



**UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

NAYARA ALEXANDRE DOS SANTOS

JOÃO PESSOA

2018

KALINNE FERNANDES SILVA

**ESPORTES DE AVENTURA: PRÁTICA DO RAPEL NA PROMOÇÃO DO BEM
ESTAR**

Artigo Científico apresentado ao curso de Bacharelado em Educação Física, pela Universidade Federal da Paraíba como requisito institucional para conclusão do Curso de Graduação em Bacharelado em Educação Física.

Orientador: ProfºDr. Mateus David Finco

JOÃO PESSOA

2018

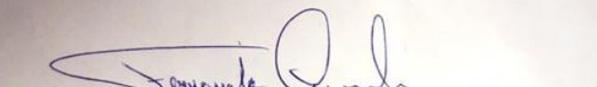
NAYARA ALEXANDRE DOS SANTOS

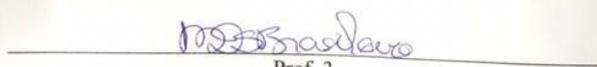
**ESPORTES DE AVENTURA: PRÁTICA DO RAPEL NA PROMOÇÃO DO BEM
ESTAR**

Aprovada em: 06/11/2018

BANCA EXAMINADORA

Mateus David Finco
Prof. 1
Orientador - UFPB


Prof. 2
Examinador Externo


Prof. 3
Examinadora - UFPB

Catálogo na publicação
Seção de Catalogação e Classificação

S586e Silva, Kalinne Fernandes.

EFEITO AGUDO DO EXERCÍCIO AERÓBIO COM RESTRIÇÃO DE FLUXO SANGUÍNEO NOS ESTADOS DE HUMOR DE ATLETAS DE FUTEBOL AMERICANO / Kalinne Fernandes Silva. - João Pessoa, 2018.

34 f.

Orientação: Gilmário Ricarte Batista.
Monografia (Graduação) - UFPB/ccs.

1. exercício aeróbio, humor, saúde mental. I. Batista, Gilmário Ricarte. II. Título.

UFPB/BC

AGRADECIMENTOS

A Deus que está comigo em todos os momentos e me proporcionou realizar este sonho, me dando ânimo por meio de muitos momentos felizes e forças para enfrentar todas as dificuldades que surgiram pelo caminho me fazendo chegar até aqui;

A minha mãe e meu pai, Maria de Fatima Alexandre Santos e Cleliton da Cruz Santos por sempre estarem comigo nos momentos mais especiais e difíceis da minha vida, por todo o incentivo, amor, carinho e apoio para que esse momento se tornasse realidade;

Ao meu orientador e Amigo Dr. Mateus David Finco por todos os conselhos, pela ajuda e incentivo para elaboração deste estudo.

EPÍGRAFE

“Só sei que nada sei”

Sócrates

“O sucesso é uma consequência e não um objetivo”

Gustave Flaubert

Resumo

A prática de esportes de aventura vem crescendo em nosso país e entre as modalidades que mais se destacam está a prática do Rapel. Esse tipo de atividade faz parte do turismo de aventura e tem atraído muitos adeptos desde a década de 1990. Diante disso, esse tema vem sendo objeto de estudos acadêmicos na área de Educação Física, Psicologia, Ciências Sociais, Medicina entre outras áreas de conhecimento (BUCKLEY; UVINHA, 2011). O objetivo do presente estudo foi investigar de que maneira o Rapel pode influenciar no bem estar físico de praticantes da modalidade. A pesquisa foi de campo, de natureza qualitativa e descritiva, com corte transversal. A amostra foi composta por quinze praticantes de Rapel de ambos os sexos com idade entre 20 a 40 anos de idade. As variáveis investigadas foram realizadas a partir de uma entrevista semiestruturada onde os praticantes de Rapel responderam a perguntas sobre os benefícios da prática de Rapel e as razões que levam esses indivíduos a praticarem essa modalidade esportiva. Os dados foram analisados de forma quantitativa e qualitativa, através da análise de conteúdo. Os principais benefícios advindos da prática de Rapel citados pelos praticantes foram: 1º o aumento do condicionamento (27 %); da resistência (27%), e da superação dos limites (27 %), 2º força (13%), e 3º da concentração (6%). Entre os motivos citados relacionados a prática do esporte estão: 1º influência por parte dos amigos (38%); 2º o alívio do estresse (37%); 3º o gosto por desafios (25%); quanto aos benefícios na área pessoal e profissional destacaram: 1º o aumento da autoestima (33%), 2º felicidade (33%), 3º redução do estresse (27 %) e 4º tranquilidade (7 %). Diante das respostas obtidas podemos concluir que o Rapel contribui de forma significativa na vida dos praticantes, pois promove uma integração de atividade em prol do condicionamento físico, mas também como uma compensação do agitado cotidiano dos praticantes, que destacaram melhorias na autoestima e estresse. Para futuros estudos sobre as práticas do Rapel, um mais detalhado levantamento sobre o bem estar psíquico e geral são relevantes para que se possa mapear de forma completa todos os benefícios da prática do Rapel.

Palavras chaves: Rapel, Esportes de Aventura, Bem estar

ABSTRACT

The practice of adventure sports has been growing in our country and among the modalities that stand out most is the practice of Rapel. This type of activity is part of adventure tourism and has attracted many fans since the 1990s. Faced with this, this theme has been the object of academic studies in the area of Physical Education, Psychology, Social Sciences, Medicine among other areas of knowledge (BUCKLEY; UVINHA, 2011). The objective of the present study was to investigate how the Rapel can influence the physical well-being of practitioners of the sport. The research was field, of qualitative and descriptive nature, with transversal section. The sample consisted of fifteen Rapel practitioners of both sexes aged between 20 and 40 years of age. The variables investigated were based on a semi-structured interview where Rapel practitioners answered questions about the benefits of Rapel practice and the reasons that lead these individuals to practice this sport modality. The data were analyzed quantitatively and qualitatively, through content analysis. The main benefits derived from the practice of Rapel cited by practitioners were: 1) the increase in conditioning (27%); of the resistance (27%), and of the exceedance of the limits (27%), 2nd force (13%), and 3rd of the concentration (6%). Among the reasons cited related to the practice of sports are: 1st influence by friends (38%); 2nd stress relief (37%); 3rd the taste for challenges (25%); (33%), 2nd happiness (33%), 3rd stress reduction (27%) and 4th tranquility (7%). In view of the answers obtained, we can conclude that Rappel contributes significantly to the life of the practitioners, since it promotes an integration of activity in favor of physical conditioning, but also as a compensation for the daily restlessness of the practitioners, which highlighted improvements in self-esteem and stress. For further studies on Rapel practices, a more detailed survey on psychic and general well-being is relevant in order to fully map all the benefits of Rapel practice.

Keywords: Rappel, Adventure Sports, Wellness

Introdução

Os esportes de aventura já ocupam um lugar de destaque no cenário do turismo de aventura e cada vez mais essa modalidade esportiva vem ganhando adeptos em todo o país. Geralmente as pessoas praticam esse tipo de modalidade com o intuito de vivenciar uma experiência recompensadora que lhe permita vivenciar diferentes sentimentos incluindo o entusiasmo, superação dos medos, desafios e obstáculos. Entre os diversos esportes que fazem parte dos esportes de aventura estão os aquáticos (*Boiacross*, Canoagem, *Duck*, Kitesurfe, Mergulho, Parasail, *Rafting*, Surfe); terrestres (Arvorismo, *Bungee Jumping*, Cicloturismo, Caminhadas, Cavalgada, *Canyoning*, Escalada, Espeleoturismo, Fora de Estrada, *MotoCross*, Rapel e Tirolesa) e os aéreos (Asa Delta, Balonismo, Parapente, Pára-quedismo e Ultraleve) (UVINHA, 2005).

