Federal de Juiz de Fora – Campus Governador Valadares.

<sup>1</sup> Departamento de Educação Física – Universidade Federal de Juiz de Fora – Campus Governador Valadares.

**Endereço para correspondência:** jacksonfelipearaujo@gmail.com

**Categoria:** Projeto de iniciação científica e extensão

## **KINDER FUNCIONAL: PROMOÇÃO DO DESENVOLVIMENTO INFANTIL POR MEIO DE ATIVIDADES FÍSICAS ADAPTADAS**

Mariana Lídia Rodrigues Teixeira<sup>1</sup>; João Victor Macedo Silva Anjos<sup>1</sup>; João Victor Magalhães Falcão<sup>1</sup>; Bruna Caroline Roncalli Barros Coelho<sup>2</sup>; Guilherme Furtunato Martins Silva<sup>2</sup>; Livia Alves Ribeiro Gariglio<sup>2</sup>; Maria Fernanda Soares de Carvalho<sup>2</sup>; Simara Regina de Oliveira Ribeiro<sup>3</sup>

### **RESUMO**

**Introdução:** O projeto Kinder Funcional integra o Programa Kinder – Educação Neuromotora da Universidade Federal de Juiz de Fora – Campus Governador Valadares (UFJF-GV) com o propósito de promover o desenvolvimento físico, motor, social e emocional de crianças e adolescentes com Transtornos do Neurodesenvolvimento (TN). A iniciativa surgiu da necessidade de ampliar o acesso a práticas corporais adaptadas e inclusivas no município de Governador Valadares (MG), região marcada por vulnerabilidades sociais e limitada oferta de serviços voltados ao público infantojuvenil com TN. **Objetivo:** Promover o desenvolvimento integral de crianças e adolescentes com TN por meio de atividades físicas adaptadas e lúdicas, contribuindo para o aprimoramento das capacidades físicas e motoras, inclusão social, autonomia e qualidade de vida. **Métodos:** O projeto é desenvolvido no Sindicato dos Servidores Municipais de Governador Valadares (SINSEM) e atende crianças de 4 a 16 anos, com diagnóstico ou suspeita de TN, priorizando aquelas cujas famílias estão vinculadas a programas de assistência governamental. As atividades são organizadas em turmas conforme o nível de suporte necessário, limitadas a 15 participantes. As aulas ocorrem duas vezes por semana (segundas e quartas-feiras) e são conduzidas por bolsistas e voluntários dos cursos de Educação Física e Fisioterapia da UFJF -GV, sob supervisão docente. As práticas envolvem exercícios de coordenação, equilíbrio, força e resistência, além de jogos e dinâmicas lúdicas. A avaliação dos participantes é realizada em parceria com o projeto Kinder – Avaliação Neuromotora, o que permite um monitoramento contínuo da evolução das crianças. **Resultados:** Desde sua implantação, o projeto tem demonstrado melhorias significativas nas habilidades motoras fundamentais, no equilíbrio postural, na coordenação motora global e na interação social das crianças atendidas. Os familiares relatam avanços na autonomia, comunicação e engajamento nas atividades cotidianas. Para os estudantes extensionistas, o Kinder Funcional representa um espaço de aprendizado interdisciplinar e humanizado, que fortalece a formação prática, ética e científica, além de promover o diálogo entre ensino, pesquisa e extensão. **Conclusão:** O Kinder Funcional consolida-se como uma iniciativa de impacto social e acadêmico, ao promover o desenvolvimento integral de crianças com TN e ampliar o acesso a práticas inclusivas de movimento. O projeto evidencia a importância das atividades físicas adaptadas como ferramenta de promoção da saúde, da inclusão e da qualidade de vida, reafirmando o papel da universidade pública como agente transformador da comunidade.

**Palavras-chave:** Desenvolvimento Infantil; Atividade Física Adaptada; Inclusão Social; Extensão Universitária.

---

<sup>1</sup> Discente da UFJF-GV, Curso de Educação Física. <sup>2</sup> Discentes da UFJF-GV, Curso de Fisioterapia. <sup>3</sup> Docente do Departamento de Educação Física da UFJF-GV.

**Categoria:** Projetos de Iniciação Científica e Extensão

## **LESÕES DE MEMBROS INFERIORES EM CHEERLEADERS DE POSIÇÃO FLYER: UM ESTUDO OBSERVACIONAL TRANSVERSAL**

Thamara Loren Lima<sup>1,2</sup>, Gabriela Magalhães Cortes<sup>1,2</sup>, Matheus Almeida Souza<sup>1,2</sup>, Ana Luísa Ferreira Marinho<sup>1,2</sup>, Sabrina Santos Damião<sup>1,2</sup>, Pedro Ian Barbalho Gualberto<sup>1,2</sup>, Luis Henrique Gomes Neves<sup>1,2</sup>, Danilo Reis Coimbra<sup>1,2</sup>

### **RESUMO**

**Introdução** : O *cheerleading* é um esporte em grande ascensão no Brasil, sobretudo em competições universitárias. Este esporte é considerado como de alta complexidade, envolvendo uma grande variedade de movimentações, individuais e em grupo, as movimentações específicas da prática são divididas em *stunts*, compostos por *cheerleaders* de posições base e *flyer*. Devido à alta complexidade e pouco conhecimento das equipes e atletas brasileiros sobre o *cheerleading*, esta prática pode apresentar risco de lesões, o que leva à necessidade de condução de pesquisas voltadas para este público. **Objetivo** : Analisar a prevalência de lesões em membros inferiores (MMII) em *cheerleaders* de posição *flyer*. **Métodos** : Trata-se de um estudo observacional, transversal e de abordagem mista. A coleta de dados foi realizada por meio de um questionário virtual estruturado, composto por questões voltadas à identificação dos participantes, caracterização da prática esportiva e ocorrência de lesões. Os dados quantitativos foram analisados por meio de estatística descritiva, enquanto os dados qualitativos foram submetidos à análise de conteúdo. **Resultados** : A amostra foi composta por 23 *flyers*, sendo maior parte do sexo feminino (95,65%), participantes de equipes *All Stars* (65,22%), que treinam com frequência igual ou superior a três vezes por semana (47,83%). Ao analisar as lesões autorrelatadas, 73,91% das *flyers* analisadas já sofreram pelo menos uma lesão em MMII devido a prática, somando um total de 34 lesões nesta região (uma média de 1,48 lesão/*flyer*), foram identificadas distensões dos músculos posteriores da coxa, entorses de tornozelo e tendinites. Os relatos permitem observar que grande parte dos mecanismos de lesões nesta região envolvem a realização de figuras corporais durante os *stunts*, exigindo alta flexibilidade. **Conclusão** : *Flyers* apresentam relevante prevalência de lesões em MMII, visto a variedade de atividades complexas exercidas. Ressalta-se a importância de profissionais adequados nas equipes, além da importância da condução de pesquisas que buscam conhecer e auxiliar este público.

**Palavras-chave:** atletas, lesão, *cheerleading*.

**Agradecimento:** CAPES, FAPEMIG, PPGEFI UFJF/

UFV

<sup>1</sup> Universidade Federal de Juiz de Fora. <sup>2</sup>Grupo de Investigação em Psicologia do Esporte e do Exercício.

**Endereço para correspondência:** malmeida\_1812@hotmail.com

**Categoria:** Projetos de Iniciação Científica e Extensão

## **MARKETING DIGITAL E A GESTÃO DE INFORMAÇÃO DE ACADEMIAS INFANTIS: UMA ANÁLISE A PARTIR DO INSTAGRAM**

Jon Reliston Pereira Santos<sup>1</sup>; Arthur Alves de Oliveira<sup>1</sup>; Rafael José Gonçalves de Assis<sup>1</sup>;  
Rubian Diego Andrade<sup>1</sup>

### **RESUMO**

**Introdução :** Plataformas digitais, como o Instagram, oferecem meios estratégicos de comunicação, engajamento e promoção de serviços, permitindo maior interação e personalização de experiências. Neste contexto, as academias infantis surgem como espaços voltados ao desenvolvimento motor, social e emocional de crianças, associando atividades físicas e recreativas, alinhadas às diretrizes do Guia de Atividade Física para a População Brasileira. No entanto, há escassez de estudos que relacionem marketing digital, gestão da informação e o lazer infantil. **Objetivo:** Analisar as estratégias de marketing digital e de gestão da informação utilizadas por academias infantis no Instagram, identificando padrões de comunicação, transparência profissional e potencial de engajamento. **Métodos:** Trata-se de um estudo quali-quantitativo. A coleta dos dados foi realizada manualmente por dois avaliadores, com validação de um terceiro. Foram extraídas informações da bio, localização, certificação profissional, estrutura, metodologias e métricas de engajamento. Foram incluídos perfis com: perfis abertos; pelo menos uma publicação no feed; língua portuguesa; mínimo de 50 seguidores. Foram excluídos perfis de lojas, pessoas físicas e duplicados. A qualidade do marketing digital foi avaliada com instrumento validado por Souza (2023), e os dados analisados no SPSS 20.0 com teste U de Mann-Whitney ( $p < 0,05$ ). **Resultados:** Analisou-se 58 perfis. Verificou-se predominância de perfis na região Sudeste (39%), baixa divulgação do registro profissional do CREF (5,2%) e descrição limitada de metodologias (50%). Apenas 12,1% informaram estrutura física e 5,2% mencionaram recursos materiais. A análise com base no ECA (arts. 70–75) indica que a ausência de informações essenciais representa descumprimento de deveres legais de transparência e proteção à criança. Perfis com maior pontuação no instrumento apresentaram mais seguidores ( $8.442,7 \pm 3.620,8$ ), mais publicações ( $900,7 \pm 461,5$ ) e maior uso de destaques, enquanto perfis com baixa qualidade apresentaram estratégias ineficientes, como follow-back intensivo e baixa clareza informacional. **Conclusão:** O marketing digital pode ser uma ferramenta estratégica para ampliar a visibilidade e credibilidade de academias infantis, desde que utilizado com clareza metodológica e alinhamento às normas legais e éticas, especialmente às previstas no ECA e no CONFEF. A qualidade da gestão da informação está diretamente relacionada ao engajamento e alcance dos perfis, indicando a necessidade de profissionalização da comunicação digital no setor.

