

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DR. LEÃO SAMPAIO
CAMPUS SAÚDE
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

MARCIANA PINHEIRO NOGUEIRA

**ATIVIDADE FÍSICA REGULAR NOS PACIENTES DE DOENÇAS RENAIS
CRÔNICAS**

**JUAZEIRO DO NORTE
2018**

MARCIANA PINHEIRO NOGUEIRA

**ATIVIDADE FÍSICA REGULAR NOS PACIENTES DE DOENÇAS RENAIAS
CRÔNICAS**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, Campus Saúde, como requisito para obtenção do Grau de Licenciado em Educação Física, Artigo Científico.

Orientador: Prof^a MsC. Karina Morais Borges

JUAZEIRO DO NORTE

2018

MARCIANA PINHEIRO NOGUEIRA

**ATIVIDADE FÍSICA REGULAR NOS PACIENTES DE DOENÇAS RENAIS
CRÔNICAS**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Curso de Licenciatura em
Educação Física do Centro Universitário
Dr. Leão Sampaio, Campus Saúde, como
requisito para obtenção do Grau de
Licenciado em Educação Física.

Aprovada em _____ de _____ de _____.

BANCA EXAMINADORA:

Profª MsC. Karina Morais Borges
Orientador
Centro Universitário Dr. Leão Sampaio - UNIEÃO

Profº ou Profª Esp. Ou Me ou Ma ou Dr. Drª
Examinador(a)
Centro Universitário Dr. Leão Sampaio - UNIEÃO

Profº ou Profª Esp. Ou Me ou Ma ou Dr. Drª
Examinador(a)
Centro Universitário Dr. Leão Sampaio - UNIEÃO

JUAZEIRO DO NORTE

2018

Dedico este trabalho, principalmente a Deus que está sempre ao meu lado me mostrando que nada é impossível à aquele que crer.

AGRADECIMENTOS

Á Deus,

Pela força oferecida no momento de fraqueza, alegria no momento de tristeza, a paz, nas minhas tribulações e nas angústias, Tu és a rocha da minha salvação em que alicerças os meus projetos. Tu, Senhor, envolves toda a minha vida e estás presente na hora certa, no lugar certo com a palavra certa.

Aos meus pais Maria Graciela Pinheiro Nogueira e José Marcílio Nogueira (in memória).

Aos meus dois filhos amados Emerson Nogueira Paulino e José Eduardo Nogueira de Borba.

Ao meu esposo Antônio Bezerra da Silva Júnior.

Aos meus queridos amigos: Dom Edimilson Neves pelas palavras e por está presente em minha vida sempre, Rodrigo Antero pela ajuda e força que levarei sempre comigo e José Ramalho pelos quatro anos de companheirismo.

A minha coordenadora Lara.

Aos meus queridos professores Erica sobreira, Renan e Lindaiane são os professores que levo como espelho, os admiro bastante.

A minha orientadora Karina Borges.

A minha instituição UNILEÃO Por esta conquista.

ATIVIDADE FÍSICA REGULAR NOS PACIENTES DE DOENÇAS RENAIAS CRÔNICAS

Marciana Pinheiro Nogueira
Karina Morais Borges

¹ Discente do Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, Juazeiro do Norte, Ceará, Brasil.

² Docente do Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, Juazeiro do Norte, Ceará, Brasil.