Em uma sociedade cada vez mais competitiva e tecnológica, muitas pessoas têm procurado sair da rotina e uma das escolhas de alguns grupos vem sendo a prática de esportes radicais. Esse tema vem ganhando mais espaço nas pesquisas acadêmicas na medida em que estudos têm mostrado que praticar esses esportes traz aos seus praticantes inúmeros benefícios. Diante desse contexto, o lazer vem se tornando objeto de estudo e investigação se, as atividades de aventura na natureza, geralmente estão relacionadas a benefícios físicos, emocionais, sociais e psicológicos (LAVOURA; SCHWARTZ; MACHADO, 2008). Diante destes benefícios a prática de Rapel e de atividades de aventura na natureza são opções que oferecem oportunidades para que os indivíduos reduzam os níveis de estresse vividos nas grandes cidades e deixem de lado o mundo tecnológico, conectando-se desta forma ao mundo real através do contato direto com a natureza. As práticas das atividades de aventura na natureza e as emoções estão relacionadas às sensações de medo, ansiedade, insegurança e preocupação relatada pelos praticantes de Rapel, onde é possível observar uma fusão entre o medo e o prazer, a ansiedade e a satisfação, a insegurança e o conforto, a preocupação e a alegria (LAVOURA; SCHWARTZ; MACHADO, 2008).

Uma das características do Rapel é a de proporcionar aos seus praticantes a experiência de vivenciar diferentes sensações e, conseqüentemente, ao vivenciá-las, os indivíduos passam a lidar melhor com suas emoções e dificuldades. Diante das reflexões apontadas acerca dos esportes de aventura e dos benefícios da prática do Rapel esse estudo busca levantar o seguinte questionamento: **De que forma o Rapel pode influenciar no bem estar físico dos seus praticantes?**

Em um mundo cada vez mais competitivo e tecnológico as pessoas têm buscado se aproximar mais da natureza e estabelecer novas relações entre o lazer e outras esferas da vida humana incluindo os laços de amizade, as sensações e emoções que essa prática esportiva proporciona.

Diante disso a aproximação com o meio ambiente traz bem estar físico, psicológico, emocional e social. “O surgimento de novas tecnologias, criadoras de novas possibilidades de vivências no lazer, conduz a um repensar sobre os significados de proximidade, distância, individualidade, sociabilidade, mobilidade, meio ambiente e aventura” (MARINHO, 2008, p.182).

A motivação pessoal para o desenvolvimento dessa temática se deu a

partir da minha experiência pessoal nessa área onde, tive a oportunidade de perceber a importância do Rapel para a qualidade de vida dos praticantes, sendo assim, um dos elementos impulsionadores para a escolha desse tema, devido à importância de se desenvolver reflexões acerca desse assunto no meio acadêmico e na vida profissional de professores de Educação Física. Diante da importância de discutir este tema, esta pesquisa teve como objetivo geral investigar a influência do Rapel no bem estar físico de seus praticantes e dando suporte a este feito tem como objetivos específicos identificar quais os benefícios do Rapel frente ao bem estar físico; analisar os motivos que influenciam a prática do Rapel na natureza e analisar a influência do Rapel no estilo de vida dos seus praticantes.

MATERIAIS E MÉTODOS

A pesquisa caracteriza-se de campo, de natureza qualitativa e descritiva com corte transversal. Fizeram parte da pesquisa quinze indivíduos praticantes de Rapel de ambos os sexos que têm idade entre 20 e 40 anos com técnica de amostragem não probabilística e as variáveis desta pesquisa foram sexo, idade, motivação para prática de rapel, benefícios do rapel na vida dos praticantes e bem estar. A coleta de dados foi realizada na Pedra da Boca no município de Araruna em João Pessoa-PB e os dados foram coletados por meio de uma entrevista semiestruturada onde os praticantes de rapel responderam perguntas sobre os benefícios da prática de rapel e as razões que levaram esses indivíduos a praticarem essa modalidade esportiva. O instrumento utilizado na pesquisa foi uma entrevista semiestruturada que foi gravada. Em seguida as respostas foram analisadas.

No primeiro momento foi feito o contato inicial com o responsável pelo local onde os dados foram coletados e neste encontro o responsável recebeu o pedido de autorização para realização da entrevista. No segundo momento foi feito o contato inicial com os indivíduos que se enquadravam nos critérios de inclusão e foi exposto para o grupo o objetivo da pesquisa. Foram incluídos na pesquisa praticantes de Rapel de ambos os sexos com idades entre vinte e quarenta anos que concordaram em participar da mesma e assinaram o termo de consentimento. Foram excluídos da pesquisa os praticantes de Rapel com idade inferior a vinte anos e com idade maior que quarenta anos e os indivíduos que não concordaram em participar da pesquisa e não assinaram o termo de consentimento.

Os indivíduos que desejaram participar do estudo assinaram o termo de consentimento e responderam a entrevista semiestruturada contendo algumas questões sobre os benefícios da prática de rapel e as razões que levam esses esportistas a praticarem essa modalidade de esporte. As entrevistas nesta ocasião foram gravadas e as respostas analisadas.

Os dados foram analisados de forma qualitativa, por meio da entrevista semiestruturada onde os participantes puderam expor seus pensamentos de forma aberta sobre o tema proposto.

Bardin (2011) define que a análise do conteúdo é composto por um conjunto de instrumentos de cunho metodológico em constante aperfeiçoamento, que se aplicam a discursos (conteúdos e continentes) extremamente diversificados.

Para análise dos resultados foram realizadas as três etapas de categorização citadas por Bardin (2011) a pré-análise; exploração do material e tratamento dos resultados, inferência e interpretação. Os dados foram analisados a partir de duas categorias, em que serão agregados os dois grandes temas da entrevista: 1. Benefícios da prática de Rapel; 2. Razões que levam a praticar esse esporte.

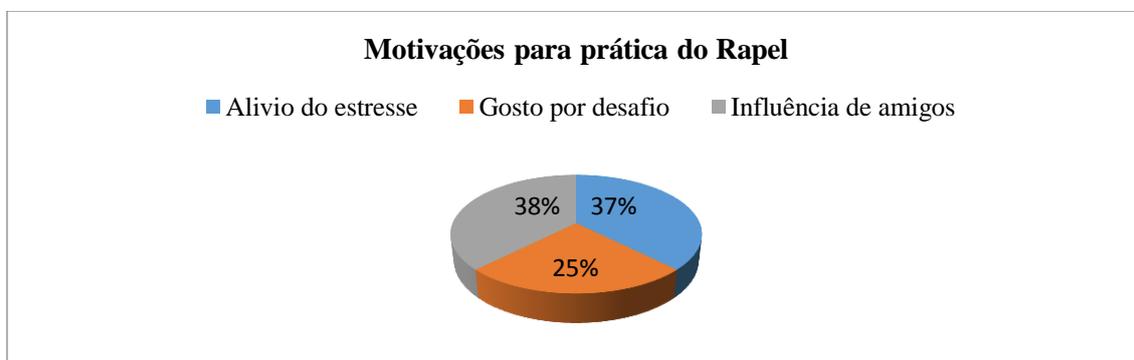
O presente estudo respeitou os aspectos éticos preconizados pela Resolução CNS 466/12, no art. III, que implica no respeito ao participante da pesquisa em sua dignidade e autonomia, reconhecendo sua vulnerabilidade, assegurando sua vontade de contribuir

e permanecer, ou não, na pesquisa, por intermédio do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (BRASIL, 2012).