**Palavras-chave:** Saúde da Criança, Atividades de Lazer, Educação Física.

**Agradecimento:** PRORP-UFJF - Bolsa de Iniciação Científica - Ações Afirmativas

---

<sup>1</sup> Departamento de Educação Física – Universidade Federal de Juiz de Fora – Campus Governador Valadares. Grupo de Ensino, Pesquisa e Extensão em Lazer, Aventura e Sustentabilidade - GEPELAWS

**Endereço para correspondência:** Avenida Dr. Raimundo Monteiro de Rezende, 330 – sala A-301 - Centro, Governador Valadares-MG. CEP 35010-177

**Categoria:** Projeto de Iniciação Científica

## **O LAZER NA AMÉRICA LATINA: UMA ANÁLISE SOB A PERSPECTIVA DO CHAT GPT**

Leone José de Souza Moreira<sup>1</sup>; Rafael José Gonçalves de Assis<sup>1</sup>; Rubian Diego Andrade<sup>1</sup>

### **RESUMO**

**Introdução :** Concebido tanto como prática livre e desinteressada quanto como dimensão cultural e necessidade humana, o lazer apresenta múltiplas abordagens teóricas e metodológicas. Na América Latina, a produção científica sobre o tema tornou-se interdisciplinar, englobando Educação Física, Psicologia e Epidemiologia, e explorando suas relações com saúde, motivação e acessibilidade. A pandemia de Covid-19 potencializada por avanços tecnológicos como a inteligência artificial. Nesse contexto, surgem questões sobre a disseminação e confiabilidade da informação gerada por ferramentas como o Chat GPT. **Objetivo :** Compreender os significados, os contextos e as construções simbólicas relacionadas ao Lazer em diferentes países latino-americanos, a partir das respostas geradas pelo *chatbot*. **Métodos :** A coleta de dados foi realizada entre 9 e 21 de junho de 2024, por meio da interação com o Chat GPT, aplicada por pesquisadores colaboradores em 16 países latino-americanos. Foram formuladas quatro perguntas-chave sobre o conceito de Lazer, atividades, conteúdos culturais e exemplos regionais, previamente traduzidas ao idioma de origem e as respostas padronizadas em português. Países com restrições de acesso à IA, como Cuba, Venezuela, Nicarágua e Haiti, foram consideradas perdas amostrais. As respostas foram analisadas de forma descritiva, utilizando análise de conteúdo multimodal. A categorização dos dados seguiu os eixos “conceito e conteúdos” e “atividades de lazer regionais”, permitindo sistematizar informações conceituais e práticas culturais de Lazer. **Resultados :** Os resultados indicaram que o Chat GPT, ao abordar o Lazer na América Latina, privilegia a perspectiva funcionalista, associando-o principalmente ao tempo livre após o trabalho e ao descanso, presente em 13 dos 16 países analisados. A abordagem psicossocial foi identificada em seis países, destacando experiências lúdicas, emocionais e intensas, como Carnaval, futebol e rafting. A perspectiva crítica, observada em quatro países, evidenciou a mercantilização e elitização de manifestações culturais tradicionais, como Carnaval, tango e Día de los Muertos. A análise de lazer como rede de sociabilidade ressaltou a importância de espaços públicos e coletivos na construção de vínculos sociais em quatro países. Por fim, o Chat GPT apresentou tendência a reproduzir estereótipos culturais, invisibilizando práticas contemporâneas, periféricas e diversificadas, revelando limitações na representação da diversidade sociocultural. **Conclusão :** A análise demonstrou que o Chat GPT tende a reproduzir estereótipos e conteúdos culturais hegemônicos, marginalizando práticas periféricas e contemporâneas. Observou-se predominância de abordagens funcionalistas, com pouca sensibilidade às complexidades culturais e sociais da região. Apesar disso, a ferramenta pode ser útil como recurso inicial de levantamento, desde que complementada por análises críticas. Futuros estudos devem buscar estratégias para mitigar vieses e ampliar a representatividade das práticas culturais.

**Palavras-chave:** Lazer, América Latina, Tecnologia e sociedade, Inteligência Artificial

**Agradecimento:** PROPP - Voluntário de Iniciação Científica

---

<sup>1</sup> Departamento de Educação Física – Universidade Federal de Juiz de Fora – Campus Governador Valadares. Grupo de Ensino, Pesquisa e Extensão em Lazer, Aventura e Sustentabilidade - GEPELAVS

**Endereço para correspondência:** Avenida Dr. Raimundo Monteiro de Rezende, 330 – sala A-301 - Centro, Governador Valadares-MG. CEP 35010-177

## **Categoria: Projeto de iniciação científica e extensão**

### **PROJETO KINDER – REDE DE APOIO AO NEURODESENVOLVIMENTO**

João Victor Magalhães Falcão<sup>1</sup>; Amanda Micale<sup>2</sup>; Camila Emanuelle da Costa Sousa<sup>2</sup>  
; Fernanda Paola de Carvalho<sup>2</sup>; Lívia Machado Schuaith<sup>2</sup>; Taís de Freitas Dias<sup>2</sup>;  
Simara Regina de Oliveira Ribeiro

**Introdução :** O projeto Kinder – Rede de Apoio ao Neurodesenvolvimento é uma ação de extensão universitária da Universidade Federal de Juiz de Fora – Campus Governador Valadares (UFJF-GV), criada para oferecer suporte às famílias de crianças e adolescentes com Transtornos do Neurodesenvolvimento (TN). A proposta surgiu da demanda observada em ações anteriores do projeto Kinder – Educação Neuromotora, nas quais pais e responsáveis relataram dificuldades em compreender os diagnósticos, acessar informações confiáveis e encontrar apoio adequado no manejo das necessidades de seus filhos. **Objetivo :** Promover a acessibilidade ao conhecimento científico sobre TN e fortalecer a rede de apoio familiar e comunitária, por meio de ações educativas e integrativas que incentivem a inclusão social e o bem-estar. **Métodos :** O projeto é estruturado em três eixos principais: palestras mensais com temas escolhidos pelas famílias, atividades de lazer trimestrais em espaços públicos e divulgação contínua de conteúdos científicos em redes sociais. As ações são conduzidas por discentes e docentes dos cursos de Educação Física, Fisioterapia e Medicina da UFJF-GV, em parceria com instituições locais. A avaliação das atividades ocorre por meio de questionários de satisfação e entrevistas com os participantes, permitindo mensurar o impacto na percepção de apoio e na qualidade de vida das famílias. **Resultados :** Os resultados parciais indicam aumento do engajamento comunitário, ampliação do acesso à informação sobre os TN e fortalecimento das redes de suporte social. A participação de discentes também promove integração entre ensino, pesquisa e extensão, contribuindo para uma formação mais crítica e humanizada. **Conclusão :** O projeto Kinder se consolida como uma iniciativa transformadora e inclusiva, que fortalece o vínculo entre universidade e sociedade, promovendo o empoderamento familiar e a difusão do conhecimento científico de forma acessível.

**Palavras-chave:** Neurodesenvolvimento, Extensão Universitária, Inclusão Social.

**Agradecimento:** Universidade Federal de Juiz de Fora – Pró-Reitoria de Extensão (PROEX) e famílias participantes do projeto.

<sup>1</sup>Discente da Universidade Federal de Juiz de Fora – Campus Governador Valadares, Curso de Educação Física. <sup>2</sup> Discentes da Universidade Federal de Juiz de Fora – Campus Governador Valadares, Curso de Medicina. <sup>3</sup> Docente do Departamento de Educação Física da Universidade Federal de Juiz de Foras – Campus Governador Valadares.

**Endereço para correspondência**  
kinderedeapoio@gmail.com

## **Categoria: Projeto de Iniciação Científica e Extensão**

### **RELATO DE EXPERIÊNCIA NO PROJETO DE EXTENSÃO “INICIAÇÃO À GINÁSTICA: SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA PARA A FAMÍLIA 2024”**

Mirian de Fátima de Oliveira Restori<sup>1</sup>; Simara Regina de Oliveira Ribeiro<sup>2</sup>; Cleonaldo Gonçalves Santos<sup>2</sup>.

#### **RESUMO**

**Introdução:** Baixos níveis de atividade física e o comportamento sedentário estão associados ao aumento do risco de doenças crônicas não transmissíveis. Mesmo com o reconhecimento dos benefícios da prática regular de exercícios, observa-se um número crescente de pessoas inativas, o que representa um desafio à saúde pública. Nesse contexto, o projeto de extensão “Iniciação à Ginástica: Saúde e Qualidade de Vida para a Família”, implementado em 2021, busca oferecer iniciação supervisionada à ginástica para crianças e adolescentes de Governador Valadares (MG), incentivando hábitos saudáveis, integração social e bem-estar. **Objetivo:** Relatar a experiência vivenciada pela discente bolsista no projeto de extensão supracitado, destacando os resultados e aprendizados adquiridos durante a prática. **Métodos:** O relato foi desenvolvido com base na atuação da bolsista no projeto vinculado ao Departamento de Educação Física da Universidade Federal de Juiz de Fora – Campus Governador Valadares (UFJF/GV). As atividades ocorreram entre maio e outubro de 2025, atendendo crianças e adolescentes de 4 a 11 anos. As aulas tiveram 60 minutos de duração, realizadas duas vezes por semana, conforme planejamento mensal elaborado pela discente e pelo docente responsável. As práticas incluíram atividades de iniciação à ginástica, circuitos motores, jogos cooperativos e exercícios voltados ao desenvolvimento das capacidades físicas (coordenação, equilíbrio, força e flexibilidade) e das habilidades psicossociais (cooperação, disciplina e autoconfiança). **Resultados:** Os resultados evidenciaram avanços nas habilidades motoras, físicas e sociais das crianças, com melhorias na coordenação, equilíbrio, postura e participação em grupo. A experiência também fortaleceu a autoestima e a interação entre os participantes. Para a discente, o projeto possibilitou aplicar conhecimentos teóricos na prática, desenvolvendo competências em observação, planejamento e condução de atividades, além de ampliar a sensibilidade social e o compromisso com a comunidade. **Conclusão:** A experiência no projeto reforçou o papel da extensão universitária como espaço formativo e de impacto social, promovendo saúde, inclusão e aprendizado prático. A integração entre teoria e prática e o contato com a comunidade estimularam valores como empatia, cooperação e responsabilidade social, evidenciando a importância da Educação Física na promoção da saúde e da cidadania.

