

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA MARIA  
CENTRO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTOS  
DEPARTAMENTO DE MÉTODOS E TÉCNICAS DESPORTIVAS**

**MEMORIAL**

**Daniela Lopes dos Santos  
(SIAPE 2065704)**

**Santa Maria, RS, Brasil  
2018**

**Daniela Lopes dos Santos**

## **MEMORIAL**

Memorial apresentado à Universidade Federal de Santa Maria, como requisito para **Promoção à Classe E, Professor Titular, nível único, da Carreira do Magistério Superior**, de acordo com o estabelecido pela Resolução nº013/2014 da Universidade Federal de Santa Maria.

**Santa Maria, RS, Brasil**

**2018**

## SUMARIO

<b>Identificação.....</b>	<b>04</b>
<b>Introdução.....</b>	<b>05</b>
<b>1. Formação, graduação e pós-graduação e estagio pós doutoral.....</b>	<b>07</b>
1.1. Graduação: Curso de Educação Física	
1.2. Pós-Graduação Latu Sensu – Especialização em Ciências do Esporte	
1.3 Pós-Graduação Stricto Sensu: Mestrado em Ciências do Movimento Humano	
1.4 Pós-graduação Stricto Sensu: Doutorado em Ciências do Movimento Humano	
1.5 Estágio Pós Doutoral	
<b>2. Atividades de ensino e orientação, nos níveis de graduação e/ou mestrado e/ou doutorado e/ou pós-doutorado.....</b>	<b>17</b>
2.1 Atividades de Ensino na Graduação e Pós-graduação (Mestrado, Doutorado e Pós-doutorado)	
2.2 Atividades de Orientação na Graduação e Pós-graduação (Mestrado, Doutorado e Pós-doutorado)	
<b>3. Atividades de produção intelectual, demonstradas pela publicação de artigos em periódicos e/ou publicação de livros/capítulos de livros e/ou publicação de trabalhos em anais de eventos e/ou de registros de patentes/software e assemelhados.....</b>	<b>27</b>
3.1 Publicação de Artigos em Periódicos	
3.2 Publicação de livros/capítulos de livros	
3.3 Publicação de trabalhos em anais de eventos	
3.4 Registros de patentes/software e assemelhados	
<b>4. Atividades de extensão, demonstradas pela participação e organização de eventos e cursos, pelo envolvimento em formulação de políticas públicas, por iniciativas promotoras de inclusão social ou pela divulgação de conhecimento, dentre outras atividades.....</b>	<b>33</b>
<b>5. Coordenação de projetos de pesquisa, ensino ou extensão, e liderança de grupos de pesquisa.....</b>	<b>34</b>
<b>6. Coordenação de cursos ou programas de graduação ou pós-graduação.....</b>	<b>41</b>

<b>7. Participação em bancas de concursos, de mestrado ou de doutorado.....</b>	<b>42</b>
<b>8. Organização e/ou participação em eventos de pesquisa, ensino ou extensão.....</b>	<b>43</b>
<b>9. Apresentação a convite, de palestras ou cursos em eventos acadêmicos...</b>	<b>45</b>
<b>10. Recebimento de comendas e premiações advindas do exercício de atividades acadêmicas.....</b>	<b>46</b>
<b>11. Participação em atividades editoriais e/ou de arbitragem de produção intelectual.....</b>	<b>47</b>
<b>12. Exercício de cargos na administração central e/ou colegiados centrais e/ou chefia de unidades/setores e/ou de representação.....</b>	<b>48</b>
<b>Considerações Finais.....</b>	<b>50</b>

## IDENTIFICAÇÃO

- ✓ Daniela Lopes dos Santos
- ✓ Professora de Educação Física, nascida no dia 07 de novembro de 1967, filha de Glenio Lopes dos Santos e Vera Maria Xavier dos Santos.
- ✓ Residente à Avenida Presidente Vargas, número 1635 apto. 303 – Bairro Centro, Santa Maria-RS, CEP 97015-511.
- ✓ Cédula de Identidade de Registro Geral nº 3033607478 SJS-RS
- ✓ CPF 517.193.550-53
- ✓ Título de Eleitor nº 502205904/42, 41ª Zona, Seção 163, Santa Maria-RS.
- ✓ Professora Associada IV do Departamento de Métodos e Técnicas Desportivas, da Universidade Federal de Santa Maria, SIAPE 2065704
- ✓ Telefone: 3220-8677
- ✓ e-mail: [lopesdossantosdaniela@gmail.com](mailto:lopesdossantosdaniela@gmail.com)
- ✓

## INTRODUÇÃO

Este Memorial seguirá os requisitos estabelecidos pela Resolução nº 013/2014, que dispõe sobre o estabelecimento de critérios para avaliação do docente da carreira do Magistério Superior com vistas à promoção para a Classe E, denominada de Professor Titular, nível único, do Quadro Permanente da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM). Embora a Resolução 018/14 determine que no memorial devam constar as atividades dos últimos 10 anos, constarão relatos de períodos anteriores, sempre que julgados relevantes para apresentar a minha trajetória profissional, porém nos mesmos não constarão comprovantes. Caso seja necessário, tais comprovantes poderão ser apresentados.

Neste memorial relato minha trajetória profissional e, em parte, pessoal, de forma a descrever a formação, os aprendizados e vivências profissionais, que consolidaram minha prática docente.

A forma de apresentação está baseada na Resolução 013/2014, sendo que constam aspectos referentes à:

1. Formação, aperfeiçoamento e pós-graduação;
2. Atividades de ensino e orientação, nos níveis de graduação e/ou mestrado e/ou doutorado e/ou pós-doutorado;
3. Atividades de produção intelectual, demonstradas pela publicação de artigos em periódicos e/ou de publicação de livros/capítulos de livros e/ou publicação de trabalhos em anais de eventos e/ou registros de patentes/software e semelhantes;
4. Atividades de extensão, demonstradas pela participação e organização de eventos e cursos, pelo envolvimento em formulação de políticas públicas, por iniciativas promotoras de inclusão social ou pela divulgação do conhecimento, dentre outras atividades;
5. Coordenação de projetos de pesquisa, ensino ou extensão e liderança de grupos de pesquisa;
6. Coordenação de cursos ou programas de graduação ou pós-graduação;
7. Participação em bancas de concursos, de mestrado ou de doutorado, de trabalho de conclusão de curso de graduação;
8. Organização e/ou participação em eventos de pesquisa, ensino ou extensão;
9. Apresentação, a convite, de palestras ou cursos em eventos acadêmicos; formação em nível de graduação e pós-graduação;
10. Recebimento de comendas e premiações advindas do exercício de atividades acadêmicas;
11. Participação em atividades editoriais e/ou de arbitragem de produção intelectual e/ou artística;
12. Assessoria, consultoria ou participação em órgãos de fomento à

pesquisa, ao ensino ou à extensão; e 13. Exercício de cargos na administração central e/ou colegiados centrais e/ou chefia de unidades/setores e/ou de representação.

## **1. FORMAÇÃO, GRADUAÇÃO e PÓS-GRADUAÇÃO (Comprovantes Anexo I) e ESTAGIO PÓS DOUTORAL**

Meus pais são, ambos, professores universitários, hoje aposentados, da UFSM. Meu pai era professor no Centro de Ciências Rurais, pois é agrônomo e minha mãe era professora de letras estrangeiras modernas (Língua Inglesa) no Centro de Artes e Letras. Então posso dizer que fui criada acompanhando sempre o meio acadêmico universitário. Desde pequenos, meu irmão e eu frequentávamos a UFSM participando de colônias de férias, escolinhas de artes e de natação. Além disso, as conversas de família muitas vezes giravam em torno dos acontecimentos da universidade.

Iniciei minha vida escolar, na pré-escola do Colégio Centenário, mas como brincava muito de “escolinha” desde bem pequena com minhas primas mais velhas, entrei para a educação formal já sabendo ler. No ano de 1974, quando eu estava na metade do 1ª série do antigo 1º grau, atual ensino fundamental, meus pais foram aceitos para fazer o seu Doutorado na Colorado State University, na cidade de Fort Collins, Colorado, nos Estados Unidos. Então nos mudamos para lá, onde iniciei novamente a 1ª série (já que lá o ano letivo começa em setembro) na Bennett Elementary School. Fiz as duas primeiras séries do 1º grau nesta escola e na 3ª série, como minha mãe fez uma parte do doutorado dela na cidade de Boulder, Colorado (90km de Fort Collins), nos mudamos para lá, onde cursei a 3ª série na Lincoln Elementary School. Esta experiência maravilhosa proporcionou que eu fosse alfabetizada em inglês, o que me tornou fluente na língua. Admiro muito a coragem dos meus pais, em sair da sua zona de conforto e ir morar durante 3 anos e meio fora do país com 2 filhos pequenos, para estudar, realizar pesquisa e progredir na carreira universitária, numa época em que a comunicação era feita por carta! Não havia as facilidades de comunicação que temos hoje e não retornamos nenhuma vez ao Brasil, durante o período que estávamos lá, pois o transporte aéreo não era algo tão comum e barato como hoje.

Acredito que o meu gosto por esportes e atividades físicas tenha se originado neste período, pois as aulas de Educação Física nas escolas americanas eram muito valorizadas e se realizavam atividades físicas variadas e divertidas. Havia também, fora da escola, muitas oportunidades para a prática de atividades físicas e



o ambiente da cidade favorecia, com espaços públicos maravilhosos onde se podia ter um lazer ativo, andar de bicicleta, patinar, nadar, dançar e fazer vários tipos de ginástica. Vale destacar que meus pais também serviram de exemplo, pois sempre foram ativos e valorizam (até hoje) a atividade física e os esportes.

Ao retornarmos ao Brasil, iniciei a 4ª série do 1º grau, novamente no Colégio Centenário, onde permaneci estudando todo o restante do 1º grau. Considero que tive o privilégio de ter uma ótima base de aprendizagem nesta escola, na qual estimulava-se não somente o ensino de conteúdos, mas também a vivência em teatro, música, literatura e pesquisas em laboratórios.

Enquanto isso, em frente a minha casa se estabeleceu uma escola de Dança, então comecei a fazer aulas de jazz dance e ballet clássico. Como eu já gostava de dança, patinação, ginástica rítmica e olímpica (os quais havia vivenciado nos Estados Unidos e no Colégio Centenário) logo passei a fazer parte do grupo de apresentações. Posso dizer que era uma apaixonada pela dança e permaneci no grupo de dança realizando apresentações até começar a faculdade. Este foi mais um momento importante na construção da minha escolha profissional.

Na década de 80 os melhores colégios de 2º grau (hoje, Ensino Médio) da cidade de Santa Maria eram os públicos estaduais, destacando-se dois: Colégio Cilon Rosa e Colégio Manuel Ribas (o Maneco). Então decidi que, como meus pais haviam estudado no Maneco, eu também iria estudar lá. Fiz todo o 2º grau no Maneco, onde tive professores ótimos, especialmente nas disciplinas de química, biologia e educação física, o que só fortaleceu a minha vontade de ser professora de educação física. Então na hora de realizar o vestibular, optei pelo curso de Educação Física na UFSM e, sendo fluente em inglês, prestei vestibular também para Letras – Inglês, na então Faculdade de Ciências e Letras “Imaculada Conceição (FIC - atualmente Universidade Franciscana - UNFR). Fui aprovada em ambos os cursos, obtendo a classificação de 4º lugar entre os aprovados para Educação Física. Entretanto, como o curso de Educação Física era diurno e o de Letras, noturno, e como eu já sabia que começaria logo nos primeiros semestres do curso de Educação Física a realizar estágios a tardinha e a noite em academias de ginástica e dança, conversei com meus pais e achamos melhor eu focar apenas no curso da área que eu realmente queria trabalhar.