RESULTADOS E DISCUSSÕES

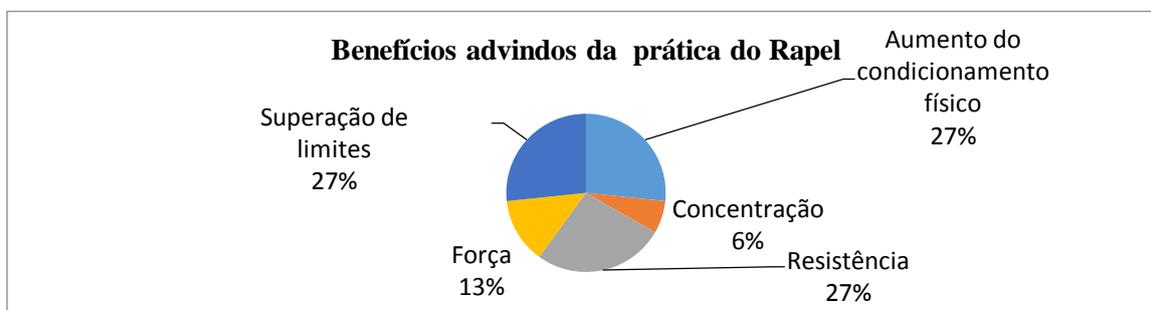
Com o intuito de analisar os dados sobre a influência do rapel no bem estar físico de seus praticantes, os fatores motivacionais que levaram os indivíduos a praticarem o rapel e os benefícios físicos que a prática desse esporte proporciona aos mesmos serão descritos e analisados os dados do questionário a seguir: Os praticantes envolvidos na pesquisa a fim de manter sobre sigilo sobre a identidade dos mesmos serão nomeados como: P1, P2, P3, P4, P5, P6, P7, P8, P9, P10, P11, P12, P13, P14 e P15.

Gráfico 1: Motivações para a prática do rapel



As motivações que levaram os indivíduos da pesquisa a praticarem rapel foram: a influência dos amigos (37%), alívio do estresse (38%) e gosto por desafios (25%). Neste gráfico pode-se observar que a experiência dos amigos no rapel acaba sendo uma motivação para a prática por novos adeptos e o alívio do estresse também aparece como um fator motivacional para tal prática. Em terceiro lugar ficou o gosto por desafios outra característica apresentada pelos praticantes de Rapel.

Gráfico 2: Benefícios advindos da prática de Rapel

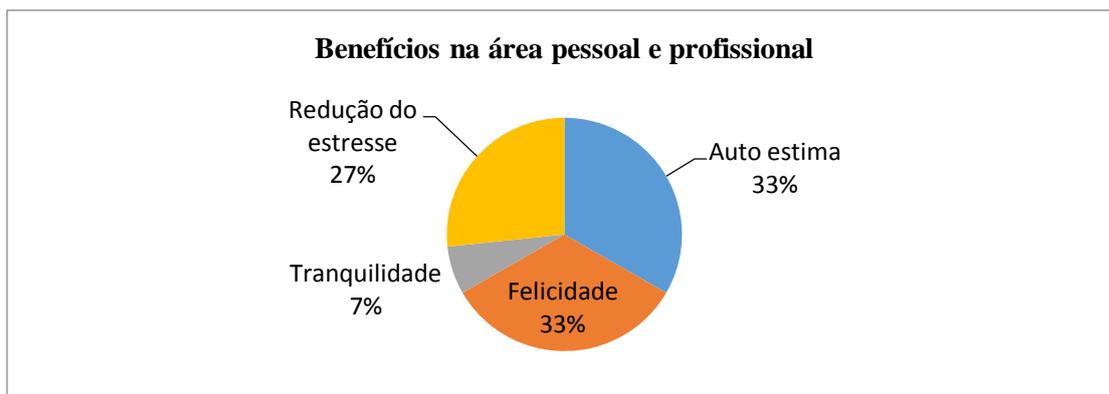


No gráfico 2 os benefícios citados pelos praticantes de rapel foram o aumento do condicionamento físico(27%), superação de limites(27%), resistência(27%),

força(13%) e concentração(6%). Observa-se que há um equilíbrio entre os descritores de condicionamento físico, superação de limites e resistência.

Neste contexto, Nahas (2006) define que as pessoas passam a se exercitar por diferentes razões e pela combinação de vários motivos que levam as mesmas a experimentarem uma maior qualidade de vida. Diante do exposto, o rapel por ser uma prática realizada na natureza colabora para a motivação dos indivíduos e, por ser uma atividade que exige resistência e força física, ela acaba modificando o hábito de vida de seus praticantes no dia à dia.

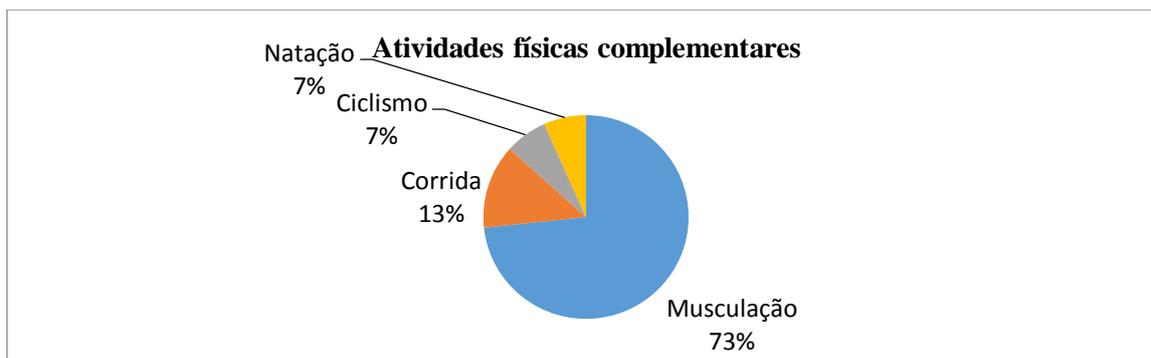
Gráfico 3: Benefícios na área pessoal e profissional



No gráfico 3 foram citados pelos praticantes de rapel alguns benefícios adquiridos na área pessoal e profissional e são eles: felicidade(33%), auto estima(33%), redução do estresse(27%) e tranquilidade(7%). Observa-se que a felicidade e auto estima destes praticantes aumentou após a prática desta modalidade esportiva e houve uma redução do estresse significativa na vida destes praticantes.

Le Breton (2006) afirma que vivenciar situações arriscadas contribui para adquirir a percepção da competência pessoal diante de um evento. Conforme o autor, sair da zona de conforto e de segurança, permite que o indivíduo ultrapasse o seu limite e estabeleça novos horizontes, compreendendo o contexto da imprevisibilidade de um ato, e aprendendo a lidar melhor com novos sentimentos e emoções.

Gráfico 4: Atividades complementares para o bem-estar físico

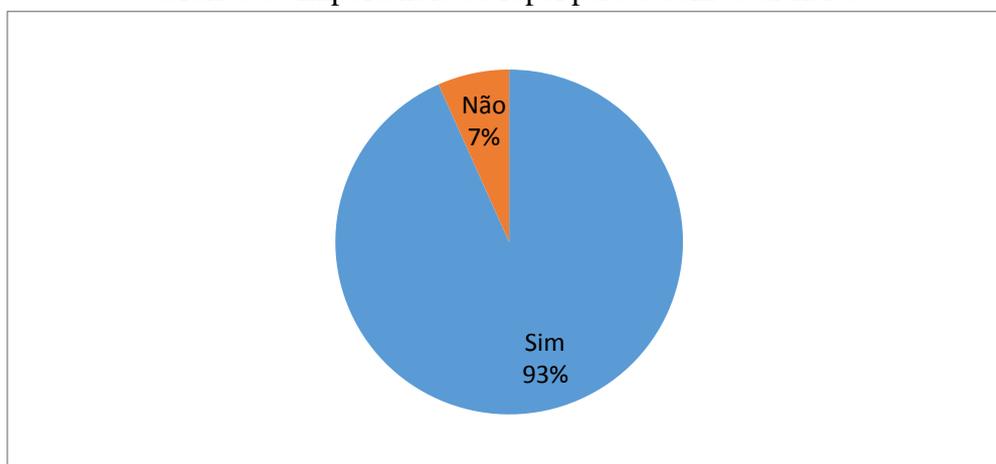


Observa-se que entre as atividades físicas complementares os praticantes de rapel apresentam uma maior preferência por musculação o que é bem fácil de compreender já que a prática de rapel exige força e condicionamento físico adequado.