RESUMO

A atividade física pode melhorar a qualidade de vida de pessoas submetidas a diversos tratamentos, inclusive nos de doenças renais crônicas. A atual pesquisa teve o objetivo de analisar o nível de atividade física regular entre os pacientes em tratamento de doenças renais crônicas. Trata-se de um estudo do tipo descritivo, tendo sua realização em campo, transversal e com abordagem quantitativa. A amostra foi composta por 19 pacientes adultos realizando hemodiálise por um período superior a três meses. Foram excluídos os pacientes que não foram encontrados na clínica após três tentativas. A coleta deu-se através de um questionário, após ter recebido a autorização da diretora clínica da unidade de diálise, aos que aceitaram participar foi entregue uma cópia do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Todos esses procedimentos seguiram as normas do Conselho Nacional de Saúde (CNS) 466/2012 para pesquisas com seres humanos. Após todos os dados coletados, foi iniciado o processo de análise dos mesmos, sendo encontrado que dos 19 pacientes entrevistados na atual pesquisa, 10 afirmaram praticar atividade física regularmente, desses, apenas dois informaram que praticam essa atividade por indicação médica, e 8 que praticam por vontade própria. A média de idade entre os pesquisado foi de 39 anos. Através das respostas dos entrevistados, ficou visível os benefícios da atividade física nos aspectos físicos e psicológicos, 5 pessoas informaram que sentem-se melhor fisicamente após a realização da atividade física e 5 disseram que as vezes se sentem, nenhum afirmou que não se sentia melhor fisicamente. Em relação ao aspecto psicológico, 6 informaram que houve melhoras psicologicamente após a prática da atividade física, 3 informaram que as vezes se sentem melhor e apenas uma pessoa afirmou não notar melhor após a prática. Sugere-se que mais estudos sejam realizados com intuito de entender quais os benefícios a atividade física ainda pode proporcionar aos Doentes Renais Crônicos e proporcionar uma melhor qualidade de vida para esses indivíduos.

Palavras-chave: Doenças Renais Crônicas; Atividade Física; Benefícios.

ABSTRACT

Physical activity can improve the quality of life of people undergoing various treatments, including those of chronic kidney diseases. The current research aimed to analyze the level of regular physical activity among patients in treatment of chronic

kidney diseases. This is a descriptive study, and its implementation in the field, transversal and with a quantitative approach. The sample consisted of 19 adult patients undergoing hemodialysis for a period of more than three months. Patients who were not found in the clinic after three attempts. The collection was done through a questionnaire, after receiving the authorization of the clinical director of the dialysis unit, to those who agreed to participate, a copy of the Informed Consent Form. All these procedures followed the norms of the National Health Council (CNS) 466/2012 for research with human beings. After all the data collected, the process of analysis of the same was started. It was found that of the 19 patients interviewed in the current study, 10 reported practicing regular physical activity, of which only two reported practicing this activity by medical indication, and 8 practicing willingly. The mean age among those surveyed was 39 years. Through the responses of the interviewees, the benefits of physical activity were visible in the physical and psychological aspects, 5 people reported feeling better physically after physical activity and 5 said they sometimes felt, none said that they did not feel better physically. Regarding the psychological aspect, 6 reported that there were improvements psychologically after the practice of physical activity, 3 reported that sometimes they feel better and only one person stated not to notice better after practice. It is suggested that more studies are carried out in order to understand what benefits physical activity can still provide to Chronic Kidney Patients and to provide a better quality of life for these individuals.

Keywords: Chronic Kidney Diseases; Physical activity; Benefits.

INTRODUÇÃO

Há algum tempo a Doença Renal Crônica vem sendo considerada um problema de saúde pública mundial. No Brasil não é diferente e o que mais preocupa os especialistas, é o aumento da incidência e da prevalência dessa doença, os tratamentos disponíveis ainda são bastante desgastante para quem utiliza e os custos são altos. Em Julho de 2014 o número total estimado de pacientes em diálise no Brasil, era de 112.004, tendo um aumento de 19.913 pacientes em quatro anos, que em 2010 era de 92.091 (SESSO et al., 2016).

Os rins são os principais órgãos para a continuidade da homeostase no corpo humano. Deste modo, constata-se que a diminuição da função renal, compromete a funcionalidade de todos os outros órgãos. A função renal é avaliada pela taxa de filtração glomerular, que é diminuída na Doença Renal Crônica, ligadas a perda das funções excretoras, regulatórias e endócrinas dos rins. Quando a taxa de filtração glomerular alcança valores muito baixos, sendo inferiores a 15 ml/min/1,73m², caracteriza-se como falência funcional renal, sendo o estágio mais avançado da perda funcional na Doença Renal Crônica (BASTOS et al., 2010).

É comum que pessoas acometidas por alguma doença, diminuam a frequência ou até mesmo não pratiquem atividade física, podendo ter consequências ainda mais graves quando são pacientes de Doença Renal Crônica, tendo o aumento no risco de hipertensão e diabetes (PERES, 2009).