No ano de 1985, enquanto eu fazia a 3ª série do 2º grau e estudava para prestar vestibular, meus pais, que eram professores pesquisadores, preparavam seu afastamento para a realização do estágio pós doutoral. Então, após a aprovação no vestibular, tranquei minha matrícula no curso de Educação Física por um semestre, antes mesmo de começar a cursá-lo, e fomos morar na cidade de Exeter, na Inglaterra, durante o período de 8 meses. Meus pais realizaram seu pós doc e meu irmão e eu, estudamos. Como eu já tinha definido minha área de atuação, cursei disciplinas ligadas à Educação Física no Exeter College. Foi mais uma experiência maravilhosa, tanto em termos profissionais como pessoais.

### 1.1. Graduação: Curso de Educação Física

Ao retornarmos da Inglaterra, iniciei as aulas no curso de graduação em Educação Física. Já no primeiro semestre, participei de projetos como “Esporte para Todos” no qual trabalhávamos nos finais de semana com atividades de esportes e recreação nas comunidades de Santa Maria e cidades da região.

No início do segundo semestre do curso, fui no primeiro evento nacional da área (Encontro Nacional dos Professores de Educação Física) na cidade de Tramandaí, RS. Neste Encontro eram ofertados cursos de formação e atualização em várias linhas da Educação Física e como eu já estava fazendo a disciplina de Fisiologia Geral na faculdade e me interessando bastante, me inscrevi no curso de Fisiologia do Exercício, com o Dr. Jorge Pinto Ribeiro, cardiologista e professor da UFRGS. Terminei o mini curso apaixonada por Fisiologia do Exercício e encantada com o Dr. Jorge Pinto Ribeiro. Fiquei imaginando como seria interessante fazer pesquisa em Fisiologia do Exercício e quem sabe, ensinar Fisiologia. Retornei do evento muito motivada para estudar.

No terceiro semestre do curso, o professor Paulo Lima, que já havia sido meu professor, indicou meu nome e o de mais duas colegas, para realizarmos estágio extra curricular na maior academia/escola de nataação da cidade na época (Academia Golfinhos). Então eu trabalhava com nataação para crianças e para adultos das 18h as 22h todos os dias, após assistir as aulas durante todo o dia na

universidade. Foi um dos períodos em que aprendi bastante, pois a medida que eu ia vendo o conteúdo nas aulas da faculdade, já ia aplicando com meus alunos.

No decorrer do quarto semestre do curso, abriu edital para monitoria nas disciplinas de Ginástica. Era uma das minhas áreas de interesse, junto com Fisiologia e Dança e me submeti à prova para monitoria, sendo aprovada em primeiro lugar. Minha função era auxiliar os professores nas aulas de ginástica da graduação e ministrar aulas de “ginástica de academia” para as alunas do ensino médio do Colégio Politécnico da UFSM, o que correspondia às aulas de Educação Física da escola. À noite, eu continuava trabalhando com natação na academia Golfinhos. Com todas estas atividades de prática/ensino fui adquirindo experiência e confiança para dar aulas. Foi um período bastante cansativo, mas que valeu muito a pena.

No quinto semestre do curso, cursei a disciplina de Treinamento Desportivo 2, na qual era trabalhado o conteúdo de Fisiologia do Exercício. O professor da disciplina, Prof. Dr. Renan Maximiliano Fernandes Sampedro, tinha recém retornado do seu estágio de pós doutorado nos Estados Unidos e era excelente professor! Didático, organizado e estudioso. Mais uma vez me encantei e decidi que meu estágio profissionalizante deveria ser no laboratório de Fisiologia do Exercício. O responsável pelo laboratório era o professor Renan, que era conhecido como uma pessoa exigente e de temperamento difícil. Então fiquei “me ensaiando” por várias semanas para conversar com ele, achando que ele não me aceitaria como sua orientanda no Laboratório. Quando criei coragem, ele me surpreendeu com sua resposta: “Ah, finalmente, gurá. Já estava começando a achar que minha melhor aluna não iria querer fazer estágio comigo!”.

O estágio no Laboratório de Fisiologia do Exercício foi outro daqueles períodos excepcionais de aprendizagem. Meu colega e eu coletamos dados de mais de 300 idosos dos grupos de terceira idade da UFSM, além de realizarmos nossas pesquisas individuais. A minha pesquisa foi sobre flexibilidade em pessoas que praticavam ginástica de academia, comparando com as sedentárias. A pesquisa rendeu a minha primeira apresentação de trabalho em evento nacional, no Simpósio Nacional de Educação Física na cidade de Pelotas, RS.

Concluí a faculdade de Educação Física no dia 07 de setembro de 1989 e fui contratada pela academia Golfinhos, onde eu realizava estágio, para trabalhar com

ginástica. Adorava dar aulas de ginástica e passava o dia envolvida com atividades da academia. No ano 1990, um colega e eu competimos representando a Academia Golfinhos no Campeonato Gaúcho de Ginástica Aeróbica, no qual sagramo-nos campeões; no Campeonato Diet Pepsi de Aeróbica, no qual também fomos campeões; na etapa regional do Campeonato Brasileiro de Ginástica Aeróbica, ficando em 2º lugar e classificando-nos para a final brasileira, na qual ficamos em 9º lugar entre 32 duplas do Brasil todo. Foi uma ano de experiências emocionantes e inéditas.

## 1.2. Pós-Graduação Latu Sensu – Especialização em Ciências do Esporte

Entretanto, mesmo durante este período de competições e trabalho em academia de ginástica, sempre tive em mente que o meu objetivo era ser professora universitária e trabalhar com pesquisa em Fisiologia do Exercício. Assim, era hora de focar nos estudos de pós graduação. Por isso, em 1991 me candidatei ao curso de especialização em Medicina e Ciências do Esporte na Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), sendo selecionada. A turma de alunos era composta por diferentes profissionais da área da saúde, tais como médicos, nutricionistas, terapeutas ocupacionais e educadores físicos, o que nos proporcionou uma interessante troca de experiências e saberes. O grupo com o qual eu costumava estudar e fazer os trabalhos de aula era composto por uma nutricionista e um médico, além de mim. Então, sempre conseguíamos desenvolver trabalhos de forma multidisciplinar. Aprendi muito sobre nutrição e medicina do esporte. Além disso, a grade de disciplinas era muito rica e os professores eram profissionais renomados de sua área (Cardiologia do Esporte com o Dr. Belmar Andrade; Traumatologia do Esporte com o Dr. Luís Roberto Marczyk; Composição Corporal e Medicina do Esporte com o Dr. Eduardo Henrique De Rose; Fisiologia do Exercício com o Dr. Jorge Pinto Ribeiro). Vale destacar que o Dr. Jorge Pinto Ribeiro foi aquele com o qual realizei o mini curso, no início da faculdade, e pelo qual eu me encantei com Fisiologia do Exercício. Em junho deste mesmo ano, enquanto eu cursava a especialização, foi aberto o edital de seleção para o mestrado em Ciências do Movimento Humano na UFRGS, sendo que um dos professores orientadores era o próprio Dr. Jorge Pinto Ribeiro, na sub área de Fisiologia do Exercício. Como meu

sonho era trabalhar com ele, me inscrevi na seleção. Eram 4 etapas e todas elas eliminatórias: proficiência em inglês, prova escrita dissertativa da área escolhida (no meu caso, Fisiologia do Exercício), análise do currículo e análise do pré-projeto de pesquisa. O Dr. Jorge Pinto Ribeiro possuía duas vagas e eu fui selecionada para uma delas.

### 1.3 Pós-Graduação Stricto Sensu: Mestrado em Ciências do Movimento Humano

Ingressei, então, no mestrado em agosto de 1991 e como não havia finalizado ainda a especialização, durante um semestre cursei a especialização e o mestrado, conjuntamente. Passava em aula praticamente todos os dias da semana, durante todo o dia. Mas valeu muito pois foi outro daqueles períodos de grande aprendizado e crescimento intelectual e pessoal.

A dissertação que desenvolvi sob a orientação do Dr. Jorge Pinto Ribeiro e co-orientação não oficial do Dr. Ivan Izquierdo intitulou-se “Influência do Exercício Físico Intenso de Curta Duração Sobre a Memória Recente”. Resumidamente, a pesquisa analisou os efeitos de um exercício físico intenso, no caso, 5 minutos em cicloergômetro com carga elevada, sobre a memória recente de homens adultos jovens. Foi aplicado um teste de memória validado, antes e após os 5 minutos de exercício, partindo-se da hipótese que o exercício intenso cria um estado neuro-humoral propício a consolidação da memória. Ao se comparar a evocação da memória recente com e sem o exercício, no intervalo entre teste e reteste, em dois grupos com diferentes níveis de instrução, concluiu-se que o exercício físico intenso não influencia significativamente a memória recente. Defendi minha dissertação perante a banca avaliadora em junho de 1994.

### 1.4 Pós-graduação Stricto Sensu: Doutorado em Ciências do Movimento Humano

Iniciei o doutorado em março de 1997, após ter trabalhado por um semestre como professora na Universidade de Santa Cruz – UNISC (1994), por um ano como professora substituta na UFSM (1994-1995) e por mais um ano e meio já como professora efetiva da UFSM (1995-1996). Como eu era a professora mais recentemente contratada do departamento, não poderia me afastar para realizar um

doutoramento fora do país tão cedo, que era o meu plano inicial. Assim, quando abriu o edital de seleção para alunos de doutorado no Programa de Pós-graduação em Ciências do Movimento Humano na própria UFSM, me inscrevi, mesmo sabendo que não teria afastamento ou redução de carga horária para realizar o curso. Eu estava em um momento em que sentia a necessidade de estudar mais, para me sentir mais adequada e produtiva na Instituição. Fui selecionada para realizar o doutorado sob orientação do Prof. Dr. Renan Maximiliano Fernandes Sampedro, o professor que abriu as portas do Laboratório de Fisiologia do Exercício para mim em 1989, para que eu realizasse o meu estágio profissionalizante e meu trabalho de conclusão de curso.

Como no mestrado eu havia trabalhado com memória e estado neuro-humoral, o meu projeto de tese seguiu na mesma linha envolvendo também o cérebro, mais especificamente os neurotransmissores e suas relações com o exercício físico. Para complementar a orientação do prof. Renan, já que ele não estudava necessariamente o bioquímica cerebral, convidamos o professor Dr. Carlos Mello, professor do mestrado/doutorado em Bioquímica da UFSM para co-orientar o trabalho. Através dele e utilizando o laboratório que ele coordenava, conseguimos coletar os dados da minha tese, em ratos.