Estudos mostram que a prática regular de exercícios físicos melhora a qualidade de vida das pessoas em todos os aspectos e que o bem estar físico é resultado da junção da atividade física e alimentação equilibrada. Nesta perspectiva, a atividade física tem tido cada vez mais impacto nos domínios da qualidade e satisfação com a vida e essa satisfação está relacionada com as diversas experiências de vida e da sua relação com as condições de saúde, trabalho, moradia, com as relações sociais, a autonomia entre outros aspectos que são associados ao bem estar (LUCAS et al., 2018).

Ao serem questionados sobre o entendimento do rapel como uma modalidade importante para o bem-estar físico das pessoas e a sua contribuição os entrevistados responderam:

Gráfico 5: Importância do rapel para o bem estar físico



Observa-se que 93% dos entrevistados consideram o rapel importante para o bem estar físico dos seus praticantes e apenas 7% não consideram importante.

Para Araújo e Araújo (2000) a qualidade de vida abrange as quatro categorias supracitadas e pode ser observadas em grupos, populações e de forma individual; nesse contexto, falar de bem estar, de saúde e de qualidade de vida envolve diversos fatores que precisam ser mensurados e avaliados para que se tenha uma ideia mais clara sobre esse tema. O que para um pode ser sinônimo de bem estar para outro pode não ser e, diante da complexidade de entender a definição desses termos, é preciso compreender que a humanidade tem buscado ter uma vida melhor em todos os aspectos.

No segundo momento foi questionado de que forma o rapel contribui para o bem estar dos seus praticantes e os entrevistados responderam conforme tabela abaixo;

QUADRO 1: Contribuição do Rapel para o bem estar físico dos praticantes

Categoria	Subcategoria	Unidade de Registo	Unidade de Contexto
Contribuição do Rapel para o bem estar físico dos praticantes	Concepção dos praticantes de rapel sobre a contribuição do esporte para o bem estar físico	Resistência física Saúde Força física	<p><i>Sim, porque melhora tanto a questão física aumentando a resistência (P6)</i></p> <p><i>Sim, com certeza, melhora da autoestima, uma vida mais saudável, menos sedentária e com mais energia no dia a dia.. (P14)</i></p> <p><i>O rapel traz benefícios físicos desde sua preparação física, resistência respiratória, força física, mas também traz muitos benefícios que ultrapassam os físicos que em minha opinião são os mais importantes (P15)</i></p>

Nesta quadro 1 observa-se que a maioria dos entrevistados apontam a resistência física, a força e a saúde como fatores que contribuem para o bem estar físico dos praticantes de rapel.

QUADRO 2: Importância da prática de esportes na natureza

Categoria	Subcategoria	Unidade de Registo	Unidade de Contexto
Importância da prática de esportes na natureza	Concepção dos praticantes de rapel sobre a importância da prática de esportes na natureza	Sensação de liberdade Sensação de paz Alívio do estresse.	<p><i>Sim, sempre, o contato com a natureza te traz um enorme sensação de liberdade. Relaxa e tira o estresse da semana (P8)</i></p> <p><i>A natureza é o meu escape, onde me sinto em paz. Queria que</i></p>

			<p><i>todas as pessoas tivessem a oportunidade de vivenciar isso. (P10)</i></p> <p><i>Sim, pois sai da rotina da cidade, sem zoadas de carros, trabalhos, sem a poluição visual da cidade, esportes na natureza é a sua paz, barulho apenas dos ventos e animais.(P11)</i></p>
--	--	--	--

No quadro 2 observa-se que os praticantes reconhecem a importância de praticar esportes na natureza e destacam a sensação de liberdade, paz, e alívio do estresse. Observa-se com estes resultados que os praticantes de rapel associam esta atividade a uma enorme sensação de bem estar.

Neste contexto, Lavoura, Schwartz e Machado (2008) destacam que as atividades praticadas na natureza oferece aos seus praticantes sensações e emoções prazerosas e significativas influenciando desta forma sua qualidade de vida e sensação de bem estar.

QUADRO 3: Principais mudanças ocorridas na vida pessoal após a prática de rapel

Categoria	Subcategoria	Unidade de Registro	Unidade de Contexto
Principais mudanças ocorridas na vida pessoal após a prática de rapel	Concepção dos praticantes de rapel sobre as principais mudanças ocorrida após a prática de rapel.	Melhora da auto estima	<i>Melhorou minha autoestima, passei a gostar do meu corpo, me amar. (P12)</i>
		Superação dos medos	<i>Vencer medos, conseguir controlar a ansiedade e conseguir controlar as emoções em meio a um desafio que é a altura do rapel. (P6)</i>
		Confiança e determinação	<i>Confiança e determinação em todas as áreas da minha</i>

			<i>vida. (P3)</i>
--	--	--	-------------------

No quadro 3 observa-se que os praticantes de rapel passaram após a prática do esporte a ter sua auto estima elevada, a superar os medos e a ter mais confiança e determinação diante da vida. Diante disso, observa-se que tais sentimentos foram sendo adquiridos após a prática de rapel. A cada desafio superado estes indivíduos conseguem superar seus medos e seus limites ampliando desta forma à sensação de autoestima e superação de desafios. O estudo de Cardoso, Silva e Felipe (2006) traz a discussão os sentimentos e emoções que são vivenciadas pelos praticantes de esportes de aventura na natureza e destacam que a oferta de desafios a serem superados leva o indivíduo a fortalecer o sentimento de autoconfiança e a ultrapassar seus limites.

QUADRO 4: Principais melhoras sentidas na vida pessoal após o início da prática de esportes de aventura.

Categoria	Subcategoria	Unidade de Registro	Unidade de Contexto
Principais melhoras sentidas na vida pessoal após o início da prática de esportes de aventura	Concepção dos praticantes de esportes de aventura sobre as principais melhorias na vida pessoal após a prática de rapel.	Diminuição do estresse. Disposição Superação dos desafios.	<i>Diminuição do estresse, melhora da concentração, aumento da autoestima e melhora da capacidade de tomar decisões importantes sob pressão. (P1)</i> <i>Tudo, fiquei mais disposto a correr atrás e ter um futuro melhor. (P4)</i> <i>O fato de eu ter ficado mais tranquila melhorou no meu desempenho profissional e na resolução de problemas (P2)</i>

Observa-se que a maioria dos entrevistados apontam que a prática do rapel proporcionou uma maior disposição na vida e no trabalho, mais tranquilidade e capacidade de superar os desafios e resolver problemas.

Marinho (2003) destaca que ter acesso a ambientes naturais seja por meio de turismo ou por meio da prática de atividades físicas de aventura fazem com que os seres humanos tenham um contato mais próximo a natureza e sintam sensações de bem estar . Neste contexto, praticar esportes de aventura proporciona nos indivíduos sensações positivas que incluem sentimentos de preservação, de superação dos medos, redução dos níveis de estresse e capacidade de enfrentar a rotina com mais leveza e tranquilidade.

CONCLUSÃO

Diante dos resultados pode-se concluir que a prática de Rapel e dos esportes na natureza causa em seus praticantes melhorias em todos os aspectos da sua vida seja ela profissional, pessoal, afetiva, psicológica e familiar. Observa-se nos resultados que os praticantes destacam além dos benefícios físicos como força, saúde, melhora do condicionamento físico e maior disposição, mais qualidade de vida e felicidade.

Em suma, destaca-se que o contato com a natureza favorece as sensações de bem estar, tranquilidade, paz e felicidade sendo, portanto atividades esportivas que favorecem a qualidade de vida de seus praticantes. Observou-se na pesquisa que os praticantes de Rapel entrevistados descrevem tais benefícios e afirmam que depois da prática do Rapel passaram a sentir-se mais motivados, felizes, com melhora na sua capacidade física, redução do estresse e conseqüentemente aumento da sensação de liberdade e paz. Este estudo trouxe resultados sobre a percepção dos praticantes de Rapel sobre os benefícios desta prática esportiva na natureza. Espera-se que outros estudos possam embasar melhor esta pesquisa e proporcionar uma visão mais ampliada sobre os benefícios da prática de Rapel. Diante da importância de discutir esta temática nos dias atuais faz-se necessários que os profissionais de Educação Física tenham conhecimentos acerca dos inúmeros benefícios decorrentes desta prática.