**Palavras-chave:** Atividade física, inclusão social, extensão universitária.

**Agradecimento:** Departamento de Educação Física – Universidade Federal de Juiz de Fora – Campus Governador Valadares.

**Endereço para correspondência:** cleonaldo.santos@ufjf.br

---

1 Discente do curso de Educação Física da Universidade Federal de Juiz de Fora campus Governador Valadares (UFJF/GV).

2 Professor(a) do Departamento de Educação Física da UFJF/GV.



**Categoria:** Projeto de Iniciação Científica

## **SAÚDE OCUPACIONAL DE TRABALHADORES AO AR LIVRE: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA**

Nivaldo Junio de Paula da Silva<sup>1</sup>; Rafael José Gonçalves de Assis<sup>1</sup>; Rubian Diego Andrade<sup>1</sup>

### **RESUMO**

**Introdução :** A saúde ocupacional tem se consolidado como uma área essencial para a compreensão das relações entre trabalho, bem-estar e qualidade de vida, especialmente diante das transformações nas condições laborais contemporâneas. No Brasil, apesar dos avanços legais e tecnológicos, os índices de acidentes e doenças ocupacionais ainda permanecem elevados, revelando lacunas na prevenção e na promoção da saúde do trabalhador. Entre os grupos mais vulneráveis estão os profissionais que atuam ao ar livre, expostos a riscos físicos, químicos e psicossociais. **Objetivo:** Analisar, por meio de uma revisão sistemática, a produção científica sobre saúde ocupacional em trabalhadores que atuam em ambientes externos.

**Métodos:** O estudo trata-se de uma revisão sistemática da literatura, realizada na base de dados PubMed, acessada via EndNote online, pela sua relevância e rigor na indexação de periódicos científicos da área da saúde. A pergunta de pesquisa foi estruturada segundo a estratégia PCC: *Population* (trabalhadores), *Concept* (saúde do trabalhador) e *Context* (atividades ao ar livre). Foram utilizados os descritores “works”, “occupational health” e “outdoor activities”, combinados pelo operador booleano “AND”. A busca contemplou artigos originais publicados entre 2005 e 2025, em português, inglês ou espanhol, com amostras compostas por trabalhadores adultos ao ar livre. O processo de seleção ocorreu em quatro etapas e foi conduzido por dois avaliadores independentes, seguindo as recomendações metodológicas. **Resultados:** A revisão sistemática identificou 13 estudos que analisaram 16.548 trabalhadores expostos a riscos ocupacionais em atividades ao ar livre, com predominância de trabalhadores agrícolas (73,8%). Observou-se escassez de pesquisas sobre riscos ergonômicos, mecânicos e psicossociais, além da ausência de estudos brasileiros. A exposição a agentes como cádmio, benzeno e fungos patogênicos revelou impactos significativos na saúde dos trabalhadores. Os resultados indicam lacunas científicas e a necessidade de atualização das normas de proteção à saúde ocupacional.

**Conclusão :** O estudo aponta que trabalhadores ao ar livre enfrentam múltiplas exposições ocupacionais, muitas vezes simultâneas e acima dos limites seguros. A literatura atual foca excessivamente nos riscos físicos, negligenciando outras dimensões relevantes da saúde ocupacional. Superar essas lacunas é um desafio ético e científico que demanda ações conjuntas entre pesquisadores, gestores e profissionais. Recomenda-se a realização de estudos mais abrangentes e a atualização da NR-21 para proteger efetivamente esses trabalhadores.

**Palavras-chave:** Saúde ocupacional, Trabalhadores ao ar livre, Riscos ocupacionais, Radiação ultravioleta, NR-21.

**Agradecimento:** À PROPP - Bolsa de Iniciação Científica

---

<sup>1</sup> Departamento de Educação Física – Universidade Federal de Juiz de Fora – Campus Governador Valadares. Grupo de Ensino, Pesquisa e Extensão em Lazer, Aventura e Sustentabilidade - GEPELAWS

**Endereço para correspondência:** Avenida Dr. Raimundo Monteiro de Rezende, 330 – sala A-301 - Centro, Governador Valadares-MG. CEP 35010-177

**Categoria:** Projeto de Iniciação Científica

## **SPORTS ANALYTICS: APLICAÇÃO PRÁTICA COM ÊNFASE NO DESEMPENHO TÁTICO DO FUTEBOL**

João Vítor Coessens Antunes Oliveira<sup>1,2</sup>, Luís Felipe Lourenço dos Santos<sup>1,2</sup>, Miguel Andrade Catalonia<sup>1,2</sup>, Gabriel Andrade dos Santos<sup>1,2</sup>, Igor Pacheco Lopes<sup>1,2</sup>, Pedro Lucas Domiciano Martins<sup>1,2</sup>, Luiz Carlos Salim<sup>3</sup>, João Gustavo Oliveira Claudino<sup>4</sup>, Cristiano Diniz da Silva<sup>1,2</sup>,

### **RESUMO**

**Introdução :** Sports Analytics (análise de dados no esporte) é um enquadramento teórico amplo que combina dados e estatística na orientação e tomada de decisões no esporte. Sua aplicação tem sido cada vez mais utilizada por clubes de alto rendimento de diversas modalidades esportivas a fim de enriquecer as análises de jogo, identificar aspectos frágeis e fortes da equipe, análise de mercado e negociação de atletas, além de possibilitar uma melhor análise das equipes adversárias para montar a melhor estratégia de jogo e enriquecer as transmissões dos jogos para o telespectador. **Objetivos:** verificar o estado da arte sobre Sports Analytics no futebol, buscando identificar o nível mais avançado de desenvolvimento, as tendências atuais, e as lacunas de pesquisa. Além disso, construir um repertório de termos relevantes na área, com seus respectivos significados, como machine learning, sports informatics, application programming interface (API), modelagem de dados, web scraping, algoritmo, cloud computing, deep learning, feedforward e inteligência artificial (IA). Outro objetivo foi buscar aplicações práticas dessas tecnologias no esporte. **Metodologia :** busca bibliográfica de artigos nas plataformas Google Acadêmico e Scielo. **Resultados :** Sports Analytics como uma importante ferramenta para aumentar o lucro de um clube por meio de compra e venda de jogadores, com decisões mais assertivas. Outra implementação possível e que tem se mostrado relevante com o uso de IA e machine learning é a Análise de Redes Sociais (ARS; Social Network Analysis). Ela permite medir as interações entre os jogadores, fornecendo aos treinadores e analistas esportivos informações mais detalhadas sobre o comportamento da equipe nas diferentes fases do jogo. Uma das lacunas encontradas foi a falta de um embasamento teórico para o trabalho multidisciplinar de cientistas do esporte e profissionais da ciência da computação e de dados. **Conclusão :** Portanto, conclui-se que o machine learning se apresenta como uma técnica promissora para a criação de sistemas inteligentes capazes de identificar padrões de movimentação tática e, conseqüentemente, de linhas de passes e redes entre jogadores. Com o crescente aumento do volume de dados nos esportes e uso de IA's, é fundamental que cientistas do esporte, treinadores e analistas trabalhem de forma conjunta com profissionais da ciência da computação e ciência de dados, a fim de criarem um embasamento teórico mais robusto, permitindo um maior desenvolvimento e melhora da aplicação prática do uso dessas tecnologias no cotidiano da indústria do esporte.

**Palavras-chave:** Futebol; Inteligência Artificial; Machine Learning; Dados esportivos; Posse de bola; Network.

**Agradecimento:** PROPP (Pró-Reitoria de Pós-Graduação e Pesquisa), da Universidade Federal de Juiz de Fora.

**Endereço para correspondência:** joao.coessens@estudante.ufjf.br

<sup>1</sup> Departamento de Educação Física – Universidade Federal de Juiz de Fora – Campus Governador Valadares.

<sup>2</sup> Grupo de Estudos e Pesquisa em Ciências Aplicadas ao Futebol (GEPCAF).

<sup>3</sup> Doutor, Universidade Estadual de Campinas

<sup>4</sup> Programa de Pós-graduação em Educação Física; Universidade Federal de Juiz de Fora

**Categoria:** Projeto de iniciação científica.

## **EFEITO IMEDIATO DA FOTOBIMODULAÇÃO SISTÊMICA NA RECUPERAÇÃO DA DOR 48 HORAS PÓS-EXERCÍCIO: RESULTADOS PARCIAIS.**

Rhian Antônio de Oliveira Toledo<sup>1,3</sup>; Arthur Lopes de Farias Pessoa<sup>2,3</sup>; Bianca Rossi Botim<sup>2,3</sup>; Thaís Carvalho Oliveira<sup>1,3</sup>; Evandro de Souza Oliveira<sup>1,3</sup>; Kariny Realino do Rosário Ferreira<sup>1,3</sup>; Michelle Cristina Sales Almeida Barbosa<sup>2,3</sup>; Alexandre Wesley Carvalho Barbosa<sup>1,2,3</sup>

**Introdução :** A sobrecarga excêntrica prolongada produzida pelo treinamento isoinercial é amplamente reconhecida por induzir dor muscular de início tardio. Nesse contexto, a fotobimodulação, por meio do uso de diodos emissores de luz (LEDs), tem sido amplamente investigada quanto ao seu potencial na recuperação muscular e na modulação da dor pós-exercício excêntrico. No entanto, os efeitos na janela de 48 horas após a aplicação, bem como a oferta da terapia de maneira sistêmica, permanecem pouco esclarecidos na literatura, assim da mesma forma os impactos da exposição prolongada à terapia.

**Objetivo:** Avaliar a eficácia de um protocolo de fotobimodulação sistêmica na recuperação pós-treino isoinercial até a falha na dor autorrelatada, avaliada através da escala visual analógica (EVA) 48 horas após o exercício.

**Métodos :** Trata-se de um estudo com resultados parciais de um ensaio clínico randomizado (CAAE: 84335124.3.0000.5147), com 13 participantes divididos em grupo experimental (n=8) e grupo controle (n=5). Após exercício isoinercial em agachamento até a fadiga, o grupo experimental recebeu fotobimodulação sistêmica com seis mantas de LEDs (600 e 800 nm) aplicadas em membros superiores, inferiores, abdômen e região lombar por 20 minutos, além de uma manta craniana (1000 nm) por 10 minutos. O grupo controle recebeu aplicação simulada. A dor foi avaliada antes e 48h após o exercício pela EVA online. A análise utilizou ANOVA para medidas repetidas, d de Cohen e  $p < 0,05$  (Jamovi).

**Resultados:** Foram identificadas diferenças significativas entre os momentos pré e 48 horas após o exercício ( $p = 0,001$ ;  $d = 2,95$ ). No entanto, a comparação entre os grupos não demonstrou diferenças estatisticamente significativas. **Conclusão:** Os achados sugerem que a intervenção com a fotobimodulação sistêmica não apresentou efeito sobre a percepção dolorosa 48 horas pós-exercício. No entanto, faz-se necessário o aumento da amostra para determinar o real efeito da intervenção tendo em vista que se trata de resultados parciais.