A tese, intitulada “Efeitos do treinamento contínuo e intervalado sobre os níveis cerebrais e plasmáticos da monoamina serotonina em ratos de ambos os sexos”, teve como meta avaliar se dois tipos de treinamento físico (contínuo de longa duração e intensidade moderada x intervalado de alta intensidade) resultavam em mudanças nas concentrações de serotonina no hipocampo, estriato e no plasma sanguíneo, já que de todas as substâncias neurotransmissoras, a serotonina é uma das mais implicadas na etiologia e tratamento de várias desordens, principalmente do Sistema Nervoso Central, tais como depressão, ansiedade, anorexia e bulimia. A coleta de dados foi realizada com o auxílio de alunos dos cursos de graduação e especialização em Educação Física da UFSM, pois eu já era docente do Centro de Educação Física e Desportos. Os resultados da tese demonstraram que 8 semanas de treinamento (5 dias por semana) não foram suficientes para modificar de forma estatisticamente significativa os níveis de serotonina, tanto nos ratos machos como em fêmeas. Além de ter possibilitado a prática de pesquisa baseada em evidências, a realização do experimento proporcionou grande aprendizado no que diz respeito à

análise de neurotransmissores e estimulou o surgimento de muitas ideias de pesquisa para futuras investigações.

O Quadro 1 sintetiza a formação que realizei (titulações em nível de graduação e pós-graduação), o ano de conclusão e a área de especialidade desta formação.

QUADRO 1 – Titulação de graduação e pós-graduação, ano e área de especialidade

<b>TITULAÇÃO</b>	<b>ANO</b>	<b>ÁREA</b>
Graduação	1989	Educação Física
Especialização	1991	Ciências do Esporte
Pós-Graduação (Mestrado)	1994	Ciência do Movimento Humano – Exercício e Saúde
Pós-Graduação (Doutorado)	2001	Ciências do Movimento Humano – Fisiologia do Exercício

### 1.5 Estágio Pós Doutoral

Desde que finalizei o doutorado em 2001, trabalhei com pesquisa em Fisiologia do Exercício, na sub área Atividade Física e Saúde, demonstrando os benefícios do exercício físico regular na prevenção e tratamento de doenças. Após mais de 10 anos estudando e comprovando tais benefícios, passei a me perguntar por que a maioria das pessoas continua sedentária, mesmo sendo tão evidentes e bem divulgados os malefícios de tal comportamento. Então, ao participar do 35º Simpósio Internacional de Ciências do Esporte, em São Paulo no ano de 2012, e assistir à palestra de encerramento “Aplicações de Ciência Comportamental da Atividade Física na Comunidade” proferida pela Dra. Abby King da universidade de Stanford (EUA), vi que havia grupos de pesquisa nos países desenvolvidos com a mesma preocupação. Conversei com a Dra. Abby King ao final da palestra e começamos a conversar sobre a possibilidade de eu passar um tempo estudando com o grupo dela, na forma de um estágio de pós doutorado.

Assim, após a elaboração do projeto que desenvolveria junto a Universidade de Stanford e aprovação do departamento no qual sou lotada, recebi o aceite da

Dra. Abby King para realizar o meu pós doutorado junto ao Stanford Prevention Research Center sob sua orientação. Solicitei Bolsa de Pós Doutorado ao CNPq, mas tive uma resposta negativa, apesar de estar indo fazer um pós doutorado na universidade considerada como a melhor do mundo e de terem sobrado bolsas de pós doutorado no exterior. Conversei com meu marido, meu filho e meus pais e juntos decidimos que eu iria fazer o “pós doc” em Stanford mesmo sem a bolsa, acompanhada do marido e filho. Usamos o dinheiro de poupança e meus pais nos auxiliaram financeiramente, pois não poderia perder tal oportunidade de crescimento intelectual. E posso afirmar que foi uma experiência enriquecedora, em todos os sentidos. Sem a bolsa, não conseguimos ficar pelo período completo de 1 ano mas ficamos 8 meses muito bem aproveitados.

Durante este período do pos doc, realizado em 2014, participei de vários projetos do Laboratório HARTS (Healthy Aging Research and Technology Solutions) coordenado pela Dra. Abby King, destacando-se dois:

- 1) uso do aplicativo para celular/tablet criado pelo grupo da Dra. Abby King para coletar dados junto a comunidade, sobre as barreiras e facilitadores para uma vida ativa e com alimentação saudável (Stanford Healthy Neighborhood Discovery Tool);
- 2) avaliação do nível de atividade física regular de adultos participantes do projeto de pesquisa “Do Genotype Patterns Predict Weight Loss Success for Low Carb vs. Low Fat Diets?” através do uso de acelerômetros Actigraph. Para poder coletar os dados usando os acelerômetros fiz uma capacitação com a Dra. Deborah Salvo, especialista na área.

Apesar de ter ficado apenas 8 meses junto ao grupo de Stanford e de não ter recebido qualquer auxílio do CNPq ou CAPES para tal, continuo até hoje realizando trabalhos em conjunto com o grupo, colhendo frutos e oportunizando aos nossos alunos de graduação e pós graduação este contato/vivência com pesquisas desenvolvidas na melhor universidade do mundo.

Fui convidada pela Dra. Abby King para representar o Brasil em uma rede mundial de pesquisa, coordenada por ela e recebendo auxílio financeiro da Robert Wood Johnson Foundation, estabelecida em 2016: a Citizen Science Global Network, da qual participam em torno de 40 representantes de 18 países do mundo. Estamos coletando dados ao redor do mundo utilizando a “Stanford Healthy Neighborhood Discovery Tool”. O grupo de estudos coordenado por mim na UFSM, faz as coletas



de dados aqui em Santa Maria e região. Uma parte da dissertação de uma aluna de mestrado envolve a coleta, bem como o trabalho de conclusão de curso de um aluno de graduação. Além disso, 3 bolsistas de iniciação científica estão envolvidos e 2 alunos de graduação voluntários. A Dra. Abby King abriu as portas para que qualquer aluno dos nossos cursos de mestrado e graduação façam estágio com ela na Universidade de Stanford, desde que tenham proficiência em inglês.

A partir da capacitação realizada durante o pós doc também me interessei pela coleta de dados mais objetiva, considerada “padrão ouro”, do nível de atividade física das diferentes populações, realizada através de sensores de movimento, os acelerômetros. Então elaborei um grande projeto de pesquisa para a cidade de Santa Maria, envolvendo crianças/adolescentes, adultos e idosos, para se fazer um diagnóstico do nível de atividade física destas populações, relacionando com as barreiras e facilitadores ambientais e pessoais, que eles percebem para ter um estilo de vida ativo. Ainda não conseguimos colocar este projeto em andamento pela impossibilidade financeira de aquisição dos acelerômetros. Já submeti o projeto a vários editais (Universal/CNPq, Produtividade/CNPq, Editais Internos UFSM) e todos foram indeferidos. Recentemente o submeti novamente ao Edital Universal do CNPq e aguardo a avaliação.

## **2. ATIVIDADES DE ENSINO E ORIENTAÇÃO, NOS NÍVEIS DE GRADUAÇÃO E/OU MESTRADO E/OU DOUTORADO E/OU PÓS-DOUTORADO (Comprovantes Anexo II)**

### **2.1 Atividades de Ensino na Graduação e Pós-graduação (Mestrado, Doutorado e Pós-doutorado)**

Enquanto finalizava o curso de mestrado na UFRGS, enviei meu currículo para algumas universidades particulares, para o caso destas precisarem de professor. Em seguida, em dezembro de 1993, fui contatada pelo curso de Educação Física da Universidade de Santa Cruz do Sul – UNISC- com o convite para assumir a disciplina de ginástica de academia. Então em fevereiro de 1994 fui contratada e ministrei a disciplina durante o primeiro semestre letivo do ano.

Em maio do mesmo ano, ocorreu uma seleção pública para professor substituto no Departamento de Desportos Individuais do CEFD, para a área de Ginástica. Fui aprovada em primeiro lugar e em seguida assumi, pois a disciplina de Ginástica III estava sem professor. Terminei o primeiro semestre de 1994 dando aulas de ginástica na UFSM e de ginástica de academia na UNISC. Mas a partir do segundo semestre, teria de assumir mais horas de aula na UFSM trabalhando com a disciplina de dança, então tive que encerrar o meu contrato com a UNISC após o término do primeiro semestre. A experiência na UNISC foi muito importante, pois foi a primeira vez que dei aulas no ensino superior. Recebi muito incentivo por parte dos colegas e da própria Instituição, que fornecia todo o material necessário para que se pudesse dar boas aulas. Penso que correspondi às expectativas do curso, pois fui convidada para continuar dando as aulas e para fazer concurso lá. Só não o fiz, pois não tinha como trabalhar na UFSM e na UNISC ao mesmo tempo, considerando que 140 km separam as duas Instituições.

Assim, atuei como professora substituta no Departamento de Desportos Individuais do CEFD de junho de 1994 a junho de 1995, trabalhando com as disciplinas de Ginástica III e Dança, já que a professora Mara Rubia Antunes, responsável pela disciplina de Dança, se afastou do país para realizar o seu doutorado. Este foi um período de muito trabalho, pois eu ministrava 20 horas de aula por semana na graduação e nos horários restantes preparava as aulas,

participava de reuniões, organizava e atuava em um projeto de extensão de ginástica para a comunidade e estudava muito para conseguir dar boas aulas.

Enquanto o contrato como professora substituta estava em andamento, foi aberto o edital de concurso público para professor assistente na área Ginástica e Dança. Como eu já tinha terminado o mestrado em junho de 1994, me submeti ao concurso, sendo aprovada em primeiro lugar. Então, em 21 de novembro de 1995 assumi o cargo de professora assistente I no Departamento de Desportos Individuais do CEFD/UFSM, com 40 horas e dedicação exclusiva.

No Quadro 2 constam os interstícios de progressão docente na UFSM.

QUADRO 2 - Carreira Docente na UFSM

<b>UFSM</b>	<b>PERÍODO</b>
PROFESSOR SUBSTITUTO	junho/1994 a junho/1995
PROFESSOR ASSISTENTE I	novembro/1995 a novembro/1997
PROFESSOR ASSISTENTE II	novembro/1997 a novembro/1999
PROFESSOR ASSISTENTE III	novembro/1999 a junho 2001
PROFESSOR ADJUNTO I	junho/2001 a junho/2003
PROFESSOR ADJUNTO II	junho/2003 a junho/2005
PROFESSOR ADJUNTO III	junho/2005 a junho/2007
PROFESSOR ADJUNTO IV	junho/2007 a junho/2009
PROFESSOR ASSOCIADO I	junho/2009 a junho/2011
PROFESSOR ASSOCIADO II	junho/2011 a junho/2013
PROFESSOR ASSOCIADO III	junho/2013 a junho/2015
PROFESSOR ASSOCIADO IV	junho/2015 a junho/2017

Nos primeiros seis anos como docente ministrei as disciplinas de Ginástica e de Dança para o curso de graduação em Educação Física. Após o meu doutoramento, que foi na área de Fisiologia do Exercício, fui transferida para o Departamento de Métodos e Técnicas Desportivas e passei a dar a disciplina de Fisiologia do Exercício, já que o professor Renan Sampedro havia se aposentado e esta era a minha área de interesse em pesquisa. Desde então, sou a responsável por esta disciplina, nos cursos de Educação Física Licenciatura, Educação Física Bacharelado, Dança Licenciatura e Dança Bacharelado. Nos cursos de graduação ainda ministrei a Disciplina Complementar de Graduação (DCG) Educação Física e Saúde e sou responsável até o momento, juntamente com outros professores dos cursos, pelos estágios em Saúde I e II.