Diante deste contexto espera-se que outros trabalhos científicos possam ser elaborados para que se possa ter uma visão mais ampliada acerca dos benefícios do rapel para o bem estar dos seus praticantes. Os futuros estudos sobre este tema servirão de suporte e base científica para os profissionais da área de Educação Física.

REFERÊNCIAS

- ALBUQUERQUE, A. S., & TRÓCCOLI, B. T. (2004). **Desenvolvimento de uma escala de bem-estar subjetivo**. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 20(2), 153-164.
- BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edição 70, 2011.
- BUCKLEY, Ralf; UVINHA, Ricardo Ricci. **Turismo de Aventura: Gestão e atuação profissional**. Coleção Eduardo Sanovicz de Turismo. São Paulo: Editora Elsevier, 2011.
- CARDOSO, Aercio Rossi; SILVA, Andreia Silva; FELIPE, Gisele Rosa. A educação pela aventura: desmistificando sensações e emoções. **Motriz**, Rio Claro, v.12, n.1, p.77-87, jan./abr. 2006.
- CÁSSARO, E. R. **Atividades de Aventura, aproximações preliminares na rede municipal de ensino de Maringá**. Monografia. Curso de Graduação em nível de Especialização; Educação Física na Educação Básica, Universidade Estadual de Londrina, Londrina, 2011.
- DIAS, C. A. G. Notas e definições sobre esporte, lazer e natureza. **Licere**, Belo Horizonte, v. 10, n. 3, p. 1-36, 2007.
- LE BRETON, D. **Risco e lazer na natureza**. . In: Viagens, lazer e esporte: o espaço da natureza. Alcyane Marinho; Heloisa Turini Bruhns (org.). São Paulo: Manole, 2006, p. 116
- LUCAS, C; FREITAS, C; OLIVEIRA, C; MACHADO, M; MONTEIRO, M. Exercício físico e satisfação com a vida. **PsychTech & Health Journal**/ 2018, vol. 1, n. 2, pp. 38 - 47 .
- LAVOURA, T.N.; SCHWARTZ, G.M. & MACHADO, A.A. Aspectos emocionais da prática de atividades de aventura na natureza: a (re)educação dos sentidos. **Rev. bras. Educ. Fís. Esp.**, São Paulo, v.22, n.2, p.119-27, abr./jun. 2008.
- LIMA, Bruno de Souza; EICHENBERG, Fábio Orlando. **Relação dos riscos com a atividade** do turismo de aventura: análise da atividade de rapel na pedreira Curral de Arame município de Dourados-MS
- MACHADO, Wagner de Lara; BANDEIRA, Denise Ruschel. Bem-estar psicológico: definição, avaliação e principais correlatos. **Estudos de Psicologia** I Campinas I 29(4) I 587-595 I outubro - dezembro 2012.

MARINHO, Alcyane. Lazer, Aventura e Risco: reflexões sobre atividades realizadas na natureza. Movimento, **Revista de Educação Física da UFRGS**, Porto Alegre, v. 14, n. 02, p. 181-206, maio/agosto de 2008.

_____. **Lazer, natureza e aventura**: compartilhando emoções e compromissos. Revista Brasileira de Ciências do Esporte. Campinas (SP): Autores Associados, v. 22, n. 2, jan., p.143-153, 2001.

MARQUES, Marcos Antônio Pereira. Saúde e bem-estar social in SciELO Books / SciELO Livros / SciELO Libros. ANDRADE, A., PINTO, SC., and OLIVEIRA, RS., orgs. Animais de Laboratório: criação e experimentação. [online]. Rio de Janeiro: Editora FIOCRUZ, 2002. 388 p. Disponível em books.scielo.org/id/sfwtj/pdf/andrade-9788575413869-45.pdf.

MUNHOZ, J. F.; GONÇALVES J. L. Atividades físicas de aventura na natureza: trajetória na região de São Carlos. In: III Congresso Científico Latino Americano UNIMEP/FIEP, 2004, Piracicaba.

NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida**: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. 5. ed. rev. atual. Londrina: Midiograf, 2010. 318p.

NOGUEIRA, Vera, Maria Ribeiro. Estado de bem estar social. Origens e desenvolvimento. **Revista Katálysis**, nº5, julho/dezembro. 2001.

PIMENTEL, Giuliano Gomes de Assis. Ritos e risco na prática do vôo livre. **Revista Movimento**, Porto Alegre, v. 14, n. 03, p. 13-32, setembro/dezembro de 2008.

_____. Esportes na natureza e atividades de aventura: uma terminologia aporética. **Rev. Bras. Ciênc. Esporte**, Florianópolis, v. 35, n. 3, p. 687-700, jul./set. 2013.

TAHARA, Alexander Klein; FILHO CARNICELLI, Sandro. A presença das atividades de aventura nas aulas de Educação Física. Arquivos de Ciências do Esporte, 2012. Disponível em: <http://www.uftm.edu.br/aces>. Acesso: 28 mai. 2018.

TEIXEIRA, Fabiano Augusto; MARINHO, Alcyane. Atividades de aventura: reflexões sobre a produção científica brasileira. **Revista Motriz**, Rio Claro, v.16 n.3 p.536-548, jul./set. 2010.

UVINHA, Ricardo Ricci. **Juventude, lazer e esportes radicais**. Barueri: Manole, 2005.

APÊNDICES

APÊNDICE A – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO
TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Título: ESPORTES DE AVENTURA: Prática do Rapel na promoção do bem estar físico

Caro participante,

O estudante do Curso de Bacharelado em Educação Física, NAYARA ALEXANDRE DOS SANTOS da Universidade Federal da Paraíba, pretende realizar um estudo com as seguintes características: o objetivo geral se trata de Investigar de que maneira o rapel pode influenciar no bem estar físico. Solicitamos a sua colaboração para participar da coleta dos dados através de por meio de uma entrevista semiestruturada que será gravada onde os praticantes de rapel responderão a perguntas sobre os benefícios da prática de rapel e as razões que levam esses indivíduos a praticarem essa modalidade esportiva., também é solicitada a sua autorização para que os dados possam constar em uma monografia de conclusão de graduação em Educação Física. Além disso, pedimos autorização para apresentar os resultados deste estudo em eventos da área de saúde e publicar em revista científica. Por ocasião da publicação dos resultados, seu nome será mantido em sigilo.

Informamos que os **benefícios** do estudo serão elevados e estarão relacionados com à importância de se desenvolver reflexões acerca desse assunto no meio acadêmico e na vida profissional dos educadores físicos, além de contribuir para o crescimento de pesquisas nesta área. **Os riscos** da pesquisa serão mínimos e relacionados com possíveis constrangimentos ao responder a entrevista que serão minimizados pelo pesquisador na coleta de dados através de orientações aos participantes sobre a melhor forma participação na pesquisa.

Esclarecemos que sua participação no estudo é voluntária e, portanto, você não é obrigado a fornecer as informações e/ou colaborar com as atividades solicitadas pelos pesquisadores. Caso decida não participar do estudo, ou resolver a qualquer momento desistir do mesmo, não sofrerá nenhum dano, nem haverá modificação na assistência que vem recebendo. Os pesquisadores estarão à sua disposição para qualquer esclarecimento que considere necessário em qualquer etapa da pesquisa. Diante do exposto, declaro que fui devidamente esclarecido e dou o meu consentimento livre e esclarecido para participar da pesquisa e para publicação dos resultados. Estou ciente que receberei uma cópia desse documento.

Assinatura do Participante

Espaço para impressão dactiloscópica.



Assinatura da Testemunha

Contato com o Pesquisador Responsável:

Caso necessite de maiores informações sobre o presente estudo, favor ligar para o pesquisador NAYARA ALEXANDRE DOS SANTOS - Telefone:.