Não é novidade que a prática de atividades física proporciona melhoras significativas no bem estar e no nível de qualidade de vida da população, e esta melhora também é observada nos pacientes submetidos à hemodiálise, podendo melhorar, inclusive, o desempenho físico nas atividades da vida diária dos mesmos (PERES, 2009).

Alguns estudos mostram que a prática de exercícios físicos proporciona o aumento da área transversal das fibras musculares, tanto o tipo I como o tipo II, em até 26%, causando mudanças na estrutura e na quantidade de mitocôndrias, melhorando a resistência, a força muscular e o desempenho físico do pacientes de hemodiálise (PERES, 2009).

O índice de doenças renais vem aumentando com o passar do tempo, o que preocupa os órgãos de saúde do país, sendo necessárias novas políticas públicas para a prevenção e tratamento das pessoas acometidas por essa doença. O que também preocupa os especialistas da área são os árduos tratamentos que os pacientes necessitam ser submetidos, no qual esses perdem, de certa forma, a sua qualidade de vida e sabem que esses procedimentos não são curativos e apenas para a manutenção e prolongamento da vida.

Pesquisas mostram que a maior causa do abandono aos tratamentos das doenças renais crônicas são os efeitos colaterais desses processos, o que não deixa dúvida que a minimização desses efeitos diminuiria o número de pacientes desistentes dos tratamentos.

O profissional de Educação Física pode ser uma peça fundamental nesse processo de tratamento, minimizando os efeitos colaterais e melhorando a qualidade de vida desses indivíduos. Durante o processo de hemodiálise, por exemplo, os pacientes permanecem sentados por horas até terminar todo o processo, após esse tempo poderia ocorrer alguma atividade bem planejada pelo Educador Físico, tendo um ganho na recuperação dos efeitos desse tratamento, buscando o bem estar físico e psicológico dessas pessoas.

É visto que a atividade física pode melhorar a qualidade de vida de pessoas submetidas a diversos tratamentos, inclusive nos de doenças renais crônicas. Diante

do exposto, surgiu a seguinte pergunta: Os pacientes que realizam tratamento de doenças renais crônicas no município de Crato-CE, praticam atividade física regularmente?

Frente às perspectivas descritas, ficou evidente os bens proporcionados pela prática da atividade física nos pacientes que são submetidos aos tratamentos da Doença Renal Crônica, deste modo, o principal objetivo dessa pesquisa, foi analisar o nível de atividade física regular entre os pacientes em tratamento de doenças renais crônicas no município de Crato-CE.

MATERIAIS E MÉTODOS

A presente pesquisa se caracterizou como descritivo, pois os dados foram analisados sem a interferência do pesquisador, tendo sua realização em campo sem o acompanhamento dos indivíduos pesquisados, sendo, deste modo, transversal e quantitativa, pois os dados serão analisados em quantidade (BARROS e LEHFELD, 2007; GOMES e ARAUJO, 2005).

A pesquisa foi realizada com os pacientes de doenças renais crônicas da Unidade de Diálise Dr. Raimundo Bezerra, no município de Crato-CE (UNIRIM Crato). Sendo sua amostra composta por 19 pacientes adultos. Os critérios de inclusão foram: pacientes que realizam tratamento de hemodiálise na UNIRIM de Crato, pelo período superior a três meses. Serão excluídos os pacientes que não forem encontrados na clínica após três tentativas.

A coleta foi realizada através de questionário (Apêndice A), composto por dez questões fechadas e elaborado pelos autores da pesquisa.

Primeiramente o projeto foi enviado juntamente com o questionário ao comitê de ética do Centro Universitário Doutor Leão Sampaio, em seguida realizado um pedido de autorização (Apêndice B) a direção da Unidade de Diálise Dr. Raimundo Bezerra e depois com os pacientes que se enquadraram nos critérios de inclusão, logo após a aceitação dos envolvidos foi entregue o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE (Apêndice C). O passo seguinte foi à aplicação dos questionários e depois a análise dos dados coletados.

Lembrando que todos esses procedimentos seguiram as normas do Conselho Nacional de Saúde (CNS) 466/2012 para pesquisas com seres humanos.