Atuo desde 2013 no mestrado em Educação Física do CEFD/UFSM e desde 2014 no mestrado em Gerontologia da UFSM. No primeiro, atuo nas disciplinas de Docência Orientada e Elaboração de Dissertação dos alunos sob a minha orientação e também fui orientadora do Pós Doutorado da Dra. Cati Reckelberg Azambuja durante os anos de 2015-2016. Já no mestrado em Gerontologia, que está inserido na área Interdisciplinar da CAPES, costuma-se caracterizar a interdisciplinaridade através do compartilhamento de disciplinas por mais de um professor. Então, durante três anos compartilhei a disciplina de Aspectos Funcionais do Envelhecimento Humano com outras duas professoras do curso e há três anos compartilho a disciplina de Metodologia do Ensino com uma outra professora do curso. Compartilhar disciplinas é uma experiência bastante enriquecedora, pois deve-se adaptar os nossos saberes aos conhecimentos e vivências dos outros professores, e o aluno só sai ganhando, por ter acesso a diferentes pontos de vista numa mesma questão.

O projeto do curso de doutorado em Educação Física do CEFD, que dá sequência lógica ao curso de mestrado, já foi aprovado pelos Conselhos Superiores da UFSM e já foi submetido a CAPES. Sendo aprovado, serei responsável pela disciplina de Fundamentos da Atividade Física e Saúde e pretendo propor uma disciplina ministrada em inglês, já que esta é uma ação incentivada e valorizada pela CAPES.

## 2.2 Atividades de Orientação na Graduação e Pós-graduação (Mestrado, Doutorado e Pós-doutorado)

As orientações de graduação, na forma de Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) sempre fizeram parte da minha trajetória como professora da UFSM. Orientei estágios, relatórios de estágios e TCCs desde que assumi o cargo de professora. Considero a orientação de TCC muito importante, pois é o momento em que se visualiza o que realmente o aluno aprendeu e como o nosso curso de graduação está formando os futuros profissionais. Proporciona ao professor orientador uma reflexão sobre como está contribuindo, ou não, na formação de profissionais competentes. Em geral, os alunos que realizaram TCC sob minha orientação já fazem parte do grupo de estudo que coordeno ou eram bolsistas de iniciação científica sob minha orientação, por isso conhecem as pesquisas realizadas e

participam ativamente das atividades e pesquisas do grupo. Oriento, anualmente, no mínimo, um TCC, e sempre dou prioridade para que o trabalho final seja realizado sob o formato de artigo para permitir a submissão para publicação. Assim, diversas orientações de TCC tornaram-se artigos publicados em revistas científicas.

O Quadro 3 sintetiza as orientações de TCC que realizei no período dos últimos 10 anos na UFSM, as quais focaram-se no tema Atividade Física e Saúde, por ser minha área de ensino, pesquisa e extensão. Todas as orientações de TCC foram nos cursos de Educação Física – Licenciatura e Educação Física – Bacharelado.

**QUADRO 3 – Orientação de TCCs de graduação dos últimos 10 anos**

<b>Orientando(a)</b>	<b>Título do Trabalho</b>	<b>Ano</b>
Everton Ruiz da Silva	Efeitos do treinamento funcional sobre habilidades motoras de mulheres com síndrome metabólica	2018
Deise de Souza Costa	Efeitos de um protocolo de treinamento físico funcional sobre diferentes componentes da composição corporal de mulheres com síndrome metabólica.	2017
Thais Costa Lemos	Massa corporal e estatura autorreferidas e mensuradas em idosos dos meios rural e urbano	2017
Leonardo Medeiros Backes	Análise do estado cognitivo em idosos de Santa Maria – RS	2016
Alexandre Mansur Correa	Efeitos do exercício aeróbico sobre os níveis pressóricos de indivíduos com síndrome metabólica.	2012
Felipe Vogt Cureau	Prevalência de autopercepção de saúde negativa e sua possível associação com variáveis sociodemográficas e fatores de risco para doenças crônicas, individuais e simultâneos, em adolescentes.	2012
Camile Bock	Efeito da ginástica de academia sobre o equilíbrio de mulheres.	2012
Camila Ludwig	Comportamento da pressão arterial e da frequência cardíaca durante diferentes tipos de ginástica de academia.	2011
Juliano Bouffleur Farinha	Efeito de 30 semanas de exercícios físicos sobre a idade das artérias carótidas em indivíduos com Síndrome Metabólica.	2011
Vanessa Albanio Machado	Perfil e motivos para desistência dos pacientes que aderiram ao programa de reabilitação cardíaca através do exercício físico em uma clínica do sul do Brasil.	2011
Ana Paula Rodrigues	Efeitos de uma aula de Educação Física sobre os níveis de ansiedade-estado de adolescentes escolares.	2011
Chane Basso Bennetti	Equilíbrio estático de idosas praticantes de musculação, hidroginástica e sedentárias.	2011
Lilian Flavia Oliveira Ebling	A influência do mundo tecnológico sobre o IMC de escolares da cidade de Santa Maria-RS.	2011
Rafael Antonio Albarello	Efeitos de um treinamento de hipertrofia sobre o perfil lipídico e composição corporal de indivíduos com síndrome metabólica	2011
Daniele Kopp	Percepção de esforço de adolescentes escolares da cidade de Santa Maria - RS.	2011
Lucas Rossatto Cancian	Avaliação antropométrica de estudantes de séries iniciais da rede pública estadual de ensino da cidade de Tuparendi-RS.	2010
Daniele Borba de	Índice de massa corporal, imagem corporal e comportamentos	2010

Assunção Santiago	de risco para transtornos alimentares em estudantes de dança	
Gustavo Quatrin	Relação entre o nível de atividade física e o número de horas frente ao computador de trabalhadores de uma cidade do sul do Brasil	2010
Michele Ziegler de Mattos	A influência do estilo de vida dos pais sobre o estado nutricional de estudantes do primeiro ano do ensino fundamental	2010
Peterson Braga	Análise do índice de massa corporal e do nível de atividade física de crianças do 1º ano do ensino fundamental de escolas públicas e privadas da cidade de Santa Maria, RS, de acordo com o número de aulas de educação física por semana	2010
Roseane Montagner Freo	Percepção da imagem corporal em escolares do primeiro ano do ensino fundamental	2010
Suéle de Freitas Almeida	Nível de atividade física de alunos do primeiro ano do ensino fundamental de escolas das diferentes redes de ensino (municipal, estadual e particular) da cidade de Santa Maria, RS.	2010
William Cabral	Prevalência de Diabetes Mellitus entre os estudantes do 1º ano do ensino fundamental em Santa Maria (RS) e conhecimento dos pais sobre a doença	2010
José Antonio Bovolini	Prevalência do estado nutricional e parâmetros antropométricos - Área muscular do braço e área de gordura do braço - de escolares da rede pública estadual de ensino da cidade de Santa Maria - RS	2009
Everton Granato de Leon	Estado nutricional de estudantes de uma escola da rede pública de ensino da cidade de Santa Maria em diferentes fases da vida escolar	2009
Carla Francieli Spohr	Nível de conhecimento de alunos concluintes do ensino médio de uma cidade do sul do país sobre o papel da educação física na saúde.	2009
Ramão Rodrigo Stocker dos Santos	Motivos que levam pessoas de diferentes faixas etárias a aderirem a programas de atividades físicas	2008
Daniela Kunz	Treinamento de musculação: teoria aplicada a prática.	2008
Franciele Walker	Condicionamento e reabilitação	2008
Gesiane Trindade	Vivência no laboratório de Bioquímica e Fisiologia do Exercício da ESEF/UFPEL	2008
Felipe Vogt Cureau	Prevalência de alterações no estado nutricional de adolescentes escolares do 1º ano do ensino médio de uma cidade do sul do Brasil	2008

\*OBS: Só há registros das orientações de TCCs a partir do ano de 2011 nas coordenações das graduações, portanto no anexo II constam comprovantes a partir de 2011.

As orientações de iniciação científica (IC) também são uma forma de desenvolver nos alunos de graduação o interesse por pesquisa e o desenvolvimento de suas habilidades científicas. Além disso, servem para que nós, professores/pesquisadores, possamos continuar desenvolvendo a capacidade crítica na análise e orientação de futuros pesquisadores e para o nosso contínuo amadurecimento intelectual. No Quadro 4 constam todas as orientações em iniciação científica realizadas nos últimos 10 anos, que tiveram apoio de órgãos de fomento a pesquisa.

QUADRO 4 – Orientação de Iniciação Científica (IC) dos últimos 10 anos

<b>Orientando(a)</b>	<b>Título do Trabalho</b>	<b>Órgão de Financiamento</b>	<b>Ano</b>
André Moreira de Oliveira	Nível de atividade física e barreiras ambientais à prática de atividade física em idosos de Santa Maria-RS	FAPERGS - PROBIC	2018-2019
Gabriel Correa da Silva	Nível de atividade física e barreiras ambientais à prática de atividade física em idosos de Santa Maria-RS	CNPq - PIBIC	2018-2019
Luiza Lima da Silva Costa	Nível de atividade física e barreiras ambientais à prática de atividade física em idosos de Santa Maria-RS	UFSM – FIPE Sênior	2018
Gabriel Correa da Silva	Nível de atividade física e barreiras ambientais à prática de atividade física em idosos de Santa Maria-RS	CNPq - PIBIC	2017-2018
Luiza Lima da Silva Costa	Nível de atividade física e barreiras ambientais à prática de atividade física em idosos de Santa Maria-RS	UFSM – FIPE Sênior	2017
Pamela Carvalho da Rosa	Efeitos de um programa de treinamento funcional sobre os fatores de risco da síndrome metabólica em mulheres	UFSM – FIPE Sênior	2016
Pamela Carvalho da Rosa	Nível de atividade física de escolares do ensino médio: estudo sobre a associação com o desempenho acadêmico e a percepção de barreiras à prática de atividades físicas	UFSM – FIPE Sênior	2015
Rafaella Righes Machado	Nível de atividade física de escolares do ensino médio: estudo sobre a associação com o desempenho acadêmico e a percepção de barreiras à prática de atividades físicas	UFSM – FIPE Sênior	2015
Leonardo Medeiros Backes	Nível de atividade física de escolares do ensino médio: estudo sobre a associação com o desempenho acadêmico e a percepção de barreiras à prática de atividades físicas	FAPERGS - PROBIC	2015
Gilton Pedroso da Silva	Perfil dos moradores da casa do estudante universitário da Universidade Federal de Santa Maria	CNPq - PIBIC	2013-2014
Gilton Pedroso da Silva	Perfil dos moradores da casa do estudante universitário da Universidade Federal de Santa Maria	UFSM – FIPE Sênior	2013
Juliana Appel Mortari	Perfil dos moradores da casa do estudante universitário da Universidade Federal de Santa Maria	UFSM – FIPE Sênior	2013
Mariane da Silveira Martins	Efeitos de um programa de exercícios físicos orientado e do acompanhamento nutricional individualizado sobre alguns fatores de risco da síndrome metabólica	CNPq - PIBIC	2012-2013
Juliano Bouffleur Farinha	Relação entre o nível de atividade física, estado nutricional e a percepção da imagem corporal de adolescentes matriculados em escolas do meio urbano da cidade de Santa Maria/RS	UFSM – FIPE Sênior	2011
Felipe Vogue Cureau	Hábitos de atividade física e fatores associados em escolares de Santa Maria (RS)	CNPq - PIBIC	2008-2009

O Quadro 5 sintetiza as orientações de Pós-graduação Lato Sensu (Especialização). As primeiras 6 citadas foram em um curso de especialização no formato Ensino a Distância (EAD) promovido pelo Centro de Educação Física e Memorial

Desportos da UFSM no período de agosto de 2013 a julho de 2014. Foi uma experiência interessante e de muito aprendizado, a de orientar os trabalhos de conclusão do curso (monografias) a distância, com apenas 3 encontros presenciais.