Endereço: Castelo Branco, s/n. Campus Universitário. Departamento de Educação Física.

ou

Comitê de Ética em Pesquisa do CCS – UFPB

Endereço: Centro de Ciências da Saúde - 1º andar / Campus I / Cidade Universitária / CEP: 58.051-900 - (83) 3216 7791

Atenciosamente,

Assinatura do Pesquisador Responsável

APÊNDICE B – MODELO DO INSTRUMENTO DA PESQUISA**QUESTIONÁRIO DA PESQUISA**

Nome do entrevistado: _____

1. Qual sua idade?

2. Grau de Escolaridade:

Ensino Fundamental Ensino Médio Superior Pós Graduado –

Profissão: _____

3. sexo:

feminino masculino

4. Há quanto tempo pratica rapel? _____

5. O que o levou a praticar esporte de aventura?

Para aliviar o estresse do dia à dia Para sair do sedentarismo

Influência de amigos Por que gosto de desafios

Outro

6. Quais benefícios ou mudanças físicas você acha que a prática de rapel traz?

7. Que tipo de atividades complementares você buscou para o seu bem-estar físico ? Em que aspecto?

8. Você vê o rapel como uma modalidade importante para o bem-estar físico das pessoas? De que forma ele contribui?

9. Você considera importante praticar esportes na natureza? Por quê?

10. Sua vida pessoal quais mudanças principais ocorreram após o início da prática do rapel?

11. Na sua vida profissional o que melhorou depois que você passou a praticar esporte de aventura?

ANEXOS

ANEXO A – (Normas da revista a ser publicada)

Revista utilizada: Motrivivência

Diretrizes para Autores

Os manuscritos enviados para a revista Motrivivência, em qualquer seção, devem ser inéditos e não podem estar sendo avaliados por outro periódico simultaneamente. As contribuições devem estar alinhadas com o foco e escopo editorial da revista Motrivivência, em português ou espanhol, e serão aceitas nas seguintes seções:

- **Artigos Originais** - restrita à publicação de artigos inéditos, decorrentes de pesquisas teóricas ou empíricas. Deve conter, preferencialmente, as seguintes seções ou variações destas, de acordo com o objeto e o tipo de abordagem do mesmo: *introdução; material e métodos; resultados e discussão; conclusões; referências*.
- **Porta Aberta** – acolhe textos de variados formatos, como artigos de revisão, ensaios, resenhas de livros, dissertações ou teses, transcrição comentada de entrevistas e relatos de experiência, desde que fundamentadas.
- **Seção Temática** - no formato de dossiê sobre tema escolhido e divulgado pela comissão editorial, publica textos de submissão espontânea ou de demanda induzida a partir de chamada da editoria. Respeitada a temática indicada na seção, o formato dos textos pode ser: artigo original, artigo de revisão ou ensaio.

PREPARANDO O MANUSCRITO

Na preparação do manuscrito a ser submetido devem ser observados os seguintes aspectos:

1. Os textos devem ser submetidos apenas depois de passar por revisão técnica de Português (ou Espanhol, se for submetido nessa língua) quanto à sintaxe, concordância e semântica. Os textos que não atenderem a estes critérios serão devolvidos aos respectivos autores após a primeira análise de normalização.
2. Formato: os artigos devem ser submetidos em formato doc (Word); o arquivo não deve conter comentários.
3. Número de páginas: conter até 15 páginas em espaço simples;
4. Fonte: deve ser digitado em fonte Times New Roman, tamanho 12;
5. Formatação da página: todas as margens de 2,5 cm, em modelo A4.
6. Título: em português (ou em espanhol, se a submissão do texto for nessa língua), idêntico ao registrado nos metadados. A primeira letra da palavra inicial do título deve ser grafada em caixa alta (letra maiúscula) e as demais em caixa baixa (letras minúsculas), com exceção da primeira letra de nomes próprios e siglas. Caso haja um subtítulo, este deve ser grafado também em caixa baixa. A inserção do título no manuscrito deve ser centralizada e em negrito. **IMPORTANTE:** nenhuma chamada de nota de rodapé deve ser associada ao título.

7. Resumo: abaixo do título, deve ser inserido o **resumo** (ou resumen, se a submissão do texto for em língua espanhola) com, no máximo, 150 palavras. A letra inicial da primeira palavra do resumo deve ser em caixa alta (letra maiúscula). O resumo **NÃO** deve conter citação ou referência.

8. Palavras-chave: abaixo do resumo, inserir as **palavras-chave** (ou palabras-clave, se a submissão do texto for em língua espanhola). Estas devem ser constituídas por, no mínimo, três (3) e, no máximo, cinco (5) termos que identifiquem o assunto do artigo, **separados por ponto e vírgula, sem ponto final**. Apenas a inicial de cada palavra-chave deve ser grafada em letra maiúscula.

Obs.: Recomendamos a utilização dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), disponível em: <http://decs.bvs.br>.

9. A seguir, devem ser inseridos na seguinte ordem de apresentação: **o título, o resumo e as palavras-chaves em inglês e em espanhol** (ou em português e em inglês, se a submissão do texto for em língua espanhola). Os resumos nestas duas línguas também devem ter, cada um, no máximo 150 palavras.

10. Autores: na submissão do arquivo em formato Word **NÃO** devem constar os nomes dos autores ou qualquer outra forma de identificação dos mesmos no texto.

Obs.: a ordem da autoria do texto será **rigorosamente** a mesma da inserção dos nomes dos autores nos metadados (plataforma). **Em nenhuma hipótese será permitido acrescentar ou retirar nome de coautor depois que o texto for encaminhado para avaliação.**

11. Após esses dados iniciais, é desenvolvido o **texto propriamente dito**, seguido das **referências**. Todos os endereços de URL no texto e nas referências (Ex.: <http://www.ibict.br>) devem estar ativos.

12. Os autores devem cuidar para que a identificação de autoria seja removida das “propriedades” do arquivo .doc, conforme instruções disponíveis no item “Assegurando a Avaliação por Pares”. A exclusão das informações pessoais garante o critério de sigilo exigido para a avaliação por pares.

13. No ato da submissão, em formulário próprio de preenchimento obrigatório, os autores do texto deverão garantir:

a) serem os únicos titulares dos direitos autorais do artigo;

b) que o artigo é inédito e não está sendo avaliado por outro(s) periódico(s);

c) e que, caso aprovado, transferem os direitos autorais para a revista, sem reservas, para publicação do artigo no formato online (procedimentos que se realizam ao "clique" e aceitar este item no processo de submissão).

Obs.: para os textos publicados, a revista Motrivivência adota a licença Creative Commons “Atribuição - Não Comercial - Compartilhar Igual 4.0 Internacional” ([CC BY-NC-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)).

14. **Coautoria** – para todas as seções, serão aceitos textos com um número máximo de até cinco (5) coautores. Em casos especialíssimos, a comissão editorial poderá autorizar submissões com até seis (6) autores, desde que os mesmos justifiquem e detalhem a contribuição específica de cada um deles para a elaboração do texto.

Normas Técnicas

Recomendamos que os autores observem as normas da ABNT referentes à apresentação de citações em documentos (NBR 10.520/2002), apresentação de originais (NBR 12256), norma para datar (NBR 5892), numeração progressiva das seções de um documento (6024/2003), resumos (NBR 6028/2003) e referências (NBR 6023/2003), bem como a norma de apresentação tabular do IBGE.

Apresentação de citações: Citações diretas com até três linhas são inseridas no próprio corpo do texto, entre aspas, com a referência conforme exemplificado abaixo. Citações diretas com mais de três linhas devem ser apresentadas em destaque, separadas do corpo do texto, com recuo de 4 cm da margem esquerda, com corpo (tamanho da fonte) ou entrelinha (distância entre as linhas) menor e sem aspas, com a letra inicial em maiúsculo, seguida da referência conforme exemplificada abaixo.

Citação com reprodução de fala ou diálogo, coloca-se em destaque, separada do corpo do texto, com recuo de 4 cm da margem esquerda, com corpo (tamanho da fonte) ou entrelinha (distância entre as linhas) menor e entre aspas, em itálico e com a letra inicial em maiúsculo.