**Palavras chave:** treino excêntrico, fadiga,

fototerapia **Agradecimento:**

CAPES, Fapemig, CNPq

<sup>1</sup>Departamento de Educação Física – Universidade Federal de Juiz de Fora – Campus Governador Valadares; <sup>2</sup>Departamento de Fisioterapia – Universidade Federal de Juiz de Fora – Campus Governador Valadares; <sup>3</sup>Laboratório de Neuromodulação Não-Invasiva

**Endereço para correspondência:**

rhian.toledo@estudante.ufjf.br

Rua Afonso Pena, 3506, ap 101, Centro

CEP 35010-001 - Governador Valadares/MG

## **Categoria: Projeto de Iniciação Científica e Extensão**

### **GINÁSTICA DE CONDICIONAMENTO FÍSICO PARA ADULTOS UFJF/GV: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Raphael Antônio Coelho<sup>1</sup>; Simara Regina de Oliveira Ribeiro<sup>2</sup>; Cleonaldo Gonçalves Santos<sup>2</sup>

#### **RESUMO**

**Introdução :** A prática regular de exercícios físicos é essencial para a promoção da saúde e qualidade de vida, beneficiando tanto aspectos individuais quanto coletivos, especialmente no fortalecimento dos vínculos familiares. Quando pais e filhos são estimulados a se engajar em atividades físicas, cria-se um ambiente mais saudável, ativo e de apoio mútuo, favorecendo hábitos duradouros e impactando positivamente a dinâmica familiar. Nesse contexto, o projeto de extensão *“Ginástica de Condicionamento Físico para Adultos”*, da Universidade Federal de Juiz de Fora – Campus Governador Valadares (UFJF-GV), surgiu com o objetivo inicial de atender aos pais que acompanhavam seus filhos no projeto *“Iniciação à Ginástica: Saúde e Qualidade de Vida para a Família”*, realizado no mesmo espaço. A proposta buscou oferecer uma oportunidade dupla: enquanto as crianças participavam de atividades de iniciação esportiva, os adultos realizavam exercícios de condicionamento físico, promovendo o cuidado integral da família. Com o avanço das atividades e visando ampliar o alcance do projeto, as turmas foram abertas também ao público externo, estendendo os benefícios à comunidade em geral. O projeto visa, assim, ao desenvolvimento das capacidades físicas, coordenação, socialização e trabalho em equipe.

**Objetivo:** Relatar a experiência vivenciada pelo discente bolsista no projeto de extensão *“Ginástica de Condicionamento Físico para Adultos”* da UFJF-GV. **Metodologia:** O relato foi desenvolvido no contexto do referido projeto, realizado entre os meses de maio e outubro de 2025, com atendimento a participantes de diferentes faixas etárias. As aulas de ginástica de condicionamento físico foram planejadas em conjunto pelo discente bolsista e pelos professores responsáveis, com duração de 60 minutos, duas vezes por semana. As sessões incluíram exercícios de aquecimento, treinamento cardiorrespiratório, força muscular e alongamentos, adaptados aos distintos níveis de aptidão física. **Resultados :** Os participantes relataram melhora na disposição física, no bem-estar geral e na integração social. A realização simultânea das atividades para adultos e crianças favoreceu a permanência das famílias nos projetos e incentivou a continuidade da prática de exercícios físicos. Para os extensionistas, a experiência representou um espaço de desenvolvimento pessoal e profissional, ampliando a capacidade de planejamento, observação e adaptação das práticas corporais à realidade dos grupos atendidos. **Conclusão:** O projeto mostrou-se uma iniciativa eficaz na promoção da saúde e no fortalecimento dos vínculos familiares por meio da atividade física. Além de beneficiar diretamente os participantes, configurou-se como um espaço formativo valioso para os estudantes, ao integrar teoria e prática e reafirmar o papel social da universidade. As vivências adquiridas contribuíram significativamente para a formação acadêmica e pessoal, evidenciando a relevância da extensão universitária como instrumento de transformação social e aprendizado profissional.

**Palavras-chave:** Ginástica; Saúde da família; Condicionamento físico.

**Agradecimento:** <sup>1</sup> Departamento de Educação Física – Universidade Federal de Juiz de Fora – Campus Governador Valadares.

**Endereço para correspondência:** cleonaldo.santos@ufjf.br

---

<sup>1</sup> Discente do curso Educação Física UFJF/GV.

<sup>2</sup> Docente do Departamento de Educação Física UFJF/GV.

## **Categoria: Projeto de Extensão**

### **INTERVENÇÃO PARA REDUÇÃO DO TEMPO DE TELA E PROMOÇÃO DE ESTILO DE VIDA ATIVO EM CRIANÇAS COM TRANSTORNO DO NEURODESENVOLVIMENTO**

Thássyla Rodrigues Alves Costa; <sup>2</sup>Emanuela de Oliveira Silva; <sup>3</sup>Cássia Suraneide Oliveira Bastos; <sup>1</sup>Beatriz Andrade Fernandes Novelli; <sup>1</sup>Ismin Viana Gomes; <sup>2</sup>Gabriela Lima Moreira; <sup>2</sup>Danielle Lorentz; <sup>2</sup>Silvana Nogueira Lahr.

**Palavras-chaves:** Desenvolvimento infantil; Comportamento sedentário; Atividade motora.

O projeto tem como objetivo abordar o impacto do tempo de tela no desenvolvimento de crianças com transtornos do neurodesenvolvimento (TN), como o Transtorno do Espectro Autista (TEA), o Transtorno de Déficit de Atenção / Hiperatividade (TDAH) e a deficiência intelectual, bem como oferecer suporte e orientação às suas famílias. Com o aumento expressivo do uso de dispositivos eletrônicos, crescem também as preocupações sobre o comportamento sedentário e seus efeitos negativos sobre a saúde física, mental e o desenvolvimento motor, especialmente em crianças com TNs. Diante desse cenário, o projeto propõe estratégias voltadas à redução do tempo de tela e à promoção de um estilo de vida mais ativo entre crianças de 0 a 12 anos, por meio de uma abordagem multidisciplinar que inclui capacitação da equipe, conscientização das famílias e intervenções práticas, realizadas tanto presencialmente, quanto por via remota. Em sua fase inicial, foi realizada capacitação dos discentes participantes, por meio de grupos de estudo sobre temas relevantes e de treinamentos práticos com instrumentos de avaliação. Também, tem sido estabelecido contato constante com as famílias e oferecido materiais informativos, especialmente no formato de cartilhas, elaboradas de forma personalizada, de acordo com a avaliação individual da criança. O projeto está sendo desenvolvido em parceria com o Centro Municipal de Referência e Apoio à Educação Inclusiva Zilda Arns (CRAEDI), instituição que já realiza ações voltadas para o desenvolvimento motor e cognitivo, o que fortalece as iniciativas conjuntas e amplia o alcance dos resultados esperados, tanto no âmbito da Instituição parceira, quanto da prática extensionista da Universidade. Para os próximos passos, serão implementadas intervenções quinzenais junto às famílias, promovendo inclusive o envolvimento dos pais na criação de materiais alternativos para atividades físicas e a realização periódica de reuniões de orientação. Por meio da metodologia adotada, busca-se incentivar a prática de exercícios, mitigar os efeitos adversos do uso excessivo de dispositivos eletrônicos e contribuir para a melhora da qualidade de vida e do bem-estar infantil. Por fim, destaca-se a importância da interação constante e dialógica entre o Projeto e a comunidade. As ações têm sido construídas de forma colaborativa com o CRAEDI, e o contato direto com as crianças e suas famílias constitui não apenas uma fonte de aprendizado para os membros do Projeto, mas também de direcionamento, reorganização e aprimoramento de suas próprias ações extensionistas.

<sup>1</sup> Departamento de Fisioterapia. Instituto de Ciências da Vida. Universidade Federal de Juiz de Fora – campus Governador Valadares.

<sup>2</sup> Departamento de Educação Física. Instituto de Ciências da Vida. Universidade Federal de Juiz de Fora – campus Governador Valadares.

**Categoria:** Projetos de pesquisa – Pós-graduação

## **EFEITOS DOS EXERGAMES SOBRE PARÂMETROS PSICOLÓGICOS, COGNITIVOS E FUNCIONAIS DE IDOSOS: UM ENSAIO CLÍNICO RANDOMIZADO**

Pedro Ian Barbalho Gualberto<sup>1,2</sup>; Matheus Almeida Souza<sup>1,2</sup>; Luís Henrique Gomes Neves; Sabrina Santos Damião<sup>2,3</sup>; Maria Fernanda Alves de Souza Pedra<sup>2,3</sup>; Livia Alves Ribeiro Gariglio<sup>3</sup>; Danilo Reis Coimbra<sup>2,4</sup>

### **RESUMO**

**Introdução :** O envelhecimento populacional tem intensificado as preocupações com o declínio psicológico, cognitivo e funcional dos idosos. Nesse contexto, intervenções domiciliares mediadas por tecnologia, como os *exergames*, mostram-se promissoras para aprimorar essas capacidades e promover um envelhecimento mais saudável. **Objetivo:** Avaliar os efeitos de oito semanas de treinamento com *exergames* sobre parâmetros psicológicos, cognitivos e funcionais de idosos, com ou sem diagnóstico clínico. **Métodos:** O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Juiz de Fora (CAAE: 89389425.4.0000.5147) e seguirá as recomendações do *Consolidated Standards of Reporting Trials* (CONSORT). Serão incluídos indivíduos de ambos os sexos, com idade igual ou superior a 60 anos, com ou sem diagnóstico clínico. Serão excluídos aqueles com diagnóstico ou sintomas sugestivos de doenças neurodegenerativas, cardiovasculares, pulmonares ou transtornos psicológicos. Os participantes elegíveis serão alocados aleatoriamente em dois grupos: grupo *exergame* (GEx), que realizará o treinamento, e grupo controle (GC), que não será submetido à intervenção. Ambos serão avaliados antes e após oito semanas quanto aos desfechos psicológicos (sintomas de ansiedade e depressão, e qualidade de vida), cognitivos (função cognitiva global e função executiva) e funcionais (capacidade aeróbica, agilidade e equilíbrio, força e flexibilidade de membros superiores e inferiores). O GEx participará de sessões de 60 minutos, duas vezes por semana, durante oito semanas, utilizando o videogame Xbox 360 com sensor Kinect, incluindo quatro minijogos do *Body and Brain Connection* e duas músicas do *Just Dance 4*. **Resultados esperados:** Espera-se que o treinamento com *exergames* promova melhorias superiores nos parâmetros psicológicos, cognitivos e funcionais em comparação ao grupo controle. **Considerações finais :** A investigação dos efeitos dos *exergames* sobre variáveis relacionadas à saúde de idosos, conduzida por meio de métodos científicos rigorosos, é essencial para o avanço do conhecimento na área e para subsidiar a prática de profissionais que atuam na promoção da saúde e funcionalidade dessa população.