Após todos os dados coletados, foi iniciado o processo de análise dos mesmos, sendo, em seguida, dispostos em tabelas e/ou gráficos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A média de idade encontrada entre os pesquisados foi de 39 anos, sendo que 10 pacientes fazem tratamento a mais de 2 anos, 6 entre 1 e 2 anos, 2 entre 6 meses e 1 ano e apenas 1 paciente, entre os pesquisados, faz tratamento a menos de 6 meses.

A média de idade encontrada pela atual pesquisa é bem abaixo da encontrada no estudo de Gonçalves *et. al.* 2015, que teve como média de idade entre os pesquisados de 54,4 anos. A pesquisa de Pereira *et. al.* 2017 trás uma média ainda maior entre os pesquisados, que é de 68,26 anos de idade. Levando em consideração esses dados, pode-se perceber que a média encontrada na atual pesquisa é preocupante, visto que a diferença entre esse e os outros estudos é de mais de 15 anos de média, demonstrando que a população pesquisa é bem mais jovem do que as demais.

Entre os pesquisados, 89,4% fazem tratamento a mais de 6 meses, resultado próximo do encontrado por Oliveira *et. al.* 2016, que foi de 83,7. O que mostra como os tratamentos das Doenças Renais Crônicas são duradouros e conseqüentemente desgastantes.

A unidade de diálise do Crato recebe pacientes de diversas cidades da região do Cariri, sendo assim, muitos deles, além de passar horas no procedimento de Diálise, ainda tem um desgaste maior por conta do deslocamento.

Todas as pessoas pesquisadas realizam o procedimento de diálise durante três vezes na semana, sendo que 10 pacientes passam 4 horas, outras 9 passam mais que quatro horas, juntando o tempo do procedimento e do deslocamento.

Esse tempo diário e frequência semanal encontrado na atual pesquisa, são comuns nos tratamentos de hemodiálise, que consiste na remoção de solutos e fluídos com o auxílio de uma fístula arteriovenosa e de um filtro artificial (GONÇALVES *et. al.* 2015).

Conforme Alves e Baptista (2006) apud Niemman (1999) a atividade física possui uma grande influência sobre os aspectos social, emocional e intelectual, devido os benefícios psicológicos sobre o stress, depressão e ansiedade, tidos como

efeitos das adaptações biológicas da atividade física, que melhoram a saúde mental, auto-estima e o sono.

Dos 19 pacientes entrevistados na atual pesquisa, 10 afirmaram praticar atividade física regularmente, desses, apenas dois informaram que praticam essa atividade por indicação médica, e 8 que praticam por vontade própria, um dado que passa a ser preocupante, pois é visto que a atividade física auxilia no bem estar físico e psicológico do ser humano.

PAULETTO e LIMA (2009) atentam para a importância do incentivo da atividade física por parte dos médicos responsáveis pelos tratamentos das DRC's, devendo sempre que possível estimular a prática da atividade física orientada e supervisionada pelo profissional de Educação Física.

PAULETTO e LIMA (2009) encontraram um percentual de 25% entre os entrevistados, que afirmaram praticar atividade física por indicação médica, resultado bem parecido com os da atual pesquisa, que obteve um percentual de 20% para a mesma questão.

O Doente Renal Crônico tem, na maioria das vezes, a prática diária de atividade e/ou exercício físico alterado, o que torna os efeitos da doença e dos tratamentos ainda mais degradantes, tendo uma perda na massa magra e em outros sistemas que necessitam dessa prática para a sua manutenção (MACHADO e CAR, 2003).

A Atividade Física unida com a convivência social pode elevar a auto-estima e o bem estar do Doente Renal Crônico, dando-lhe uma qualidade de vida melhor e uma força maior para enfrentar os desafios da doença e dos tratamentos podendo auxiliar no sucesso do tratamento e em uma maior expectativa de vida para esse público (ALVES e BAPTISTA, 2006).

TABELA 1: FREQUÊNCIA SEMANAL DE ATIVIDADE FÍSICA.

Frequência Semanal de Atividade Física			
1 a 2 vezes p/ semana	2 a 3 vezes p/ semana	3 a 4 vezes p/ semana	+de 4 vezes p/ semana
4	4	1	1

Fonte: Autores da Pesquisa, 2018.