Entre os anos de 2005 e 2013, funcionou no CEFD/UFSM o curso de Pós-graduação em nível de Especialização em Atividade Física, Desempenho Motor e Saúde. O objetivo deste curso era preparar os alunos para prosseguirem seus estudos em nível de mestrado. Foi um período importante para os professores/pesquisadores do CEFD, em que houve um grande amadurecimento científico/acadêmico para que pudessemos, em 2013, reabrir o Programa de Pós Graduação em nível de mestrado. Todas as outras orientações citadas no Quadro 5, além das 6 primeiras, foram realizadas nesta especialização.

**QUADRO 5 – Orientações em Cursos de Pós-graduação - Lato Sensu (Especialização) dos últimos 10 anos**

<b>Orientando(a)</b>	<b>Título do Trabalho</b>	<b>Ano</b>
Betina Paraiba Frantz	Avaliações relacionadas ao desenvolvimento motor nas aulas de Educação Física nos anos iniciais.	2014
Lesiane Deprá Magrini	A prática docente em uma escola de educação infantil: reflexões sobre a Educação Física.	2014
Andriele Oliveira de Freitas	O papel da Educação Física no desenvolvimento motor das crianças do ensino globalizado.	2014
Rodrigo Oliveira de Amorim	A referência masculina nos anos iniciais do ensino fundamental.	2014
Simone Cassol Fardim	Resgate de brinquedos e brincadeiras antigas: um estudo com docentes dos anos iniciais de escola municipal de Passa Sete, RS.	2014
Viviane dos Reis Lopes	O resgate a brincadeira e aos brinquedo popular mediado pela mídia digital.	2014
Vanessa Albanio Machado	Estilo de vida e fatores de risco cardiovascular em docentes de uma universidade pública do sul do Brasil	2013
Andressa da Rosa Rodrigues	Estilo de vida e consumo de alimentos funcionais em docentes de uma Instituição Federal de Ensino Superior do sul do Brasil	2013
Carla Francieli Spohr	Nível de atividade física de estudantes do 1º ano do ensino fundamental da cidade de Santa Maria, RS	2010
Denise Walker	Relação do índice de massa corporal (IMC) e do nível de atividade física (NAF) de crianças do 1º ano do ensino fundamental com o IMC e NAF dos seus pais	2010
Daniele Borba de Assunção Santiago	Treinamento físico com o uso de Thera band sobre capacidades físicas e antropométricas de bailarinas	2009
Ramão Rodrigo Stocker dos Santos	Efeitos do exercício físico sobre a proteína C reativa de indivíduos com síndrome metabólica	2009
Felipe Vogt Cureau	Prevalência de fatores associados ao sobrepeso/obesidade em adolescentes escolares de Santa Maria/RS	2009
Daniela Dressler Dambros	Barreiras percebidas e hábitos de atividade física de adolescentes de Santa Maria, RS	2008
Carla Scherer	Os centros de atenção psicossocial: suas atividades recreativas e a relação com o exercício profissional de	2008



	professores de educação física	
Ana Carla de David Antoniazzi	Análise do nível de aptidão física relacionada à saúde de trabalhadores de escritórios e sua relação com a participação em programas de ginástica laboral	2008
Liziane Vargas da Silva	Efeito de 14 semanas de exercícios físicos orientados sobre os níveis séricos de leptina e adiposidade corporal de adultos obesos	2008

O programa de pós graduação em Ciências do Movimento Humano existiu no CEFD/UFSM, com cursos de mestrado e de doutorado, até o ano de 2003, quando foi descredenciado pela CAPES. Era um programa muito bem conceituado sendo classificado como o primeiro do Brasil por vários anos seguidos, Entretanto, devido ao grande número de aposentadorias simultâneas dos professores do programa e pela ainda baixa produtividade dos professores novos, acabou sucumbindo nas avaliações da CAPES, tendo de ser encerrado. Após vários anos de preparação, ajustes e luta para se atingir novamente um nível de excelência na pós graduação, um pequeno grupo de professores conseguiu abrir o novo curso de mestrado em Educação Física, no ano de 2012. Em seguida, no ano de 2014, um grupo de professores de várias áreas reuniram-se e criaram o Mestrado Interdisciplinar em Gerontologia, também lotado no CEFD. Eu faço parte dos dois grupos de professores citados e oriento alunos de mestrado nos dois cursos. No mestrado em Educação Física, atuo na linha de pesquisa “Atividade Física e Saúde” e no mestrado em Gerontologia, atua na linha de pesquisa “Saúde, Funcionalidade e Qualidade de Vida no Envelhecimento Humano”.

O Quadro 6 apresenta as orientações de mestrado concluídas nos últimos 10 anos, bem como orientações em andamento (\*). Cito também 2 co-orientações (\*\*) realizadas neste período.

QUADRO 6 – Orientações e co-orientações de mestrado dos últimos 10 anos

Orientando(a)	Título do Trabalho	Ano
Michele Cesar GERONTOLOGIA	Análise dos frequentadores das academias ao ar livre no sul do Brasil	2019*
Maxsuel Conteratto GERONTOLOGIA	Treinamento com oclusão vascular em idosos	2019*
Adilio L. da Silva ED FISICA	Diabetes na infância	2019*
Andressa Rodrigues GERONTOLOGIA	Barreiras percebidas por idosos de uma cidade de porte médio, para a manutenção de uma alimentação e um estilo de vida saudável	2018*
Veronica Dornelles ED FISICA	Percepção dos adolescentes sobre a educação física escolar na promoção da saúde	2018

Jéssica Berté ED FISICA	Efeitos de um programa de treinamento funcional em mulheres de meia idade com síndrome metabólica	2018
Fernanda Lameira GERONTOLOGIA	Barreiras para a prática de atividade física de idosos no meio rural e urbano	2018
Alice Londero ED FISICA	Análise da capacidade cognitiva e motora fina de escolares em processo de alfabetização	2018**
Tatiane Minuzzi ED FISICA	Relação parental no estilo de vida, nível de atividade física e estado nutricional de adolescentes	2017
Nicanor Dornelles ED FISICA	Estágios de mudança de comportamento e barreiras percebidas para a prática de atividade física em idosos	2017
Barbara da Silva GERONTOLOGIA	Prevalência de fatores de risco modificáveis para doenças cardiovasculares: idosos de zona urbana e rural	2017
Patrícia Soares GERONTOLOGIA	Percepção de saúde, prevalência de doenças crônicas e nível de atividade física em idosos do meio urbano e rural	2017
Veronica Casarotto GERONTOLOGIA BIOMEDICA-PUC	Relações entre atividade física, sintomatologia depressiva e autopercepção do envelhecimento em idosas socialmente ativas do município de Porto Alegre, RS	2017**
Mauri Behenck ED FISICA	Barreiras a prática de atividades físicas em pacientes portadores de HIV/AIDS atendidos em um serviço de referência para a população de Santa Maria/RS	2016
Temístocles Barros GERONTOLOGIA	Nível de atividade física e percepção do ambiente em idosos de Santa Maria-RS	2016
Liziane Da Silva ED FISICA	Efeitos do exercício físico resistido sobre fatores de risco da Síndrome Metabólica em homens	2015
Chane Benetti ED FISICA	Implicações dos fatores de risco para doenças cardiovasculares.	2015
Rafaella Machado ED FISICA	Qualidade de vida e aptidão física relacionada a saúde de pessoas com deficiência visual: efeitos de um programa de exercícios físicos combinados	2015
Kelly Pandolfo ED FISICA	Barreiras que dificultam a adoção de um estilo de vida fisicamente ativo em escolares do ensino médio	2015

Ao longo do segundo semestre de 2015 e do primeiro semestre de 2016, orientei o pós doutorado de Cati Reckelberg Azambuja no programa de pós graduação em Educação Física. O projeto desenvolvido era intitulado “Efeitos de um programa de treinamento funcional sobre os fatores de risco da síndrome metabólica em mulheres”, e atrelado a este projeto foram desenvolvidas 1 dissertação de mestrado e 3 trabalhos de conclusão de curso de graduação, também por mim orientados. Foi uma experiência completamente diferente, a de orientar um estágio pós doutoral, especialmente considerando que a professora Cati (que é professora na Faculdade Metodista de Santa Maria- FAMES) sempre fez parte do grupo de estudos que coordeno e vinha trabalhando junto aos projetos do grupo há muito tempo, tanto na pesquisa como na extensão. Assim, foi como se fosse a “coroação” de todo um trabalho que vinha sendo desenvolvido há alguns anos. Além disso, está sendo finalizado, ainda neste ano e como fruto deste trabalho de anos, um livro sob

minha organização, no qual os capítulos são escritos por vários alunos de mestrado, pela aluna de pós doutorado e por mim, e versam sobre vários aspectos da Síndrome Metabólica.

### 3 ATIVIDADES DE PRODUÇÃO INTELECTUAL, DEMONSTRADAS PELA PUBLICAÇÃO DE ARTIGOS EM PERIÓDICOS E/OU PUBLICAÇÃO DE LIVROS/CAPÍTULOS DE LIVROS E/OU PUBLICAÇÃO DE TRABALHOS EM ANAIS DE EVENTOS E/OU DE REGISTROS DE PATENTES/SOFTWARES E ASSEMBELHADOS (Comprovantes Anexo III)

Cresci vendo meus pais, ambos professores universitários, preocupados em dar boas aulas, contribuindo de forma significativa na formação de seus alunos. Afirmavam que para isso, era necessário produzir conhecimento e não apenas repassá-los aos estudantes. Eis a importância da pesquisa em uma Instituição de Ensino Superior. Por isso, não consigo separar o ensino da pesquisa em uma universidade, e não vejo a possibilidade de um professor não ser também um pesquisador. Desde que decidi ser professora universitária, sabia que a pesquisa faria parte da minha vida profissional, e diga-se de passagem, o meu gosto por pesquisa foi um dos fatores que mais pesou na minha escolha profissional. Por isso, assim que terminei o curso de doutorado em 2001, criei o Núcleo de Estudos em Exercício Físico e Saúde – NESEFIS, que é o grupo de pesquisa que coordeno desde então, e ao qual todas as atividades de pesquisa e extensão que desenvolvo, estão vinculadas.

#### 3.1 Publicação de Artigos em Periódicos

No Quadro 7 estão listados todos os artigos publicados em periódicos nos últimos 10 anos. Foram 51 artigos no total.