**Palavras-chave:** Jogos Eletrônicos de Movimento, Cognição, Estado Funcional.

**Agradecimento:** Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq)

<sup>1</sup>Programa de Pós-Graduação em Educação Física – Universidade Federal de Juiz de Fora/ Universidade Federal de Viçosa. <sup>2</sup>Grupo de Investigação em Psicologia do Esporte e do Exercício;

<sup>3</sup>Universidade Federal de Juiz de Fora – Campus Governador Valadares; <sup>4</sup>Universidade Federal de Juiz de Fora.

**Endereço para correspondência:** pedro.barbalho@hotmail.com

**Categoria:** Projetos de Pesquisa – Pós-Graduação

**EFETIVIDADE DE UM PROTOCOLO MULTIMODAL SOBRE VARIÁVEIS  
BIOPSISSOCIAIS EM INDIVÍDUOS COM ARTRALGIA CRÔNICA PÓS-  
CHIKUNGUNYA: UM PROJETO DE PESQUISA**

Matheus Almeida Souza<sup>1,2</sup>, Thamara Loren Lima<sup>1,2</sup>, Ana Luísa Ferreira Marinho<sup>1,2</sup>, Sabrina Santos Damião<sup>1,2</sup>, Pedro Ian Barbalho Gualberto<sup>1,2</sup>, Luis Henrique Gomes Neves<sup>1,2</sup>, Danilo Reis Coimbra<sup>1,2</sup>

**RESUMO**

**Introdução** : As arboviroses , como a dengue , Zika e Chikungunya , configuram um grande problema de saúde pública no Brasil . Dentre os sintomas agudos desencadeados pelas arboviroses , podem ser citados o quadro algico , febre , cefaleia e manchas no corpo . Além dos sintomas agudos , pacientes infectados pelo vírus Chikungunya têm apresentado quadros de cronificação de sintomas artrálgicos , gerando altos índices de disfunções , incapacidades , redução na qualidade de vida e surgimento de sintomas psicológicos . **Objetivo** : Apresentar um projeto com objetivo de analisar a efetividade de um protocolo multimodal de Pilates solo e educação em neurociência da dor sobre variáveis biopsicossociais em indivíduos adultos e idosos com artralgia crônica pós-Chikungunya . **Métodos** : Trata -se de um projeto de doutorado com delineamento do tipo ensaio clínico randomizado , com amostra idealizada para composição de dois grupos : grupo experimental (GE) cuja intervenção será baseada em um protocolo multimodal de Pilates solo + educação em neurociência da dor e grupo controle (GC ) baseado em treinamento isolado de Pilates solo . O protocolo apresentará duração de oito semanas , com frequência semanal de duas vezes . Inicialmente , a amostra será avaliada por meio de um questionário estruturado , análise da qualidade de vida , sintomas psicológicos , avaliação de força muscular , equilíbrio , dor e capacidade funcional , logo haverá randomização e aplicação das intervenções . O protocolo de intervenção contará com treinamento de Pilates aplicado igualmente em ambos os grupos , para o GE será adicionado um protocolo de educação em dor , com foco no autogerenciamento da artralgia . **Resultados esperados** : Espera -se que ambos os grupos apresentem melhoras em ambas as variáveis analisadas , com resultados estatisticamente melhores para o GE . **Conclusão** : Sugere -se o potencial de protocolos multimodais , associando cinesioterapia à educação em saúde . São escassos os estudos cujo público sejam pessoas com artralgia crônica pós - Chikungunya , evidenciando a relevância de um aprofundamento nesta área do saber .

**Palavras-chave:** arboviroses, chikungunya, dor.

**Agradecimento:**

CAPES, FAPEMIG, PPGEFI UFJF/UFV

<sup>1</sup> Universidade Federal de Juiz de Fora. <sup>2</sup>Grupo de Investigação em Psicologia do Esporte e do Exercício.

**Endereço para correspondência:** malmeida\_1812@hotmail.com

**PERCEPÇÃO DE RISCOS E ATITUDES DE PROTEÇÃO DE LESÕES NA CABEÇA EM FUTEBOLISTAS PROFISSIONAIS**

Gabriel Pereira Campos<sup>1,2</sup>, Mateus Vilela Cupertino Pagungue<sup>2,3</sup>, Thomáz de Paula Oliveira<sup>1,2</sup>, Rodrigo Pereira da Silva<sup>3</sup>, Danilo Reis Coimbra<sup>2,4</sup>, João Gustavo Oliveira Claudino<sup>5</sup>, Cristiano Diniz da Silva<sup>2,3</sup>

**RESUMO**

**Introdução:** O futebol permite a sua prática com total exposição da cabeça. Esta característica do futebol expõe riscos de lesões na cabeça, sequelas neuro-cognitivas ou físicas. O uso de capacetes protetores poderia mitigar estes impactos e oferecer a proteção necessária. Ainda assim, não se sabe o porquê de ser um equipamento raramente adotado. **Objetivo:** Avaliar o conhecimento, as percepções de risco, atitudes e estratégias de proteção de lesões na cabeça em futebolistas profissionais brasileiros. **Métodos:** Futebolistas profissionais participaram voluntariamente respondendo um questionário online com anonimato e segurança de dados. **Resultados:** Cinquenta jogadores (as) ( $25 \pm 6$  anos;  $6 \pm 6$  anos de carreira;  $\sim 26\%$  deles representantes da Série A e Série B) responderam ao questionário em sua totalidade. A maioria relatou sintomas como dor na cabeça, pescoço e tonturas após cabecear a bola. Notou-se maior predisposição para o uso do protetor bucal ( $n=20$ ,  $40\%$ ) em relação ao capacete ( $n=7$ ,  $14\%$ ); mas acreditando mais na efetividade de proteção advinda dos capacetes ( $n=43$ ,  $86\%$ ; protetores bucais  $n=20$ ,  $40\%$ ). As principais barreiras ao uso incluem desconforto, falta de campanhas de conscientização e preferência pessoal. Os jogadores são céticos sobre a proibição de cabeceios em jovens ou a obrigatoriedade de uso de capacetes e protetores bucais, mas acreditam no aumento de programas de fortalecimento do pescoço. **Conclusão:** Os atletas reconhecem a eficácia dos capacetes, mas preferem protetores bucais. A falta de informação sobre os riscos das lesões na cabeça é evidente. Clubes e entidades esportivas devem promover a conscientização e políticas de saúde para educar jogadores e reduzir lesões, garantindo controle e monitoramento para proteger a qualidade de vida dos atletas.

**Palavras-chave:** Futebol, Lesões da cabeça, Fatores de risco, Prevenção de lesões

**Agradecimento:** PROPP (Pró-Reitoria de Pós-Graduação e Pesquisa),  
da Universidade Federal de Juiz de Fora.

**Endereço para correspondência:** cristiano.silva@ufff.br

---

<sup>1</sup> Bacharel em Educação Física; Universidade Federal de Juiz de Fora, campus Governador Valadares

<sup>2</sup> Grupo de Estudos e Pesquisa em Ciências Aplicadas ao Futebol (GEPCAF).

<sup>3</sup> Mestre; Universidade Federal de Juiz de Fora, campus Governador Valadares

<sup>4</sup> Doutor; Universidade Federal de Juiz de Fora, campus Juiz de Fora

<sup>5</sup> Doutor, Universidade Estadual de Campinas



## **REABILITAÇÃO CARDÍACA COMUNITÁRIA NO BRASIL: UM ENSAIO CLÍNICO RANDOMIZADO**

Luis Henrique Gomes Neves<sup>1</sup>; Matheus Almeida Souza<sup>1</sup>; Pedro Ian Barbalho Gualberto<sup>1</sup>; Danilo Reis Coimbra<sup>2</sup>

**Introdução:** As doenças cardiovasculares representam a principal causa de mortalidade global, responsáveis por cerca de 31% das mortes no mundo, configurando-se como um desafio de saúde pública crescente, especialmente em países de média e baixa renda. O manejo dessas doenças é complexo e envolve abordagens integradas que visam prevenir recorrências, controlar sintomas e melhorar a qualidade de vida, incluindo tratamento medicamentoso, cirúrgico e medidas não farmacológicas. Entre estas, destaca-se a reabilitação cardiovascular (RCV), componente essencial do cuidado ao paciente cardiopata, com forte evidência científica (nível A) e recomendação de diretrizes nacionais e internacionais. A RCV é um programa multidisciplinar que busca otimizar as condições físicas, psicológicas e sociais dos pacientes, promovendo recuperação funcional, redução do risco de eventos adversos e melhora da qualidade de vida. No entanto, apesar de sua comprovada efetividade e custo-benefício, a RCV ainda é subutilizada, principalmente devido a barreiras de acesso, escassez de serviços especializados e altos custos operacionais reforçando a necessidade de estratégias alternativas. Nesse contexto, a reabilitação cardíaca comunitária (RCC) surge como uma proposta inovadora, adaptada à realidade local, que utiliza ambientes e recursos da própria comunidade para promover exercício físico supervisionado, educação em saúde e adesão a hábitos saudáveis. **Objetivo:** Avaliar a eficácia de um programa de RCC na melhoria da qualidade de vida, capacidade funcional e sintomas de depressão, ansiedade e estresse em pacientes pós-evento cardiovascular, além de analisar a ocorrência de novos eventos e reinternações. **Métodos:** Trata-se de um ensaio clínico randomizado, conduzido com indivíduos de ambos os sexos, maiores de 18 anos, com doença cardiovascular estabelecida e alta hospitalar recente. Após elegibilidade e assinatura do TCLE, os participantes serão alocados aleatoriamente em grupo intervenção (RCC supervisionada) e grupo controle (cuidados usuais). A intervenção terá duração de 12 semanas, com sessões três vezes por semana, de 30 a 50 minutos, incluindo exercícios aeróbicos, resistidos, de flexibilidade e mobilidade, realizados em ambientes comunitários sob supervisão de fisioterapeutas. Serão utilizados instrumentos validados: Teste de Caminhada de 6 Minutos, dinamometria manual, balança de força, SF-36, DASS-21 e questionário semiestruturado para avaliação qualitativa. A análise estatística seguirá as diretrizes CONSORT, utilizando testes paramétricos e não paramétricos conforme a distribuição dos dados, além de análise de conteúdo para as variáveis qualitativas. **Resultados esperados:** Espera-se que o programa de RCC melhore significativamente a qualidade de vida, capacidade funcional e saúde mental dos participantes, reduzindo sintomas de ansiedade, depressão e estresse, além de diminuir reinternações e eventos cardiovasculares. **Conclusão:** Este estudo propõe um modelo acessível, seguro e sustentável de reabilitação cardiovascular comunitária, potencialmente aplicável ao Sistema Único de Saúde, contribuindo para ampliar o acesso, reduzir desigualdades e promover a reabilitação integral de pacientes com DCV no Brasil.