Sobre a frequência semanal da prática de atividade física entre os pacientes entrevistados na UNIRIM de Crato, 4 afirmaram realizar atividade física de 1 a 2

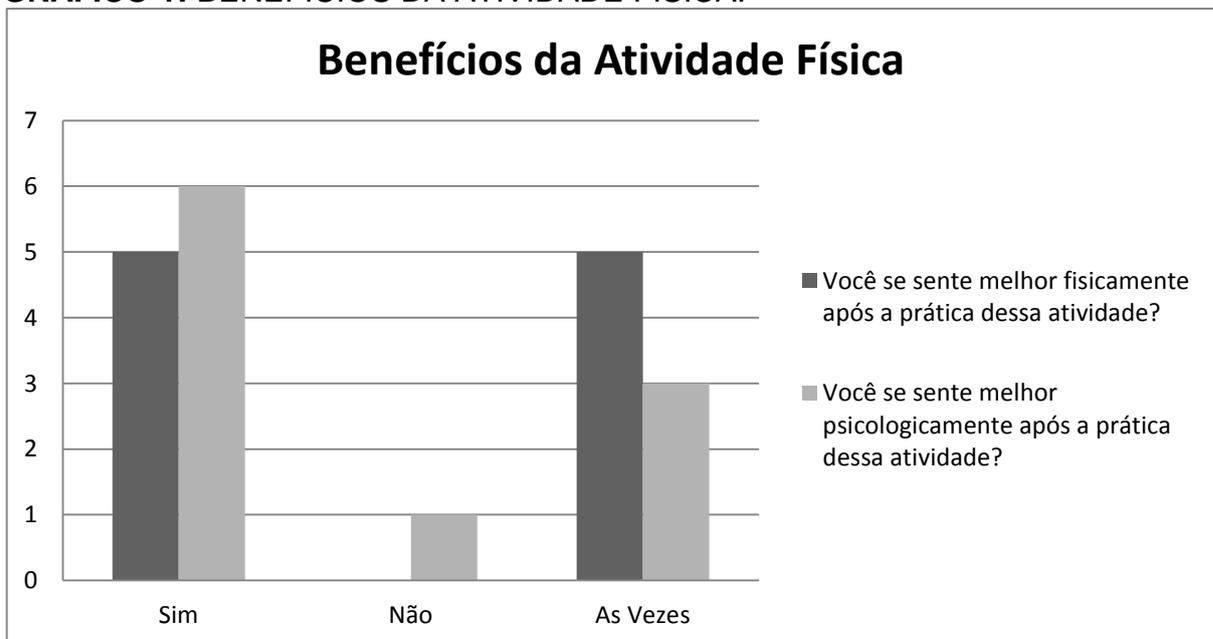
vezes por semana, 4 pacientes disseram praticar de 2 a 3 vezes por semana, 1 afirmou realizar as atividades 4 vezes por semana e 1 mais de 4 vezes por semana.

Um dos aspectos mais afetados no Doente Renal Crônico é o emocional, devido a alguns fatores, entre eles estão: mudança nos hábitos diários, que não podem ser executados como antes da doença e o “medo” dos métodos de tratamento, devido os efeitos colaterais deixados por eles (FREITAS e COSMO, 2010).

Os avanços tecnológicos vêm contribuindo cada vez mais com a expectativa de vida dos Pacientes Renais Crônicos, mas a duração desses tratamentos ainda não possui um tempo determinado previamente, o que acaba interferindo na qualidade de vida desses indivíduos. Na pesquisa realizada por Castro *et. al.* (2003), mostrou que existe uma correlação, negativa, entre o tempo de tratamento de uma Doente Renal Crônico e os aspectos emocionais do mesmo, sugerindo que quanto maior for o tempo de tratamento maior são os problemas emocionais e o comprometimento das relações familiares e sociais (CASTRO *et. al.* 2003).

O gráfico a seguir mostra as repostas das pessoas pesquisadas sobre os benefícios da atividade física no aspecto Físico e Psicológico.

GRÁFICO 1: BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE FÍSICA.