Quando, numa citação direta no corpo do texto, portanto, entre aspas, houver um trecho também com aspas, estas devem ser substituídas por aspas simples.

As indicações de autoria nas citações direta ou indireta seguem o modelo AUTOR, ANO. Nas citações diretas, a inserção do número da página é obrigatória.

Se a indicação do(s) autor(es) acontece no corpo do texto, o(s) nome(s) deve(m) ser redigido(s) em letras minúsculas, com exceção da primeira letra do nome de cada autor, que deve vir em maiúscula. A seguir, entre parênteses e separados por vírgula, o ano da publicação e o número da página - se for citação direta.

Exemplos de citação direta no corpo do texto:

- Um autor: Segundo Fulano (ano, p. xx),
- Dois autores: Para Fulano e Sicrano (ano, p. xx),
- Três autores: Conforme Fulano, Sicrano e Beltrano (ano, p. xx),
- Mais de três autores: Segundo Fulano *et al.* (ano, p. xx),

Quando a indicação dos autores é colocada dentro de parênteses (fora do corpo do texto), o(s) nome(s) do(s) autor(es) deve(m) ser redigido(s) em letras maiúsculas. A seguir, entre parênteses e separados por vírgula, o ano da publicação e o número da página - se for citação direta.

Exemplos:

1. Um autor: (FULANO, ano, p. xx)
2. Dois autores: (FULANO; SICRANO, ano, p. xx)
3. Três autores: (FULANO; SICRANO; BELTRANO, ano, p. xx)
4. Mais de três autores: (FULANO *et al.*, ano, p. xx)

Citação de citação: trata-se da citação de fonte secundária, ou seja, de um texto que se teve acesso a partir de outro documento. Recomendamos evitar, sempre que possível, o emprego desse tipo de citação. Caso elas sejam inevitáveis, seguir o modelo abaixo:

Leedy (1988 *apud* RICHARDSON, 1991, p. 417) compartilha deste ponto de vista ao afirmar que "os estudantes estão enganados quando acreditam que eles estão fazendo pesquisa, [...]".

Nesse caso, faz-se referência ao documento efetivamente consultado; no exemplo acima, a obra de Richardson (1991).

Lista das referências: a revista utiliza como padrão a norma NBR 6023/2003 (ABNT) e suas respectivas atualizações.

Obs.: embora a referida norma não imponha, a *Motrivivência* **adota, na lista de referências, o uso do nome e sobrenome completos e por extenso dos autores**. Sugerimos que as referências sejam feitas através do sistema MORE, da Biblioteca Universitária da UFSC, disponível em <http://www.more.ufsc.br/>.

Para sanar qualquer dúvida, sugerimos consultar documento da Biblioteca Universitária da UFSC em: http://www.bu.ufsc.br/design/SLIDES_REFERENCIAS_2011_CC.pdf.

Informações oriundas de comunicação pessoal, trabalhos em andamento e não publicados não devem ser incluídas na lista de referências, mas podem ser indicadas em nota de rodapé na página onde forem citadas.

Obs.: a exatidão e adequação das referências a trabalhos que tenham sido consultados e mencionados no texto são de responsabilidade do autor. Um texto, mesmo que aprovado, não será publicado se não atender às recomendações acima.

Imagens e figuras: quando for o caso, as ilustrações e tabelas devem ser apresentadas no interior do manuscrito na posição que o autor julgar mais conveniente. Devem ser numeradas, tituladas e apresentarem as fontes que lhes correspondem. As legendas e informações sobre as fontes das ilustrações, figuras e tabelas, devem vir em tamanho 11. As imagens devem ser enviadas em alta definição (300 dpi, formato TIF). Caso as imagens não sejam de autoria dos responsáveis pelo manuscrito, deve ser submetida como *Documento Suplementar* a autorização específica para reprodução das imagens na revista. Obras cujo autor faleceu há mais de 71 anos já estão em domínio público e, portanto, não precisam de autorização.

Apoio financeiro: é obrigatório informar no manuscrito, sob a forma de nota de rodapé na primeira página, todo e qualquer auxílio financeiro recebido para a elaboração do estudo que deu origem ao artigo submetido.

Agradecimentos: devem ser tão breves quanto possível e aparecer como nota de rodapé na primeira página do texto.

Conflito de interesses: é obrigatório que a autoria do manuscrito declare a existência ou não de conflitos de interesse. Mesmo julgando não haver conflitos de interesse, o(s) autor(es) deve(m) declarar essa informação no ato de submissão do artigo nos metadados (*Passo 2: Metadados da Submissão*, campo **Conflitos de interesse**) e na **primeira página do manuscrito**, sob a forma de nota de rodapé. Os conflitos de interesse podem ser de natureza pessoal, comercial, política, acadêmica ou financeira.

Obs: nenhuma chamada de nota de rodapé deve estar associada ao título.

Integridade na Atividade Científica: A Revista *Motrivivência*, atenta à necessidade de boas condutas na execução e publicação de pesquisas, adota como parâmetro as diretrizes básicas propostas pela Comissão de Integridade na Atividade Científica do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq). As diretrizes então disponíveis em www.cnpq.br/web/guest/diretrizes.

Os critérios éticos da pesquisa devem ser respeitados conforme os termos das Resoluções 466/12 e 510/2016, do Conselho Nacional de Saúde, quando envolver experimentos com seres humanos (<http://cep.ufsc.br/legislacao/>).

Nestes casos, os autores devem encaminhar como *Documento Suplementar* o parecer de Comitê de Ética reconhecido, ou declaração de que os procedimentos empregados na pesquisa estão de acordo com os princípios éticos que orientam as resoluções citadas.

Orientações para submissão no sistema

Os manuscritos serão recebidos somente via plataforma *online* (SEER). Para tanto:

Crie seu *login em*: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/motrivivencia/login> .

Obs.: para submeter um manuscrito, o usuário precisa cadastrar-se como **autor** na plataforma da revista.

A submissão envolve dois passos principais: a inclusão dos metadados e a transferência (*upload*) do manuscrito para o sistema.

1. **Inclusão dos metadados:** deverá conter obrigatoriamente os seguintes metadados: nomes dos autores, título do trabalho, resumo e palavras chaves; com exceção dos nomes dos autores, todos os demais metadados devem ser submetidos em português, inglês e espanhol.

OBS: ORIENTAÇÕES PARA SUBMISSÃO DOS METADADOS EM TRÊS IDIOMAS:

Para a inclusão dos metadados em três idiomas, o “Passo 3 – Metadados da Submissão” deve ser repetido para cada idioma, conforme as seguintes etapas:

- 1) Em “Idioma do Formulário”, selecione “PORTUGUÊS” e clique, antes de mais nada, em SUBMETER. Depois de preencher todos os campos obrigatórios neste idioma, retorne ao topo da página e clique novamente em SUBMETER.
- 2) Na sequência, altere o "Idioma do formulário" para o idioma “INGLÊS” e clique em SUBMETER. Depois de preencher todos os campos obrigatórios neste idioma, retorne ao topo da página e clique novamente em SUBMETER.
- 3) Mais uma vez, altere o “idioma do formulário”, agora para o “ESPAÑHOL”, e clique em SUBMETER. Depois de preencher todos os campos obrigatórios nesse idioma, retorne ao topo da página e clique novamente em SUBMETER.
- 4) Realizado o procedimento nos três idiomas, vá até o fim da página e clique em SALVAR E CONTINUAR..

A submissão correta, com todos os metadados preenchidos nos três idiomas (português, espanhol e inglês), é de total responsabilidade do autor do manuscrito. Uma submissão incorreta, constatada na análise preliminar de normalização, resultará no arquivamento do manuscrito.