#### QUADRO 7 – Artigos científicos publicados

<b>Título do Artigo</b>	<b>Periódico</b>	<b>Ano</b>
High-intensity interval training improves inflammatory and adipokine profiles in postmenopausal women with metabolic syndrome	Archives of Physiology and Biochemistry	2018
Physical activity and academic performance in high school students	Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde	2018
Impacts of a Temporary Urban Pop-Up Park on Physical Activity and Other Individual- and Community-Level Outcomes	Journal of Urban Health-Bulletin of the New York Academy of Medicine	2017
Citizen science applied to building healthier community	International Journal of	2017

environments: advancing the field through shared construct and measurement development	Behavioral Nutrition and Physical Activity	
Hypertrophy training improves glycemic and inflammatory parameters in men with risk factors	Archivos de Medicina del Deporte	2017
Exercícios combinados em adultos com deficiência visual	Revista Brasileira de Educação Física e Esporte	2017
Efeitos do treinamento resistido sobre o perfil lipídico de indivíduos com síndrome metabólica	Revista Andaluza de Medicina Del Deporte	2017
Effects of high-intensity physical training on inflammatory markers of men with metabolic syndrome	Medicine and Science in Sports and Exercise	2016
Sobrepeso e obesidade de pessoas com deficiência visual	Revista Brasileira de Iniciação Científica	2016
Percepções de acadêmicos de educação física do sul do Brasil sobre o tema transversal saúde	Archives of Health Investigation	2016
Estilo de vida de professores de colégios militares do Brasil	Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação	2016
Perceived barriers to physical activity practice in high school students	Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano	2016
Benefícios do treinamento funcional para o equilíbrio e propriocepção de deficientes visuais	Revista Brasileira de Medicina do Esporte	2016
Exercise Training positively modulates the Ectonucleotidase Enzymes in Lymphocytes of Metabolic Syndrome Patients	International Journal of Sports Medicine	2016
An active lifestyle induces positive antioxidant enzyme modulation in peripheral blood mononuclear cells of overweight/obese postmenopausal women	Life Sciences	2015
Weight loss is not mandatory for exercise-induced effects on health indices in females with metabolic syndrome	Biology of Sports	2015
Response of oxidative stress and inflammatory biomarkers to a 12-week aerobic exercise training in women with metabolic syndrome	Sports Medicine	2015
Nível de atividade física atual de idosas: influência do histórico de vida pregressa	Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento	2015
Motivação de atletas escolares dos VII jogos da amizade: um estudo com o colégio militar de Santa Maria, RS	Cinergis	2015
Efeitos do treinamento físico com o uso da Thera-Band® sobre variáveis físicas e antropométricas de bailarinas	Cinergis	2015
Positive effects of resistance training on inflammatory parameters in men with metabolic syndrome risk factors	Nutrición Hospitalaria	2015
Efeitos da prática de Jump no equilíbrio e no tempo de reação em mulheres	ConScientiae Saúde	2015
Obesity, Inflammation and Aerobic Physical Exercise	Annals of Sports Medicine and Research	2015
Comparação de equações antropométricas para estimativa da gordura corporal em indivíduos com excesso de peso	Nutricion Clínica y Dietética Hospitalaria	2015
Clustering of Risk Factors for Noncommunicable Diseases in Brazilian Adolescents: Prevalence and Correlates	Journal of Physical Activity & Health	2014
Sobrepeso e obesidade em estudantes do ensino fundamental	Revista Digital EfDeportes	2014
Espessura carotídea, idade vascular e treinamento físico na síndrome metabólica	Revista Andaluza de Medicina del Deporte	2014
Efeitos do treinamento combinado sobre a proteína C-reativa ultrasensível em indivíduos com síndrome metabólica	ConScientiae Saúde	2014
Efeito do exercício físico sobre a leptinemia e percentual de gordura de adultos	Revista Brasileira de Medicina do Esporte	2014

Efeito do acompanhamento nutricional e treinamento físico em pessoas com síndrome metabólica	ConScientiae Saúde	2014
Impact of Resistance Training on Quality of Life and Ischemia Modified Albumin Levels in Men with Cardiovascular Risk Factors	Heart Research	2014
Educação em Ciências: relação entre o estilo de vida e as ações preventivas de saúde de adolescentes de escolas públicas federais	Revista Ciência e Ideias	2014
A influência da ginástica laboral na coordenação motora global e no tempo de reação de condutores de autocarro	Motricidade	2014
Nível de ansiedade-estado de atletas masculinos de handebol na final do campeonato gaúcho	Cinergis	2014
Estado nutricional de escolares do ensino público federal	Revista Brasileira de Nutrição Esportiva	2014
Autopercepção da imagem corporal e comportamento alimentar de escolares	Revista Brasileira de Nutrição Esportiva	2014
Consumo de suplementos alimentares por praticantes de musculação e natação	Lecturas Educación Física y Deportes	2014
Prioridades em saúde de escolares do ensino médio	ConScientiae Saúde	2013
Autopercepção de saúde em adolescentes: prevalência e associação com fatores de risco cardiovascular	Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde	2013
Satisfação com a imagem corporal e comportamentos de risco para transtornos alimentares em meninas praticantes e não praticantes de dança	Revista Brasileira de Nutrição Esportiva	2013
Correlação entre estilo de vida e nível de atividade física de idosas sedentárias e ativas	Revista Brasileira de Ciência e Movimento	2013
O efeito da ginástica nas capacidades perceptivo-motoras e na percepção de competência física de jovens	ConScientiae Saúde	2012
Sobrepeso/obesidade em adolescentes de Santa Maria-RS: prevalência e fatores associados	Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano	2012
Exercício Físico e a camada mio-intimal das artérias carótidas em indivíduos com síndrome metabólica	Revista da Sociedade de Cardiologia do RS	2012
Nível de atividade física de crianças do primeiro ano do ensino fundamental	Revista Brasileira de Ciência e Movimento	2012
Avaliação nutricional de escolares da rede pública estadual do município de Tuparendi, RS	Lecturas Educación Física y Deportes	2011
Barreiras percebidas e hábitos de atividade física de adolescentes de uma cidade do sul do Brasil	Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano	2011
Colesterolemia, trigliceridemia e excesso de peso em escolares de Santa Maria, RS – Brasil	Revista Brasileira de Medicina do Esporte	2010
Efeitos de 11 semanas de diferentes tipos de treinamento de força sobre a massa óssea de jovens do sexo masculino	Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício	2010
Hábitos Alimentares e Conhecimentos Nutricionais de Adolescentes Atletas e Adolescentes não Atletas	Nutrição em Pauta	2009
A influência da prática regular de kundalini yoga sobre variáveis funcionais em indivíduos portadores de síndrome da fibromialgia	Revista Brasileira de Ciência e Movimento	2008

Considerando a qualificação dos periódicos, segundo o Web Qualis Capes, minha produção científica na área em que estou vinculada – Área 21 (Educação

Física, Fisioterapia, Fonoaudiologia e Terapia Ocupacional) é bem variada, havendo publicações em revistas do estrato A e B distribuídas de forma equilibrada.

### 3.2 Publicação de livros/capítulos de livros

Nas áreas de pesquisa ditas “biológicas”, sempre se prioriza a publicação em periódicos científicos, pelo fato de serem mais dinâmicos e rápidos, o que proporciona uma atualização mais eficiente de resultados de pesquisas e uma facilitação da troca de informações entre pesquisadores da mesma área. Ainda assim, a publicação de livros e capítulos de livros também é uma forma evidentemente importante de disseminação do conhecimento.

Nos últimos 10 anos publiquei 2 capítulos de livro e estou organizando um livro no presente momento. Este último é fruto de 12 anos de um projeto de pesquisa e extensão sobre o papel do exercício físico orientado e o acompanhamento nutricional na síndrome metabólica. Foram convidados a escrever capítulos para o livro, pesquisadores que trabalham ou já trabalharam no projeto, durante os 12 anos de atividades.

QUADRO 8 – Capítulos de livros publicados

<b>Título do capítulo</b>	<b>Autores</b>	<b>Citação/Livro</b>	<b>Ano</b>
Uso y aplicaciones de las tecnologías de la información para promoción de la salud en la comunidad	King, A.; Salvo, D.; Winter, S. J.; Sheats, J. L.; Goldman-Rosas, L.; <b>SANTOS, D. L.</b>	López, G.C.; Bouchard, S.; Sierra, A.V. (Org.). Realidad virtual: aplicaciones en e-salud. 1ed. Coyoacán, México: Universidad Nacional Autónoma de México, 2015.	2015
A Educação Física na escola e seu papel na saúde	<b>SANTOS, D.L.</b>	Copetti, J.: Folmer, V. (Org.). Educação e saúde no contexto escolar. 1ed. Uruguiana, RS: UNIPAMPA, 2015.	2015

### 3.3 Publicação de trabalhos em anais de eventos

A Tabela 1 permite visualizar o número de trabalhos publicados em anais de eventos da área, tanto nacionais quanto internacionais. Além destes citados na tabela, cabe destacar a publicação de resumos em eventos locais, como a Jornada Acadêmica Integrada da UFSM, na qual todos os anos, o grupo de alunos que oriento, tanto da graduação como de mestrado, publicam no mínimo 2 resumos por ano.

TABELA 1 – Número de trabalhos publicados em anais de eventos nacionais e internacionais da área

<b>ANO</b>	<b>PUBLICAÇÃO EM EVENTOS (ANAIS)</b>
<b>2018</b>	2 (nacionais)
<b>2017</b>	4 (internacionais)
<b>2016</b>	3 (nacionais) e 7 (internacionais)
<b>2015</b>	8 (nacionais) e 2 (internacional)
<b>2014</b>	2 (nacionais) 2 (internacionais)
<b>2013</b>	6 (nacionais) e 7 (internacionais)
<b>2012</b>	3 (internacionais)
<b>2011</b>	4 (nacionais) e 1 (internacional)
<b>2010</b>	2 (nacional) e 2 (internacionais)
<b>2009</b>	4 (nacionais)
<b>2008</b>	4 (internacionais)
<b>TOTAL</b>	63

A apresentação de trabalhos em eventos é uma constante, tanto para mim como para meus orientandos, por considerarmos as publicações de trabalhos em anais de eventos muito relevantes em função de serem o meio de divulgação das atividades realizadas pelos alunos em orientações tanto de graduação (iniciação científica) quanto de pós-graduação. Em eventos científicos troca-se ideias, se conhece pessoas que trabalham na mesma linha do que se está desenvolvendo e criam-se novas ideias e estratégias de pesquisa. Costumo estimular meus alunos a participarem de eventos, apresentando trabalhos, pois julgo ser um importante de aprendizado no que se refere à redação e também à divulgação do conhecimento.



### 3.4 Registros de patentes/software e assemelhados

Não possuo registro de patentes ou softwares e assemelhados até o momento. Entretanto, destaco que no ano de 2004 orientei o estágio profissionalizante de um aluno da graduação em Educação Física, que já era formado em Informática. Desenvolvemos juntos um software no qual se digitava os dados coletados em pesquisas envolvendo composição corporal e aptidão física e os resultados já eram calculados ali mesmo, havendo um retorno imediato para o avaliado. Na época, este tipo de software ainda não era tão comum, como é nos dias de hoje. Infelizmente não registramos o software, que foi usado por um tempo no laboratório de pesquisa e depois se perdeu entre tantos outros mais modernos.