**Palavras-chave:** Reabilitação cardíaca; Exercício físico; Doenças cardiovasculares.

<sup>1</sup>Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF) / Universidade Federal de Viçosa (UFV) – Doutorado.

<sup>2</sup>Professor Orientador, Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF).

**Agradecimentos /Financiamento :** O presente trabalho conta com o apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq), da Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF), da Universidade Federal de Viçosa (UFV) e do Programa de Pós-Graduação em Educação Física (PPGEFI).

## **VALIDAÇÃO DO ANEL INTELIGENTE COLMI R12 PARA MONITORAMENTO DE SAÚDE E ATIVIDADE FÍSICA**

Letycia do Nascimento Teles<sup>1</sup>; Ciro José Brito<sup>2</sup>

### **RESUMO**

**Introdução :** A área da saúde vem sendo impactada pela evolução tecnológica e pelos diversos lançamentos de dispositivos; dentre eles, estão os vestíveis, ou *wearables*, em inglês. Os modelos são variados e de diferentes marcas, onde algumas demonstram capacidade de monitoramento de saúde e detecção de doenças. Os anéis inteligentes se destacam pela leveza e praticidade, havendo dispositivos já validados para acompanhar a qualidade do sono e realizar outras aferições, como o Oura Ring. Com a difusão desses produtos no mercado, anéis inteligentes de baixo custo já são encontrados para venda em diversas lojas online, como é o caso do modelo R 12 da Colmi, que possui milhares de vendas em todo o mundo, com a promessa de monitorar a frequência cardíaca, mensurar o gasto energético durante atividades e acompanhar a qualidade do sono, mas que ainda não apresenta validação disponível na literatura. **Objetivos :** Verificar a validade do anel inteligente Colmi R12 para medir a frequência cardíaca (FC), acompanhar a qualidade do sono (QS) e mensurar o gasto energético (GE); mensurar a qualidade do sono por meio das medidas de tempo total de sono, vigília após o início do sono e eficiência do sono; e medir o gasto energético do treino moderado durante o teste ergoespirométrico. **Métodos:** Serão incluídos no estudo, 30 voluntários de idade entre 18 e 45 anos, que praticam atividade física pelo menos 3 vezes por semana, e que concordem em assinar o TCLE. Os critérios de exclusão, são participantes que possuem diagnóstico de cardiopatias e/ou distúrbios de sono, além de voluntários que não possam/consigam utilizar os equipamentos para coleta laboratorial ou domiciliar. Durante a coleta no Laboratório de Fisiologia, os voluntários irão preencher um questionário sociodemográficos e de saúde, em seguida serão feitas medidas antropométricas. Para FC os dados do dispositivo serão comparados com o cardiofrequencímetro da marca Polar, em repouso, durante atividade física e após a atividade. Para os dados de GE serão comparados com a emissão de VCO<sup>2</sup> através do analisador de gases durante atividade física moderada para idade em esteira ergométrica, calculada pela equação de Tanaka para corredores, com duração de 30 minutos. A QS será avaliada de forma domiciliar, por uma noite, juntamente com o diário de sono. O projeto será submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da UFJF para a devida aprovação. Para análise de dados será utilizado o software JAMOV<sup>1</sup>, com cálculos descritivos, teste de normalidade, teste de correlação, ANOVA de medidas repetidas com post hoc quando necessário, além do gráfico de Bland-Altman, adotando o nível de significância de 95%.

**Palavras-chave:** Dispositivos Eletrônicos Vestíveis, Estudo de validação, Monitores de Atividade Física.

**Agradecimento:** Pró-reitoria de Pós-graduação e Pesquisa

---

<sup>1</sup> Programa de Pós-graduação em Ciências Aplicadas à Saúde – Universidade Federal de Juiz de Fora – Campus Governador Valadares.

**Endereço para correspondência:** Rua dois de julho, 20 apto 201 - Grã Duquesa, 35057-762 Governador Valadares/MG

**Categoria:** Projetos de Pesquisa – Pós-Graduação

## **MODELO INTEGRADO DE MONITORAMENTO PSICOFISIOLÓGICO COM SISTEMA DE ALERTA VISUAL PARA DIMINUIÇÃO DO RISCO DE LESÕES EM JOVENS ATLETAS DE FUTEBOL**

Luiz Carlos Salim<sup>1,2</sup>, Cristiano Diniz da Silva<sup>2,3</sup>

### **RESUMO**

**Introdução** : O futebol é um esporte com alta carga de trabalho expondo os atletas às lesões e disfunções psicofisiológicas, frequentemente associadas a fadiga, recuperação inadequada e estresse mental exacerbado. A identificação precoce de sinais de risco e sobrecarga é crucial para a saúde atlética e o desempenho, o que justifica a necessidade de monitoramento integral com dados subjetivos (bem-estar, humor) e objetivos (resposta fisiológica) para um eficaz controle de carga. **Objetivo** : Desenvolver e validar um modelo integrado de monitoramento psicofisiológico com sistema de alerta visual para a prevenção de lesões em jovens atletas de futebol (13 a 17 anos), por meio da coleta, integração e análise de indicadores de estado emocional, recuperação, fadiga e testes físicos, visando a detecção precoce de sinais de risco e a tomada de decisão pelo corpo técnico. **Métodos** : A pesquisa adotará uma abordagem mista (qualitativa e quantitativa) e será estruturada em sete etapas. Inicialmente, será realizada uma revisão sistemática para selecionar ferramentas validadas e indicadores relevantes. Em seguida, serão utilizados instrumentos validados, como questionários digitais (sono, estresse, fadiga, humor e hidratação) e testes físicos (salto horizontal e capacidade de *sprint* repetidos). Esses dados subjetivos e objetivos serão integrados em uma plataforma digital (*web* e *app*) que permitirá o desenvolvimento de um sistema automatizado de alerta visual baseado em regras preditivas e limiares clínicos de risco. A validação do modelo ocorrerá junto a profissionais do esporte e por meio de estudo de campo. **Resultados** : Espera-se que o modelo demonstre eficácia na detecção precoce de sobrecarga e risco de lesão em ambiente real de treinamento. A interface final deverá ser intuitiva e útil para auxiliar o corpo técnico na gestão da carga e na periodização do treinamento. **Conclusão** : O estudo contribuirá com o desenvolvimento de uma ferramenta prática e inovadora que integrará múltiplas variáveis contextuais de controle de carga e desempenho, ampliando a capacidade de monitoramento psicofisiológico e promovendo maior eficiência na gestão do risco de lesões em jovens atletas de futebol.

**Palavras-chave:** Futebol, Monitoramento, Carga de trabalho, Lesões desportivas.

**Agradecimento:** PROPP (Pró-Reitoria de Pós-Graduação e Pesquisa), da

Universidade Federal de Juiz de Fora.

**Endereço para correspondência:** luiz.salim@estudante.ufjf.br

---

<sup>1</sup> Programa de Pós-graduação em Educação Física; Universidade Federal de Juiz de Fora

<sup>2</sup> Grupo de Estudos e Pesquisa em Ciências Aplicadas ao Futebol (GEPCAF).

**Categoria:** Trabalhos de Conclusão de Curso (TCCs)

## **ANÁLISE DA DISTRIBUIÇÃO ESPACIAL DOS CHUTES A GOL EM DIFERENTES CONTEXTOS DE JOGO E A EFETIVIDADE DEFENSIVA DOS GOLEIROS NO FUTEBOL INTERNACIONAL DE ELITE**

Júnior César da Silva<sup>1</sup>; Meirele Rodrigues Gonçalves<sup>1</sup>; Rodrigo Pereira da Silva<sup>1</sup>; Walber Teixeira Cotta<sup>2</sup>; Cristiano Diniz da Silva<sup>1</sup>.

### **RESUMO**

**Introdução :** O estudo do comportamento ofensivo e defensivo no futebol de elite tem avançado com o uso de dados espaciais e contextuais, permitindo compreender padrões que influenciam diretamente o desempenho coletivo das equipes e o rendimento individual dos atletas, dentre eles os goleiros. Entre esses fatores, a análise da distribuição espacial dos chutes a gol e das respostas defensivas dos goleiros oferece indicadores valiosos sobre eficácia ofensiva e controle do risco. Assim, compreender como as finalizações se distribuem no campo e como os goleiros respondem a essas ações é essencial para o desenvolvimento de estratégias de treinamento e para a tomada de decisão em contextos competitivos. **Objetivo :** Analisar a distribuição espacial dos chutes a gol em diferentes contextos de jogo e sua relação com a efetividade defensiva dos goleiros no futebol internacional de elite. **Métodos :** O estudo consistiu em uma análise quantitativa de jogos das cinco principais ligas europeias — Premier League, La Liga, Serie A, Bundesliga e Ligue 1 — ao longo de onze temporadas (2014/2015 a 2024/2025). Os dados foram obtidos por meio da plataforma pública *Understat.com*. A representação espacial dos chutes a gol foi expressa em mapa de calor, permitindo identificar zonas de maior frequência de chutes e padrões de maior ou menor efetividade defensiva. As defesas dos goleiros foram representadas em frequência absoluta e relativa. Os chutes foram vetorizados em termos espaciais (zona de origem e distância em relação ao gol) e categorizadas conforme o tipo de jogada (aberta, bola parada, escanteio, pênalti e rebote), o segmento corporal utilizado e a intervenção do goleiro. As análises utilizaram linguagem de programação estatística R. **Resultados :** Foram incluídas 19.406 partidas, totalizando 486.122 eventos de chutes a gol. Observou-se que as menores taxas de defesa dos goleiros ocorreram em chutes originados de escanteios ( $15,5 \pm 1,2\%$ ), seguidos de pênaltis ( $16,7 \pm 4,4\%$ ), bolas paradas indiretas ( $19,5 \pm 2\%$ ), tiros livres diretos ( $23,7 \pm 3,3\%$ ) e jogadas abertas ( $25,3 \pm 1\%$ ). Em média, ocorreram 25 chutes a gol por jogo, sendo 34,8% direcionados à baliza, resultando em uma taxa média de 11,2 chutes por gol. As zonas mais próximas à meta, especialmente a pequena área, apresentaram a menor taxa de defesa (18%), enquanto a grande área (24%) e fora da área (22%) demonstraram valores superiores. Finalizações com desvios ou gestos técnicos não convencionais — como cabeceios e chutes improvisados — apresentaram as menores taxas de defesa. Quanto à lateralidade, o uso do pé natural foi predominante (51%), enquanto os chutes com o pé invertido ocorreram em contextos posicionais específicos e resultaram em menor frequência de tentativas, mas maior taxa média de defesa pelos goleiros (24,6% vs. 19,6%). **Conclusão :** As menores taxas de defesa dos goleiros ocorreram em chutes originados de escanteios, curta distância e chutes com gestos de improvisos. Chutes realizados com o pé invertido apresentam maior taxa de defesa comparados ao pé natural. A distribuição espacial dos chutes a gol apresenta padrões consistentes entre ligas, com variações de efetividade defensiva de acordo com a zona do campo, tipo de jogada e forma de chute.