Fonte: Autores da pesquisa, 2018.

Através das respostas dos entrevistados, é visível os benefícios da atividade física nos aspectos pesquisados, 5 pessoas informaram que sentem-se melhor

fisicamente após a realização da atividade física e 5 disseram que as vezes se sentem, nenhum afirmou que não se sentia melhor fisicamente. Em relação ao aspecto psicológico, 6 informaram que houve melhoras psicologicamente após a prática da atividade física, 3 informaram que as vezes se sentem melhor e apenas uma pessoa afirmou não notar melhor após a prática.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através das respostas dos entrevistados, ficou visível os benefícios da atividade física nos aspectos físicos e psicológicos, 5 pessoas informaram que sentem-se melhor fisicamente após a realização da atividade física e 5 disseram que as vezes se sentem, nenhum afirmou que não se sentia melhor fisicamente. Em relação ao aspecto psicológico, 6 informaram que houve melhoras psicologicamente após a prática da atividade física, 3 informaram que as vezes se sentem melhor e apenas uma pessoa afirmou não notar melhor após a prática.

Neste contexto, a atividade física reafirma seu papel na colaboração com a melhora dos pacientes das Doenças Renais Crônicas como um todo, oferecendo a essas pessoas um alívio nos efeitos dos seus tratamentos e ajudando em sua batalha diária pela vida.

Dessa forma, sugere-se que mais estudos sejam realizados com intuito de entender quais os benefícios a atividade física ainda pode proporcionar aos Doentes Renais Crônicos e proporcionar uma melhor qualidade de vida para esses indivíduos.

REFERÊNCIAS

ALVES, Audreu dos Santos; BAPTISTA, Marcio Rodrigues. A Atividade Física no Controle do Stress. **Corpus et Scientia**, vol. 2 , n. 2. 2006.

ARAUJO, Fabrício Pereira; GOMES, Richard Medeiros de. **Pesquisa Quanti-Qualitativa em Administração**: uma visão holística do objeto em estudo. Paraíba: CNPQ - Brasil, 2005.

BARROS, Aidin de Jesus Paes; LEHFELD, Neide Aparecida de Souza. **Projeto de pesquisa**: propostas metodológicas. Petrópolis: Vozes, 2003.

BASTOS, Marcus Gomes; BREGMAN, Rachel; KIRSZTAJN, Gianna Mastroianni. Doença Renal Crônica: Frequente e Grave, Mas Também Prevenível e Tratável. **Revista Associação Médica Brasileira**, vol 56. 2010.

CASTRO, Mônica De; CAIUBY, Andrea Vannini Santesso; DRAIBE, Sérgio Antônio; CANZIANI, Maria Eugênia Fernandes. Qualidade de Vida de Pacientes com Insuficiência Renal Crônica em Hemodiálise Avaliada Através do Instrumento Genérico SF-36. **Revista da Associação Médica Brasileira**, 49.3. 2003.

GODOY, Rossane Frizzo de. Benefícios do Exercício Físico sobre a Área Emocional. **Movimento**, Porto Alegre, V. 8, n. 2, p.7-16. 2002.

GONÇALVES, Fernanda Aguiar; DALOSSO, Ingrid Fernandes; BORBA, Jéssica Maria Camargo; BUCANEVE, Juliana; VALERIO, Nayra Maria Prado; OKAMOTO, Cristina Terumy; BUCHARLES, Sergio Gardano Elias. Qualidade de vida de pacientes renais crônicos em hemodiálise ou diálise peritoneal: estudo comparativo em um serviço de referência de Curitiba – PR. **Jornal Brasileiro de Nefrologia**, 37.4, p.467-474, 2015.

GUEDES, Dartagnam Pinto; GUEDES, Joana Elisabete Ribeiro Pinto; Atividade Física, Aptidão Física e Saúde. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, Vol 1. 1995.

MACHADO, Leise Rodrigues Carrijo; CAR, Marcia Regina. A dialética da vida cotidiana de doentes com insuficiência renal crônica: entre o inevitável e o casual. **Revista Escola Enfermagem USP**, 37.3. 2003.