#### **4 ATIVIDADES DE EXTENSÃO, DEMONSTRADAS PELA PARTICIPAÇÃO E ORGANIZAÇÃO DE EVENTOS E CURSOS, PELO ENVOLVIMENTO EM FORMULAÇÃO DE POLÍTICAS PÚBLICAS, POR INICIATIVAS PROMOTORAS DE INCLUSÃO SOCIAL OU PELA DIVULGAÇÃO DE CONHECIMENTO, DENTRE OUTRAS ATIVIDADES**

Atividades de extensão sempre fizeram parte da minha carreira docente: desde o ano em que trabalhei como professora substituta no CEFD/UFSM, fazia atividades de extensão, mesmo que isso não fosse atribuição de professor substituto. O CEFD sempre foi muito forte em projetos/atividades de extensão. Sempre estive muito presente junto a comunidade de Santa Maria, oferecendo atividades físicas nas mais variadas modalidades e para diferentes populações. Isso é motivo de orgulho para todos nós que fizemos parte deste centro. Assim, já estive e mantenho-me envolvida em várias atividades de extensão. Organizei 3 seminários do Núcleo de Estudos em Exercício Físico e Saúde, nos anos de 2004 a 2006; participei do evento Acampavida (para idosos) em várias edições, oferecendo informações de saúde, exercícios físicos e realizando exames de glicemia e avaliação da pressão arterial. Mas nos últimos 10 anos, para distribuir melhor o meu tempo, dedicado ao ensino e a pesquisa também, reduzi as atividades de extensão passando a apenas coordenar projetos de extensão, que serão citados no item 5.

## 5 COORDENAÇÃO DE PROJETOS DE PESQUISA, ENSINO OU EXTENSÃO, E LIDERANÇA DE GRUPOS DE PESQUISA (Comprovantes Anexo IV)

Como relatado brevemente no item anterior, desde que comecei a atuar como professora na UFSM, mesmo na condição de professora substituta, venho coordenando projetos de pesquisa e de extensão. Participo de alguns projetos de ensino, mas como minha área de atuação, Fisiologia do Exercício, está mais caracterizada em atividades de pesquisa e extensão, sou coordenadora de apenas um projeto de ensino, que se iniciou no ano de 2014. Trata-se de um grupo de estudos e aprofundamento do ensino em fisiologia, que tem como objetivo facilitar o aprendizado por parte dos alunos das graduações em Educação Física (Licenciatura e Bacharelado).

A Tabela 2 apresenta os projetos de pesquisa e extensão que coordenei/coordeno, considerando seus anos de início. Saliento que, em sua maioria são projetos de pesquisa que envolvem alunos de graduação, especialmente os de iniciação científica, e os de pós-graduação.

TABELA 2 – Número de coordenação de projetos de pesquisa, extensão e ensino por ano de início das atividades

<b>Ano</b>	<b>Pesquisa</b>	<b>Extensão</b>
<b>2018</b>	2	0
<b>2017</b>	1	1
<b>2016</b>	0	0
<b>2015</b>	2	0
<b>2014</b>	4	1
<b>2013</b>	2	0
<b>2012</b>	3	0
<b>2011</b>	6	0
<b>2010</b>	4	2
<b>2009</b>	4	0
<b>2008</b>	9	1
<b>Total</b>	37	5

Após o término do curso de doutorado, encaminhei um projeto para concorrer no edital de auxílio “Recém Doutor” e fui contemplada. O projeto tratava da criação do Núcleo de Estudos em Exercício Físico e Saúde – NESEFIS, já citado anteriormente, que é o núcleo de estudos que coordeno. A ele estão vinculados todos os projetos de pesquisa, extensão e ensino que coordeno.

O NESEFIS foi estabelecido em julho de 2002, com a aquisição de equipamentos e material de consumo para estudos e coletas de dados de pesquisa. Os objetivos gerais do Núcleo são: proporcionar um espaço para o desenvolvimento de pesquisas científicas sobre Exercícios Físicos e Saúde; desenvolver projetos de extensão que atendam às necessidades da comunidade no que diz respeito à orientação para a prática de exercícios físicos, demonstrando-se a importância da prática regular de exercícios físicos e da aquisição de um estilo de vida saudável para a melhora da qualidade de vida; proporcionar a integração entre alunos de graduação e de pós-graduação, e entre profissionais das diferentes sub áreas que compõe a grande área da saúde, para o estudo sobre Exercícios Físicos e Saúde e criar um ponto de referência no CEFD da UFSM, para os interessados em discutir, pesquisar, informar-se e refletir sobre os benefícios da prática regular de exercícios físicos para a saúde e melhora da qualidade de vida. Os primeiros participantes do NESEFIS foram 2 alunos do Curso de Especialização em Ciência do Movimento Humano, subárea Fisiologia do Exercício e 6 alunos da graduação em Educação Física selecionados através da análise do Currículo Resumido e de Carta de Intenções. Nestes 16 anos de trabalho, o NESEFIS já contou com a participação de mais de 80 estudantes e profissionais da área da saúde (profissionais da Educação Física, Nutricionistas, Fisioterapeutas, Psicólogos, Médicos), tendo desenvolvido vários projetos de extensão e de pesquisa junto a comunidade de Santa Maria.

Dentre os projetos desenvolvidos no NESEFIS, destaco 2 grandes projetos de pesquisa, 2 grandes projetos de extensão e 1 projeto de pesquisa e extensão, por serem os de maior duração, os que atenderam um maior número de pessoas da comunidade e os que renderam maior número de publicações.

#### PROJETOS DE EXTENSÃO:

Ginástica de Academia Acessível a Todos: entre sua Fase I e sua Fase II, este projeto durou em torno de 14 anos. Era um projeto que oferecia ginástica de academia para indivíduos sedentários, portanto, iniciantes. Trabalhava-se com ginástica aeróbica, localizada e musculação 5 dias na semana. O intuito era o de desmistificar a ginástica para que as pessoas pudessem praticá-la sem dificuldade. Alguns TCCs de graduação foram realizados neste projeto e pesquisou-se os efeitos da ginástica de academia no ritmo, na qualidade de vida, nos sintomas de depressão e ansiedade, na flexibilidade e força. Foi um projeto que possibilitou que um grande número de acadêmicos do curso de Educação Física tivessem uma vivência prática ministrando aulas para um público alvo real.

ONEFIT - Orientação nutricional e exercício físico para todos: projeto criado para substituir e ampliar as atividades do projeto acima citado. O objetivo é oportunizar a toda a comunidade santamariense um espaço que ofereça orientação nutricional e exercícios físicos regulares orientados à promoção da saúde. Assim, a cada semestre são selecionados novos participantes e de acordo com as suas necessidades, são elaborados planos alimentares e treinamento físico. Todos os participantes fazem avaliações ao início e ao final do semestre de atividades, incluindo avaliações funcionais, nutricionais, da composição corporal e do perfil bioquímico. Assim, pretende-se construir um banco de dados com os resultados de todos os tipos de dietas e treinamentos físicos oferecidos ao longo de 5 anos. Oportuniza-se, ao mesmo tempo, que os alunos da graduação em Educação Física e em Nutrição tenham uma vivência prática lidando com um público variado. Este projeto iniciou no segundo semestre de 2017, portanto, apesar de já ter atendido um bom grupo de pessoas, ainda não há dados prontos para publicação.

#### PROJETOS DE PESQUISA:

Nível de atividade física de escolares do ensino médio: estudo sobre a associação com o desempenho acadêmico e a percepção de barreiras à prática de atividades físicas: este projeto surgiu para a realização de uma dissertação de mestrado e hoje já foram realizadas 3 dissertações e uma quarta está em andamento. De forma

geral, visa estudar a atividade física nos alunos do ensino médio. Já se estudou a relação do nível de atividade física com o desempenho acadêmico, a relação do nível de atividade física e estilo de vida dos pais, com os seus filhos alunos do ensino médio, a percepção que os adolescentes do ensino médio tem sobre o papel da atividade física na sua saúde, as barreiras para a prática de atividade física que eles mais percebem, os fatores de risco mais presentes nos adolescentes e a próxima etapa será ampliar as coletas de dados em mais escolas do município, bem como realizar a medida direta do nível de atividade física dos escolares do ensino médio, através de acelerometria. A partir deste projeto de pesquisa já foram publicados 4 artigos em revistas qualis A e B e outros 3 foram submetidos.

Nível de atividade física e barreiras ambientais à prática de atividade física em idosos de Santa Maria-RS: quando retornei do pós doutorado em 2014, me propus a dar continuidade aos estudos realizados na Universidade de Stanford nos EUA, utilizando o aplicativo criado pela minha orientadora, Dra. Abby King. O aplicativo para smartphone, Stanford Healthy Neighborhood Discovery Tool, foi criado e validado por Buman et al. (2013) e tem como objetivo identificar as barreiras e facilitadores para um estilo de vida fisicamente ativo entre os idosos no bairro onde residem. O instrumento foi traduzido para o Português a fim de ser usado pela população brasileira e possibilita a captura de imagens (fotos) e relatos orais (áudios) sobre as barreiras que os idosos percebem para a prática de atividade física e alimentação saudável. Assim surgiu este projeto, que iniciou como a proposta de dissertação de mestrado de um aluno do curso de Gerontologia, que orientei. Além da coleta com a Discovery Tool, são realizadas também a avaliação do nível de atividade física, alimentação, percepção do ambiente, percepção da saúde, aspectos hemodinâmicos (pressão arterial e FC de repouso) e antropométricos (Índice de Massa Corporal). Já foram coletados dados em 3 bairros e 3 distritos (rurais) de Santa Maria, que renderam 5 dissertações, 2 TCCs de graduação e 9 artigos submetidos. Nos próximos 2 anos, mais duas dissertações estão sendo desenvolvidas junto a este projeto, que abrangerão mais bairros da cidade.

## PROJETO DE PESQUISA/EXTENSÃO:

Programa de exercícios físicos orientados e acompanhamento nutricional na síndrome metabólica: este foi um projeto que funcionou durante 10 anos e que iniciou como um projeto de pesquisa. Como no primeiro ano do projeto de pesquisa, verificamos uma procura enorme por parte da comunidade, tornou-se também um projeto de extensão. O objetivo geral era oferecer às pessoas da comunidade que tinham síndrome metabólica, um programa de exercícios físicos orientados e um acompanhamento nutricional individualizado e avaliar os efeitos destes sobre alguns fatores de risco da síndrome metabólica. Ao longo destes 10 anos, a cada semestre entravam novos participantes (tanto da comunidade como monitores alunos do CEFD). A cada ano se modificava a estratégia de treinamento físico: houve trabalho aeróbico de caminhadas em esteiras, musculação, treinamento concorrente, treinamento de hipertrofia, caminhada na pista e ginástica localizada, etc. A cada semestre se realizava coleta de dados hemodinâmicos, funcionais, bioquímicos, psicológicos, dependendo da pesquisa que estava sendo desenvolvida. Também se realizou coleta de dados referente aos hábitos alimentares e foram propostas estratégias para modificar/melhorar a alimentação dos participantes, já que sempre tivemos nutricionistas participando do projeto. Como na UFSM há um limite de tempo de duração dos projetos, no ano de 2015 tivemos que encerrar este projeto, com este nome, mas registramos um novo projeto na mesma linha que continua funcionando até hoje e rendendo publicações/dissertações e TCCs: “Efeitos de um programa de treinamento funcional sobre os fatores de risco da síndrome metabólica em mulheres”. Foram fruto deste amplo projeto: 16 artigos científicos publicados (mais 4 submetidos), 7 dissertações de mestrado (3 sob minha orientação e 4 sob orientação do prof. Dr. Félix Soares do programa de mestrado em Educação Física), 7 TCCs (sob minha orientação) e 1 trabalho de pós doutorado. Também é fruto desta experiência de mais de 12 anos trabalhando-se com síndrome metabólica, o livro que estou organizando intitulado “Síndrome Metabólica e o Exercício Físico” no qual os capítulos foram escritos por profissionais de Educação Física e Nutrição que passaram pelo projeto.