**Palavras-chave:** Futebol, Chute a gol, Goleiro.

**Agradecimento:** PROPP (Pró-Reitoria de Pós-Graduação e Pesquisa), da Universidade Federal de Juiz de Fora.

**Endereço para correspondência:** cristiano.silva@ufjf.br

<sup>1</sup> Departamento de Educação Física – Universidade Federal de Juiz de Fora – Campus Governador Valadares. <sup>2</sup>Secretaria Municipal de Cultura, Esporte, Lazer e Turismo (SMCELT). Prefeitura Municipal de Governador Valadares.

**Categoria:** Trabalhos de Conclusão de Curso (TCCs)

## **AValiação DAS EXPERIÊNCIAS E PERCEPÇÕES DE BENEFICIÁRIOS DO CURSO DE INICIAÇÃO ÀS MODALIDADES CIRCENSES**

Arthur Alves de Oliveira<sup>1</sup>; Rubian Diego Andrade<sup>2</sup>; Josária Ferraz Amaral<sup>3</sup>

### **RESUMO**

**Introdução :** As modalidades circenses vêm ganhando espaço na Educação Física por seu potencial lúdico, inclusivo e interdisciplinar, possibilitando experiências corporais que articulam expressão, coordenação e criatividade. Entretanto, essas práticas ainda possuem baixa representatividade nos currículos de formação inicial, o que limita a vivência discente com práticas corporais diversificadas. Diante dessa lacuna, o curso de Iniciação às Modalidades Circenses da UFJF – Campus Governador Valadares foi desenvolvido como ação extensionista para promover o contato entre comunidade e universidade, ampliando o repertório pedagógico dos acadêmicos e o desenvolvimento motor e social das crianças. **Objetivo:** Avaliar as experiências e percepções dos pais de crianças participantes do curso, e analisar os impactos formativos da ação para os estudantes extensionistas. **Metodologia :** O estudo adotou uma abordagem mista (qualitativa e quantitativa). A coleta de dados foi realizada por meio de formulário digital estruturado, enviado aos responsáveis após a finalização do curso, todo este processo realizado mediante a aprovação do Comitê de Ética da UFJF. As respostas fechadas foram tratadas por estatística descritiva, e as abertas, analisadas pela técnica de análise de conteúdo proposta por Bardin (2011). **Resultados:** Participaram 32 pais (23,53% do total de crianças atendidas). Observou-se predominância de meninas (87,1%), com maior participação de alunos de escolas particulares e famílias com renda acima de dois salários mínimos, o que evidencia desigualdades de acesso. A percepção dos pais apontou avanços expressivos na aprendizagem motora, na coordenação e na superação de desafios iniciais. Relataram ainda melhorias na autoconfiança, na socialização e no interesse das crianças por novas práticas corporais. Os participantes destacaram o acolhimento, a segurança e a sensibilidade pedagógica dos instrutores como fatores determinantes para o engajamento e a continuidade das aulas. Também foi observado que o curso ampliou a formação prática dos acadêmicos, proporcionando vivências que uniram ensino e extensão. **Conclusão:** O curso supriu lacunas curriculares do curso de Educação Física e promoveu o desenvolvimento integral dos alunos, fortalecendo o papel social da universidade. Recomenda-se ampliar ações semelhantes em escolas públicas e bairros periféricos, visando democratizar o acesso às práticas circenses e culturais.

**Palavras-chave:** Modalidades circenses; Educação Física; Extensão universitária.

**Agradecimento:** Projeto de extensão Iniciação à Ginástica: saúde e qualidade de vida para a família.

<sup>1</sup>Departamento de Educação Física – Universidade Federal de Juiz de Fora – Campus Governador Valadares. Grupo de Ensino, Pesquisa e Extensão em Lazer, Aventura e Sustentabilidade - GEPELAWS

**Endereço para correspondência:** Avenida Dr. Raimundo Monteiro de Rezende, 330 – sala A-301 - Centro, Governador Valadares-MG. CEP 35010-177

## **DESEMPENHO DA FORMAÇÃO TÁTICA 4-4-2 NO FUTEBOL: UM ESTUDO COMPARATIVO ENTRE BRASIL E ARGENTINA**

Breno Marques da Silva Novaes<sup>1,2</sup>, Júnior César da Silva<sup>1,2</sup>, Walber Teixeira Cotta<sup>3</sup>,  
Rodrigo Pereira da Silva<sup>4</sup>, Cristiano Diniz da Silva<sup>2,3</sup>

### **RESUMO**

**Introdução** : A análise comparativa entre as escolas argentina e brasileira , no que se refere à adoção da formação 4-4-2, evidencia abordagens distintas que, em diferentes contextos históricos e culturais , moldam e refletem no imaginário coletivo as respectivas identidades futebolísticas . Na argentina , 4-4-2 encontra o seu lugar na cultura tática da nação , com ênfase dada à organização coletiva , disciplina defensiva e métodos de transição rápida . No Brasil , por outro lado , pelo menos entre meados da década de 1990 e meados da década de 2000 , a ofensividade recebeu toda a atenção para uma formação 4-4-2 mais flexível e maior ênfase na criatividade dos laterais e médios ofensivos . Questionar essas diferenças pode oferecer uma ajuda muito valiosa para compreender como a cultura tática influencia a aplicação de uma determinada formação e seus atributos de efetividade , aprofundando ainda mais a compreensão sobre escolas de futebol . **Objetivo** : Analisar a frequência de uso e desempenho da formação tática 4-4-2 nas ligas masculinas de futebol profissional do Brasil e da Argentina . **Métodos** : Abordagem descritivo - analítica , realizando coleta de dados via *webscraping* na plataforma FBref obtendo informações gerais do confronto e as estatísticas especiais de jogo (30 variáveis de desempenho , sendo elas distribuídas entre fases ofensiva e defensiva) provenientes da Opta Sports . **Resultados** : A partir de 7.429 jogos (Argentine Primera División , n=3.578; Campeonato Brasileiro Série A, n=3.419) foi observado maior utilização da formação 4-4-2 no futebol argentino (25% das formações , 1ª colocada ) em comparação ao futebol brasileiro (6,2% , 4ª colocada ) . A análise de linha de tendência mostrou uma redução de uso desta formação na argentina , com declínio mais acentuado nas últimas duas temporadas . As principais oposições da formação 4-4-2 na liga argentina é o próprio 4-4-2, seguida do 4-2-3-1, independente do mando de jogo . Na liga brasileira , os opositores mais frequentes são a formação 4-2-3-1, seguida pela formação 4-3-3, ambas em casa ou fora . Na Argentine Primera División , as 3 formações mais comuns envolvendo troca de um jogo para o outro a partir do 4-4-2 foram : 4-2-3-1 ( 157 trocas , 27.9%), 4-4-1-1 (65 trocas , 11.6%), 4-3-3 (62 trocas , 11%); no Campeonato Brasileiro Série A, 4-2-3-1 (184 trocas , 55.6%), 4-3-3 (32 trocas , 9.7%) , 4-1-4-1 (29 trocas , 8.8%). Ao analisar as alterações na linha defensiva , observou -se que , na Argentina , 56,1% das mudanças resultaram em formações com três defensores , enquanto 43,9% optaram por cinco defensores . No Brasil , a preferência por três defensores foi ainda mais acentuada , representando 74,3% das trocas , contra 25,7% que adotaram cinco jogadores na defesa . A formação 4-4-2 brasileira mostrou superioridade em oito métricas ofensivas (média de superioridade ,  $\Delta=21,0\%$ ) relacionadas a expectativa de gols , passes e ações de criação de gols ; enquanto a Argentina teve destaques em indicadores defensivos em sete métricas (média de superioridade ,  $\Delta=15,3\%$ ), envolvendo interceptações e controle das conduções adversárias . **Conclusão** : Nota -se , portanto , como principal contraste entre desempenho tático das duas escolas , uma postura de maior eficiência defensiva na argentina , com ênfase em compactação e transições rápidas , em oposição ao estilo brasileiro , que demonstrou maior efetividade ofensiva , com foco na posse de bola e na construção das jogadas . Apesar da utilização de uma mesma estrutura posicional , ambas as escolas têm formas diferentes de executar o 4-4-2, mostrando assim suas diferenças de identidades táticas e culturas de jogo .

---

<sup>1</sup> Bacharel em Educação Física; Universidade Federal de Juiz de Fora, campus Governador Valadares

<sup>2</sup> Grupo de Estudos e Pesquisa em Ciências Aplicadas ao Futebol (GEPCAF).