OLIVEIRA, Araiê Prado Berger; SCHMIDT, Debora Berger; AMATNEEKS, Thaís Malucelli; SANTOS, Jéssica Caroline dos; CAVALLET, Luiza Helena Raittz; MICHEL, Renate Brigitte. Qualidade de vida de pacientes em hemodiálise e sua relação com mortalidade, hospitalizações e má adesão ao tratamento. **Jornal Brasileiro de Nefrologia**, 38.4 p.411-420. 2016.

PAULETTO, Cláudia; LIMA, Maria Auxiliadora V.P. A Prática Da Atividade Física De Pacientes Com Insuficiência Renal Crônica E Diabetes Mellitus Submetidos À Hemodiálise. **Revista Eletrônica do UNIVAG**, n 4, p65-80. 2009.

PEREIRA, Roberta Maria de Pina; BATISTA, Marcelo Aparecido; MEIRA, Aline de Sousa; OLIVEIRA, Marília Pilotto de; Kusumota, Luciana. Qualidade de vida de idosos com doença renal crônica em tratamento conservador. **Revista Brasileira de Enfermagem**, 70.4, p.887-95, 2017.

PERES, Celeide Pinto Aguiar; DELFINO, Vinícius Daher Alvares; PERES, Luis Alberto Batista; KOVELIS, Demétria; BRUNETTO, Antonio Fernando. Efeitos de Um Programa de Exercícios Físicos em Pacientes com Doença Renal Crônica Terminal Em Hemodiálise. **Jornal Brasileiro de Nefrologia**, 31.2. 2009.

SESSO, Ricardo Cintra; LOPES, Antonio Alberto; THOMÉ, Fernando Saldanha; LUGON, Jocemir Ronaldo; MARTINS, Carmen Tzanno. Inquérito Brasileiro de Diálise Crônica 2014. **Jornal Brasileiro de Nefrologia**, 38.1. 2016.

SOUZA, Viviane Angelina de; OLIVEIRA, Dílmerson de; MANSUR, Henrique Novais; FERNANDES, Natália Maria da Silva; BASTOS, Marcus Gomes. Sarcopenia na doença Renal Crônica. **Jornal Brasileiro de Nefrologia**, 37.1. 2015.

ANEXOS

APÊNDICES

APÊNDICE A
QUESTIONÁRIO

- 1) Qual sua Idade? _____ anos
- 2) Há quanto tempo você faz tratamento na UNIRIM – CRATO?
 - a) Menos de 6 meses
 - b) De 6 meses a 1 Ano
 - c) De 1 a 2 anos
 - d) Mais de 2 anos
- 3) Quantos dias de tratamento na UNIRIM você faz por semana?
 - a) 1 b) 2 c) 3 d)4
- 4) quantas horas dura o seu tratamento por dia, contando o deslocamento?
 - a) 1 b)2 c)3 d)4 e) mais de 4
- 5) Você pratica atividade física?
 - a) Sim b) Não
- 6) A atividade física praticada, é por indicação médica ou por conta própria?
 - b) indicação Médica b) Conta própria
- 7) Quantas vezes na semana você pratica essa atividade?
 - a) 1-2 vezes b) 2-3 vezes c) 3-4 vezes d) mais de 4 vezes
- 8) Você se sente melhor fisicamente após a prática dessa atividade?
 - a) sim b) não c) As vezes
- 9) Você se sente melhor psicologicamente após a prática dessa atividade?
 - a) sim b) não c) As vezes
- 10) Você acha que a atividade física contribui positivamente para a sua recuperação?
 - a) sim b) não

APÊNDICE B

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Prezado Sr.(a).