Nos demais itens de metadados solicitados pela plataforma de submissão, o campo "**Resumo da Biografia**" é OBRIGATÓRIO e nele devem ser informados somente os seguintes dados, nesta ordem:

- Último grau acadêmico obtido ou em andamento (com a sigla da instituição);
- Instituição em que trabalha ou estuda atualmente;

É também OBRIGATÓRIO o preenchimento do tópico “URL” com o link do Currículo Lattes de cada autor. No caso de se tratar de autores não brasileiros, que não disponham desse formato de currículo, deve ser informado o número de registro no ORCID.

Obs.: tendo em vista o uso crescente do ORCID, sugerimos aos autores que informem também o seu número ORCID (caso não tenha registro, consultar <https://orcid.org/>)

2. Transferência do manuscrito: Depois de preenchidos todos os metadados nos três idiomas, o passo seguinte é fazer a **transferência do arquivo do texto**, observando as normas e recomendações referidas nessas diretrizes aos autores, no item “Preparando o Manuscrito”.

*Importante: após o encerramento da submissão, esta ficará ativa, ou seja, se algum dado tiver que ser corrigido, é possível entrar no sistema e "editar metadados" posteriormente.

Informações sobre avaliação

Após submetido, o manuscrito passará por uma análise prévia de normalização, em que metadados, normas e pertinência do tema/abordagem ao foco/escopo da revista serão observados. Por decisão editorial, essa etapa de avaliação poderá resultar em solicitação de ajustes (ex.: correções de metadados), adequações (ex.: identificação de autoria no manuscrito) ou mesmo no seu arquivamento (ex: fora do foco/escopo do periódico).

Se a submissão estiver correta e for considerada adequada, o texto será encaminhado a dois membros da Comissão de Pareceristas ou a pareceristas *ad hoc*, que o apreciarão observando o sistema *de revisão por pares* em *duplo cego*. No caso de avaliações discordantes, o manuscrito será encaminhado a um terceiro parecerista. Com base nos pareceres, a Comissão Editorial comunicará a decisão aos autores, que poderá ser:

- Aprovado para publicação;
- Correções obrigatórias;
- Rejeitado para publicação (arquivado).

Se o parecer for de correções obrigatórias, haverá a necessidade de nova(s) rodada(s) de avaliação. Neste caso, a versão corrigida deverá ser submetida como "**versão do autor**" (à esquerda/no fim da página da submissão ativa) à submissão original, dentro do prazo informado na decisão editorial.

Nesse caso, a autoria deve prestar a atenção para as seguintes recomendações:

1. Todas as correções realizadas na nova versão devem ser grafadas em cor VERMELHA.
2. No caso da autoria não concordar com alguma correção solicitada ou quiser prestar alguma informação complementar às revisões dos pareceristas, pode usar a ferramenta “Revisão/Novo Comentário” do Word ou endereçar uma “Carta aos pareceristas”, que deve ser postada como documento independente também na “versão do autor”.
3. Atenção: os cuidados éticos devem ser tomados igualmente como na submissão inicial do texto; o arquivo não deve conter identificação de autoria (nem nas marcações do word, nem em formato de comentários).

Visando democratizar o espaço público de veiculação do conhecimento acadêmico da área, a revista Motrivivência adota, a partir de 01/10/2018, a seguinte **norma editorial**: só daremos início ao processo de avaliação de um segundo texto de um mesmo autor/coautor depois que o primeiro submetido tiver concluída a sua avaliação, com parecer **final** de aprovado ou rejeitado.

CONDIÇÕES PARA SUBMISSÃO

Como parte do processo de submissão, os autores são obrigados a verificar a conformidade da submissão em relação a todos os itens listados a seguir. As submissões que não estiverem de acordo com as normas serão devolvidas aos autores.

1. Como parte do processo de submissão, os autores são obrigados a verificar a conformidade da submissão em relação a todos os itens referidos acima, tanto na produção do manuscrito quanto no preenchimento dos metadados na plataforma. As submissões que não estiverem de acordo com essas diretrizes serão arquivadas.
2. Visando democratizar o espaço público de veiculação do conhecimento acadêmico da área, a revista Motrivivência adota, a partir de 01/10/2018, a seguinte **norma editorial**: só daremos início ao processo de avaliação de um segundo texto de um mesmo autor/coautor depois que o primeiro submetido tiver concluída a sua avaliação, com parecer **final** de aprovado ou rejeitado.

DECLARAÇÃO DE DIREITO AUTORAL

Os autores dos textos enviados à Motrivivência deverão garantir, em formulário próprio no processo de submissão:

- a) serem os únicos titulares dos direitos autorais dos artigos,
- b) que não está sendo avaliado por outro(s) periódico(s),
- c) e que, caso aprovado, transferem para a revista tais direitos, sem reservas, para publicação no formato on line.

Obs.: para os textos publicados, a revista Motrivivência adota a licença Creative Commons “Atribuição - Não Comercial - Compartilhar Igual 4.0 Internacional” ([CC BY-NC-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)).

Política de Privacidade

Os nomes e endereços informados na revista serão usados exclusivamente para os serviços necessários à editoração, não sendo disponibilizados para outras finalidades ou a terceiros.

R. Motriviv., Florianópolis, Santa Catarina, Brasil, ISSNe: 2175-8042.

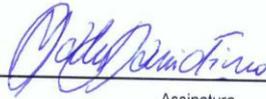
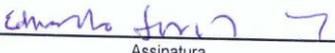
Os textos publicados na Revista Motrivivência estão licenciados com uma Licença Creative Commons de atribuição não comercial compartilhar igual: CC BY-NC-SA

ANEXO B – CARTA DE APROVAÇÃO DO COMITÊ DE ÉTICA



MINISTÉRIO DA SAÚDE - Conselho Nacional de Saúde - Comissão Nacional de Ética em Pesquisa – CONEP

FOLHA DE ROSTO PARA PESQUISA ENVOLVENDO SERES HUMANOS

1. Projeto de Pesquisa: Esportes de Aventura e na Natureza: desenvolvimento pedagógico, social e cultural.			
2. Número de Participantes da Pesquisa: 600			
3. Área Temática:			
4. Área do Conhecimento: Grande Área 4. Ciências da Saúde			
PESQUISADOR RESPONSÁVEL			
5. Nome: Mateus David Finco			
6. CPF: 804.058.510-49	7. Endereço (Rua, n.º): Rua Ermelinda Barbacovi, 267 Bavária apto.: 106 GRAMADO RIO GRANDE DO SUL 95670000		
8. Nacionalidade: BRASILEIRO	9. Telefone: (51) 9317-1081	10. Outro Telefone:	11. Email: mateusfinco@yahoo.com.br
<p>Termo de Compromisso: Declaro que conheço e cumprirei os requisitos da Resolução CNS 466/12 e suas complementares. Comprometo-me a utilizar os materiais e dados coletados exclusivamente para os fins previstos no protocolo e a publicar os resultados sejam eles favoráveis ou não. Aceito as responsabilidades pela condução científica do projeto acima. Tenho ciência que essa folha será anexada ao projeto devidamente assinada por todos os responsáveis e fará parte integrante da documentação do mesmo.</p>			
Data: <u>21</u> / <u>05</u> / <u>2018</u>		 Assinatura	
INSTITUIÇÃO PROPONENTE			
12. Nome: Centro de Ciências Médicas	13. CNPJ:	14. Unidade/Orgão: UFPB - Centro de Ciências Médicas/CCM	
15. Telefone: (83) 3216-7619	16. Outro Telefone:		
<p>Termo de Compromisso (do responsável pela instituição): Declaro que conheço e cumprirei os requisitos da Resolução CNS 466/12 e suas Complementares e como esta instituição tem condições para o desenvolvimento deste projeto, autorizo sua execução.</p>			
Responsável: <u>EDUARDO SÉRGIO SARES SOUSA</u> CPF: <u>436.660.784-00</u>			
Cargo/Função: <u>DIRETOR DO CENTRO DE CIÊNCIAS MÉDICAS</u>			
Data: <u>22</u> / <u>05</u> / <u>18</u>		 Assinatura	
PATROCINADOR PRINCIPAL			
Não se aplica.			