<sup>3</sup> SMGV, Secretaria Municipal de Cultura Esporte, Lazer e Juventude de Governador Valadares

<sup>4</sup> Doutor; Universidade Federal de Juiz de Fora, campus Governador Valadares

**Palavras-chave:** Futebol. Formação tática. Sistema de jogo. Estratégia e táticas de jogo.

**Agradecimento:** PROPP (Pró-Reitoria de Pós-Graduação e Pesquisa), da Universidade Federal de Juiz de Fora.

**Endereço para correspondência:** cristiano.silva@ufjf.br

**Categoria:** Trabalhos de Conclusão de Curso (TCCs)

## **EPIDEMIOLOGIA DAS CONCUSSÕES NO FUTEBOL PROFISSIONAL MASCULINO: UMA ANÁLISE EXPLORATÓRIA INTEGRANDO LITERATURA CINZENTA DAS PRINCIPAIS LIGAS GLOBAIS**

Gabriel Pereira Campos<sup>1,2</sup>, Mateus Vilela Cupertino Pagungue<sup>2,3</sup>, Thomáz de Paula Oliveira<sup>1,2</sup>, Luis Fernando Deresz<sup>4</sup>, Rodrigo Pereira da Silva<sup>3</sup>, Danilo Reis Coimbra<sup>2,5</sup>, João Gustavo Oliveira Claudino<sup>6</sup>, Cristiano Diniz da Silva<sup>2,3</sup>

### **RESUMO**

**Introdução:** As concussões no futebol têm se tornado um problema cada vez mais relevante para a saúde dos atletas, não apenas pelos sintomas imediatos, mas também pelas possíveis consequências a longo prazo, como comprometimentos cognitivos e risco aumentado de doenças neurodegenerativas. A identificação clínica é dificultada por algumas condições, como o fato de a maioria dos casos ocorrer sem perda de consciência, o que favorece a subnotificação e a banalização da gravidade da condição. Além disso, o futebol é um dos únicos esportes em que o uso intencional da cabeça faz parte do gesto técnico, como no cabeceio, aumentando a exposição dos atletas a impactos repetitivos. Protocolos recentes, como a substituição permanente por concussão aprovada pela IFAB, sinalizam avanços, mas ainda existem divergências e lacunas no monitoramento epidemiológico e nas medidas de prevenção. **Objetivo:** Analisar a epidemiologia das concussões nas seis principais ligas mundiais, com base em dados públicos da literatura cinzenta. **Métodos:** Estudo observacional retrospectivo com abordagem exploratória, utilizando dados do *Transfermarkt* (2017/18–2024/25) das ligas *Premier League*, *La Liga*, *Bundesliga*, *Ligue 1*, *Serie A* e *Campeonato Brasileiro Serie A*, incluindo 12.260 jogadores de 179 equipes. A coleta foi feita por meio de *webscraping* utilizando a linguagem R, sendo incluídos na análise os jogadores com dados completos (informações demográficas, desempenho, clube, liga, posição de jogo, tempo de atuação em campo, histórico médico e notificações de lesões). Foram excluídas ocorrências não compatíveis com a definição de lesão esportiva (ex.: doenças ou registros incompletos). A concussão foi definida como uma perturbação transitória da função cerebral induzida traumaticamente, categorizada conforme o tempo de afastamento: leve (1–7 dias), moderada (8–28 dias) e grave (>28 dias). Foram calculadas taxas de incidência (por 1.000 horas de atleta-exposição) e *burden* (dias perdidos por 1.000 horas de exposição). A temporada 2024/2025, na época em andamento, foi excluída das análises de tendência. **Resultados:** Foram coletadas 18.475 notificações médicas, das quais 15.120 corresponderam a lesões esportivas (Fuller *et al.* (2006), sendo dessas, 762 concussões. A incidência foi de 1,04 (IC95%: 0,96–1,11) por 1.000 horas de atleta-exposição, com média de 14,9 (IIQ: 5–17) dias de afastamento (*burden*). Defensores foram os mais afetados (40%). A maioria dos casos ocorreu na Inglaterra (43,2%), seguida de Alemanha (21,8%) e Espanha (13,6%). Linhas de tendência indicaram leve queda na incidência acumulada e aumento nas taxas de *burden* ao longo das temporadas. **Conclusão:** O estudo evidencia que as concussões permanecem subnotificadas e desigualmente distribuídas entre países, sugerindo diferenças de critérios diagnósticos, estilo de jogo e ausência de medidas uniformes de atenção à saúde. Embora a incidência aparente discreta redução, o maior tempo de afastamento indica evolução no manejo clínico. Recomenda-se a padronização de protocolos internacionais e a intensificação de estratégias educativas voltadas a atletas, treinadores e equipes médicas para ampliar o reconhecimento precoce, prevenir complicações e assegurar práticas mais seguras no futebol profissional.

<sup>1</sup> Bacharel em Educação Física; Universidade Federal de Juiz de Fora, campus Governador Valadares

<sup>2</sup> Grupo de Estudos e Pesquisa em Ciências Aplicadas ao Futebol (GEPCAF).

<sup>3</sup> Mestre; Universidade Federal de Juiz de Fora, campus Governador Valadares

<sup>4</sup> Doutor; Universidade Federal de Juiz de Fora, campus Governador Valadares

<sup>5</sup> Doutor; Universidade Federal de Juiz de Fora, campus Juiz de Fora

<sup>6</sup> Doutor, Universidade Estadual de Campinas



**Palavras-chave:** Futebol, Concussão, Epidemiologia, Lesões esportivas.

**Agradecimento:** PROPP (Pró-Reitoria de Pós-Graduação e Pesquisa), da Universidade Federal de Juiz de Fora.

**Endereço para correspondência:** cristiano.silva@ufjf.br

**Categoria:** Trabalho de Conclusão de Curso (TCC)

## **LIGAS ESPORTIVAS NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR POTENCIALIDADES PARA O ENGAJAMENTO A PARTICIPAÇÃO E O DESENVOLVIMENTO INTEGRAL DOS ALUNOS**

Enzo Bianchi Cosme<sup>1,2,3</sup>, Mateus Rossow de Souza<sup>1,2</sup>, Cristiano Diniz da Silva<sup>2,3</sup>

### **RESUMO**

**Introdução :** A Educação Física escolar contribui para o desenvolvimento integral dos alunos, abrangendo dimensões motoras, cognitivas e socioemocionais. Contudo, o modelo competitivo “mata-mata” (*knockout tournament*) nos torneios esportivos internos e externos ainda predomina nas escolas, gerando exclusão e desmotivação entre os estudantes com menor desempenho. Nesse contexto, as ligas esportivas escolares, estruturadas em formato de pontos corridos (*round-robin tournament*) surgem como uma alternativa pedagógica mais inclusiva e motivadora, promovendo a participação prolongada e o processo de ensino-aprendizado contínuo. **Objetivo :** O presente estudo teve como objetivo analisar as potencialidades pedagógicas das ligas esportivas na Educação Física escolar, relacionando-as com as teorias da motivação, como a Teoria da autodeterminação e a Teoria das metas de realização. **Métodos:** Para a elaboração deste estudo foi realizada uma revisão de literatura sobre as potencialidades do formato de ligas escolares na Educação Física escolar, com o foco na análise de autores que abordam a Pedagogia do esporte, a motivação intrínseca e os modelos de competição escolar. **Resultados:** De acordo com os resultados obtidos na análise, podemos inferir que as competições em formato de ligas são capazes de favorecer o engajamento, a inclusão e o desenvolvimento técnico, tático e socioemocional dos alunos. Além disso, as ligas também podem fortalecer a motivação intrínseca, o senso de pertencimento e a valorização do esforço e do progresso individual. **Conclusão:** Diante disso, conclui-se que as ligas esportivas representam uma alternativa metodológica coerente com os princípios da Educação Física escolar, desde que acompanhadas por planejamento, infraestrutura, capacitação docente e apoio institucional.

**Palavras-chave:** Pedagogia do Esporte, Motivação, Inclusão.

**Agradecimento:** PROPP (Pró-Reitoria de Pós-Graduação e Pesquisa), da Universidade Federal de Juiz de Fora.

**Endereço para correspondência:** bianchienzo01@gmail.com

---

1 Bacharel em Educação Física; Universidade Federal de Juiz de Fora, campus Governador Valadares

2 Grupo de Estudos e Pesquisa em Ciências Aplicadas ao Futebol (GEPCAF).

3 Unifatecie - Polo Porto Alegre

**RELAÇÃO ENTRE FORÇA MUSCULAR E FUNÇÃO COGNITIVA EM PESSOAS IDOSAS INSTITUCIONALIZADAS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA**

Cássia Suraneide Oliveira Bastos; <sup>1</sup>Meirele Rodrigues Gonçalves; <sup>1</sup>Silvana Nogueira Lahr.

**Introdução:** O envelhecimento está associado a processos de degradação biológica e danos celulares, que resultam na diminuição das respostas fisiológicas e no comprometimento funcional. Quando somado à presença de comorbidades e a um estilo de vida pouco saudável, esse processo pode culminar em ao declínio físico e mental. O isolamento social, a inatividade física e a falta de estimulação cognitiva, condições frequentemente observadas em Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPIs), intensificam a perda de autonomia dos idosos. Comprometimentos cognitivos são comuns no envelhecimento, porém tendem a ser subnotificados em idosos institucionalizados, devido à baixa demanda intelectual do ambiente, o que dificulta a identificação precoce e o início oportuno de intervenções. Ressalta-se que a cognição exerce papel central na execução de habilidades motoras voluntárias, sendo indispensável para o controle e a eficiência das ações motoras. **Objetivo:** identificar estudos que relacionaram a força muscular com a função cognitiva em pessoas idosas institucionalizadas. **Métodos:** realizou-se uma revisão sistemática, conduzida a partir das recomendações propostas no guia *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA), com buscas nas bases de dados Lilacs e PubMed, sendo considerada a produção científica dos últimos 10 anos. Os descritores utilizados foram: 1) Força muscular *and* cognição *and* idoso institucionalizado; 2) Força muscular *and* função cognitiva *and* idoso institucionalizado; 3) Força muscular *and* cognição *and* institucionalização, além de seus similares em Inglês. Os critérios de inclusão foram: estudos originais, publicados em português ou inglês, que avaliaram a relação entre a força muscular e funções cognitivas em pessoas idosas, de ambos os sexos, residentes em ILPIs. **Resultados:** foram identificados 47 artigos, dos quais 12 foram excluídos por duplicidade. Após a aplicação dos critérios de inclusão, foram selecionados quatro estudos que atenderam ao escopo da presente revisão. A seleção foi realizada a partir da leitura inicial de títulos e resumos, e posteriormente de maneira completa dos artigos que restaram. A análise dos dados e a comparação entre diferentes métodos de avaliação da função cognitiva e da força muscular mostram que, em maior ou menor grau, a preservação da força muscular exerce efeito benéfico sobre as capacidades cognitivas dos idosos. **Conclusão:** ressalta-se a relevância importância de abordagens multidimensionais no cuidado de idosos residentes em ILPIs, com ênfase no papel do profissional de Educação Física. Tais abordagens devem priorizar a manutenção da força muscular e o monitoramento contínuo das funções cognitivas. Destaca-se, ainda, a necessidade de futuras pesquisas que aprofundem essa relação e avaliem a eficácia de intervenções com exercícios físicos na promoção da saúde cognitiva e física de idosos institucionalizados.

**Palavras-chaves:** Força Muscular, Cognição, Institucionalização.

<sup>1</sup>Departamento de Educação Física. Instituto de Ciências da Vida. Universidade Federal de Juiz de Fora – campus Governador Valadares.