Karina Morais Borges, CPF: 915.015.713-20, Docente do Curso de Educação Física do Centro Universitário Doutor Leão Sampaio (UNILEÃO) está realizando a pesquisa intitulada “ATIVIDADE FÍSICA REGULAR NOS PACIENTES DE DOENÇAS RENAIIS CRÔNICAS”, que tem como objetivos, Analisar o nível de atividade física regular entre os pacientes em tratamento de doenças renais crônicas no município de Crato-CE. Para isso, está desenvolvendo um estudo que consta das seguintes etapas: Primeiramente o projeto será enviado juntamente com o questionário ao comitê de ética do Centro Universitário Doutor Leão Sampaio, em seguida será realizado um pedido de autorização (Apêndice B) a direção da Unidade de Diálise Dr. Raimundo Bezerra e depois com os pacientes que se enquadrarem nos critérios de inclusão, logo após a aceitação dos envolvidos será entregue o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE (Apêndice C). O passo seguinte será a aplicação dos questionários e depois a análise dos dados coletado. O instrumento utilizado será a aplicação de um questionário, composto por dez questões fechadas. O questionário poderá trazer algum constrangimento a quem estará respondendo. Porém, se houver algo do tipo teremos por obrigação e respeito ao pesquisado de participar de todo o processo de recuperação. Nos casos em que os procedimentos utilizados no estudo tragam algum desconforto, ou seja, detectadas alterações que necessitem de assistência imediata ou tardia, eu Karina Morais Borges ou Marciana Pinheiro Nogueira, serei o responsável pelo encaminhamento ao Centro de Especialização de Crato CE. Os benefícios esperados com este estudo são no sentido de adquirir um parâmetro real da realização de Atividade Física por parte dos Doentes Renais Crônicos que fazem tratamento na UNIRIM unidade de Crato, buscando mostrar os efeitos da atividade física regular nessa população. Toda informação que o(a) Sr.(a) nos fornecer será utilizada somente para esta pesquisa. As respostas, dados pessoais e etc, serão confidenciais e seu nome não aparecerá em questionários ou resultados da pesquisa, inclusive quando os resultados forem apresentados. A sua participação em qualquer tipo de pesquisa é voluntária. Caso aceite participar, não receberá nenhuma compensação financeira. Também não sofrerá qualquer prejuízo se não aceitar ou se desistir após ter iniciado a participação. Se tiver alguma dúvida a respeito dos objetivos da pesquisa e/ou dos métodos utilizados na mesma, pode procurar Karina Morais Borges no endereço Rua Carlos Alberto Mendonça, 817, São José, Juazeiro do Norte, telefone (88) 99606-5141 ou Marciana Pinheiro Nogueira no endereço Avenida José Alves de Figueiredo, 1083, Centro, Crato-CE, telefone (88) 9.9701-8821, de segunda a sexta nos horários de 09h:00min as 16h00min. Se desejar obter informações sobre os seus direitos e os aspectos éticos envolvidos na pesquisa poderá consultar o Comitê de Ética em Pesquisa – CEP 63040-405 localizado à Rua Avenida Maria Letícia Leite Pereira, s/n - Lagoa Seca, Juazeiro do Norte telefone (88) 2101-1000. Caso esteja de acordo em participar da pesquisa, deve preencher e assinar o Termo de Consentimento Pós-Esclarecido que se segue, recebendo uma cópia do mesmo.

Crato, CE. ____ de _____ de 201____.
Local e data

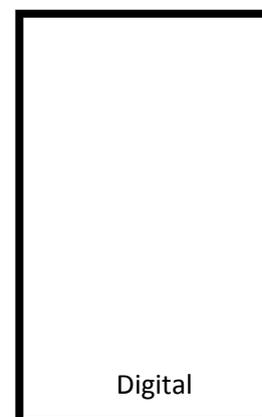
Assinatura do Pesquisador

**TERMO DE CONSENTIMENTO
PÓS-ESCLARECIDO**

Pelo presente instrumento que atende às exigências legais, eu _____, portador (a) do Cadastro de Pessoa Física (CPF) número _____, declaro que, após leitura minuciosa do TCLE, tive oportunidade de fazer perguntas e esclarecer dúvidas que foram devidamente explicadas pelos pesquisadores. Ciente dos serviços e procedimentos aos quais serei submetido e não restando quaisquer dúvidas a respeito do lido e explicado, firmo meu CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO em participar voluntariamente da pesquisa intitulado ATIVIDADE FÍSICA REGULAR NOS PACIENTES DE DOENÇAS RENAIIS CRÔNICAS, assinando o presente documento em duas vias de igual teor e valor.

_____ de _____ de 201____.

Assinatura do participante ou Representante legal



Assinatura do Pesquisador