## GRUPO DE PESQUISA NO CNPq:

Assim que recebi o auxílio recém doutor da FAPERGS, em 2002, registrei o grupo de pesquisa no CNPq, do qual sou líder até o presente: Exercício Físico e Qualidade de Vida. O trabalho desenvolvido por este grupo de pesquisa tem por objetivo investigar o papel da atividade física e do exercício físico na saúde, incluindo prevenção e tratamento de doenças crônicas não transmissíveis. Isto é possível através do diagnóstico dos principais fatores de risco dos vários grupos populacionais, enfatizando-se o nível de atividade física, e posterior estabelecimento de intervenções com o intuito de diminuir os fatores de risco e melhorar a qualidade de vida das populações estudadas. Também se investiga como o exercício físico regular afeta o envelhecimento humano, as principais barreiras percebidas para a prática regular de exercícios físicos, destacando-se a importância do ambiente.

## PROJETO DE COOPERAÇÃO INTERNACIONAL

Um ano após ter realizado o pós doutorado no Stanford Prevention Research Center na Universidade de Stanford, o grupo da minha orientadora, Dra. Abby King, foi contemplada com um recurso financeiro, proveniente da Robert Wood Johnson Foundation, para o desenvolvimento de uma rede mundial de pesquisa envolvendo o aplicativo criado pelo grupo, para o uso em vários países. Foi estabelecida, então, a “Our Voice Global Research Network”, uma rede de cooperação internacional para a pesquisa com os chamados “Cidadãos Cientistas” que são pessoas da comunidade que atuam como pesquisadores no sentido de melhorar a realidade em que vivem no seu bairro e na sua cidade. Fui convidada a ser a representante do Brasil nesta rede, aplicando a pesquisa na cidade de Santa Maria, inicialmente, e com o tempo estendê-la a outras cidades e estados do Brasil. Todos os anos, desde de 2016, nos reunimos em Stanford ou em evento internacional pré-estabelecido, para trocarmos ideias e informações sobre o que estamos desenvolvendo em nossos países. Hoje, fazem parte do projeto 16 países de 5 continentes.



Na coleta de dados que estamos realizando em Santa Maria, trabalham 4 alunos da graduação e 4 alunos de mestrado. Nestes 4 primeiros anos do projeto, a coleta de dados é realizada com idosos. A partir do ano de 2020 pretende-se coletar dados junto a população adulta e de adolescentes.

## **6 COORDENAÇÃO DE CURSOS OU PROGRAMAS DE GRADUAÇÃO OU PÓS-GRADUAÇÃO (Comprovantes Anexo V)**

No ano de 2001, após o término do meu doutorado, assumi a coordenação do Programa de Pós Graduação em Ciência do Movimento Humano (mestrado e doutorado), que estava passando por uma transição devido a uma avaliação da CAPES não muito satisfatória e ao grande número de aposentadorias dos professores do programa. Foi um período difícil e de muito trabalho na pós graduação, pois tivemos que reorganizar todo o projeto político pedagógico do programa, na tentativa de melhorar a avaliação da CAPES. Foram 3 anos de trabalho intenso na tentativa de melhorar a nota do programa, mas infelizmente fomos avaliados com uma nota insatisfatória, mesmo assim, principalmente por causa da baixa produtividade dos novos professores, que não tinham tido tempo de chegar a uma produção satisfatória para manter o programa, enquanto 80% dos antigos professores haviam se aposentado. Elaboramos um pedido de reconsideração, que não foi suficiente. Então ao final de 2004, saí da coordenação do programa, que já não estava mais abrindo novas vagas, apenas finalizando os trabalhos que estavam em andamento.

Entre junho de 2008 e março de 2009, atuei como coordenadora do curso de graduação em Educação Física – Bacharelado. Era um curso novo, pois até então tínhamos apenas o curso de Licenciatura. Como presidi a comissão que estruturou o programa político pedagógico deste bacharelado, fui convidada a assumir a coordenação. Era um cargo sem remuneração, já que era a coordenação de um curso novo e a UFSM não tinha ainda disponibilizado função gratificada para tal posto. Em março de 2009 solicitei a exoneração do cargo, pois o curso já estava bem estruturado e eu estava sobrecarregada de atividades. Havia outras pessoas do CEFD que poderiam assumir.

Desde 2015 sou coordenadora substitua do Programa de Pós Graduação em Educação Física do CEFD/UFSM, o que tem sido uma experiência nova, já que estivemos construindo a proposta do curso de doutorado.

Ambas as experiências, na coordenação do curso de graduação como no programa de pós graduação, foram muito enriquecedoras. Penso que, enquanto não se tem esta experiência de coordenar um curso, não se tem ideia do que realmente acontece nas inter-relações aluno x professor e professor x disciplinas do curso.

## 7 PARTICIPAÇÃO EM BANCAS DE CONCURSOS, DE MESTRADO OU DE DOUTORADO (Comprovantes Anexo VI)

A participação em bancas de avaliação de dissertações de mestrado e teses de doutorado é sempre uma oportunidade de aprendizado, tanto no que tange à leitura e análise do trabalho em si, como nas discussões acadêmicas com os outros membros das bancas. É uma atividade muito satisfatória e faço questão de participar sempre que sou convidada. No que diz respeito as bancas de monografias de especialização e trabalhos de conclusão de graduação, é muito válido poder ver o resultado final de uma trajetória da qual fizemos parte. Além disso, também fiz parte de bancas de concursos neste últimos 10 anos, o que faz parte da função de um professor universitário.

Pode se observar na Tabela 3 que até o ano de 2014, há uma maior participação em bancas de monografia de especialização e a partir de 15, há uma diminuição da participação em bancas de TCC e aumento da participação em bancas de mestrado. Coincide com o início dos cursos de mestrado em Educação Física em 2012 e o de Gerontologia em 2014.

TABELA 3 – Número de participações em bancas de concursos, de doutorado (e qualificação de doutorado), mestrado, monografia de especialização e trabalho de conclusão de curso de graduação

Ano	Banca de Concurso	Banca de Doutorado	Banca de Mestrado	Banca de Monografia	Banca de TCC
2018	0	1	5	0	2
2017	0	1	6	0	2
2016	0	2	4	0	4
2015	0	2	6	7	2
2014	0	0	0	2	0
2013	0	6	1	2	7
2012	1	1	1	2	1
2011	0	0	0	4	8
2010	1	0	1	5	9
2009	1	0	0	10	6
2008	1	0	1	9	9
Total	4	13	25	37	50

## 8 ORGANIZAÇÃO E/OU PARTICIPAÇÃO EM EVENTOS DE PESQUISA, ENSINO OU EXTENSÃO (Comprovantes Anexo VII)

Participei de diversos eventos nacionais e internacionais na forma de congressos, simpósios, encontros, oficinas, fóruns. É bem verdade que no início da minha carreira acadêmica eu ia a muito mais eventos como ouvinte. Nos últimos 10 anos, ou seja, desde 2008, fiz participações como ouvinte, apresentadora e avaliadora de trabalhos científicos.

Até o ano de 2013, predominou a participação em eventos regionais/nacionais/internacionais que aconteciam do Brasil, mas a partir de 2014, vou a pelo menos um evento internacional fora do país por ano, e sempre para apresentar trabalhos ou coordenar mesas redondas. Mesmo com o acesso a informação facilitado pela internet, acredito que uma troca de ideias que ocorre pessoalmente ainda é mais proveitosa. Além disso, as discussões e conversas que ocorrem “paralelas” ao evento, trazem novas amizades, conhecimento de pessoas que estão fazendo a mesma coisa que fazemos e tem as mesmas dúvidas e dificuldades. Como comento sempre com o grupo de estudos que coordeno, estes contatos que se faz em eventos científicos servem também para nos mostrar se estamos no caminho certo em nossas pesquisas, ou não.

A Tabela 4 apresenta o número de eventos que participei nos últimos 10 anos, sendo que a participação em alguns eventos não se deu somente sob a forma de ouvinte, mas também como coordenador de mesa, avaliador de trabalhos, entre outras. Aqui são considerados apenas os eventos nacionais/internacionais.

TABELA 4 – Número de participações e organização de eventos

Ano	Participação e/ou Organização em eventos
2018	1
2017	1
2016	2
2015	4

2014	3
2013	3
2012	3
2011	2
2010	0
2009	2
2008	2
Total	25

## 9 APRESENTAÇÃO A CONVITE, DE PALESTRAS OU CURSOS EM EVENTOS ACADÊMICOS (Comprovantes Anexo VIII)

Sempre que sou convidada a proferir uma palestra, dar um curso ou simplesmente fazer uma fala sobre os assuntos que pesquiso e com o que trabalho, tenho o maior orgulho de aceitar. São sempre momentos de troca com os ouvintes e uma forma de se sentir realmente contribuindo com a divulgação do conhecimento. Ao longo de toda a minha vida profissional já ministrei cursos em semanas acadêmicas, participei de mesas redondas e ministrei palestras em eventos acadêmicos, mas nos últimos 10 anos foram relativamente poucas.

Em 2012, fiz uma palestra intitulada **“O papel do exercício físico na prevenção e/ou controle da síndrome metabólica”** na Faculdade Metodista de Santa Maria para todos os alunos do curso de graduação em Educação Física da Instituição; também proferi uma palestra aos alunos do 8º ano do Colégio Militar de Santa Maria, intitulada **“Educação para uma vida ativa e saudável”** e ainda, palestrei no II Simpósio de Educação Física e Saúde – UNIPAMPA: Intervenção pela Atividade Física tendo como tema **“Mestrado em Educação Física da UFSM: Possibilidades para a área da atividade física e saúde”**. Neste mesmo evento organizado pela UNPAMPA e financiado pela FAPERGS, participei da mesa redonda **“O papel dos cursos de Educação Física na promoção da atividade física das populações”**.

Em 2014, ao retornar do pós doutorado, fui convidada para proferir palestra da 29ª Jornada Acadêmica Integrada da Universidade Federal de Santa Maria, com o título **“Perspectivas atuais de pesquisa em atividade física e saúde”**.

No início do ano letivo de 2015, realizei a aula magna do Curso de Educação Física da Faculdade Metodista de Santa Maria, com o tema **“Tendências para a pesquisa em atividade física e saúde”**. No mesmo ano fui convidada a palestrar na Mesa Redonda **“Obesidade no Contexto Multidisciplinar”** do 9º Seminário de Nutrição com o Tema Obesidade: desafios e perspectivas, em que representei os profissionais de Educação Física no evento promovido pela Universidade Franciscana de Santa Maria.

## 10 RECEBIMENTO DE COMENDAS E PREMIAÇÕES ADVINDAS DO EXERCÍCIO DE ATIVIDADES ACADÊMICAS (Comprovantes Anexo IX)

Ao longo de toda a minha carreira acadêmica, tive a honra e o privilégio de ter sido paraninfa de duas turmas da Educação Física e professora homenageada de cinco turmas. É interessante se notar que isso se deu nos primeiros oito anos de atuação como professora, quando ainda trabalhava com disciplinas práticas como Dança e Ginástica III. Depois que passei a ministrar a disciplina de Fisiologia do Exercício, que é uma disciplina mais difícil e “dura”, não fui mais professora homenageada. Também tive a grande oportunidade de ser escolhida representante do Ministério da Educação e do Desporto no Programa de Intercâmbio de Jovens “International Youth Village” promovido pelo Youth Affairs Administration, Management and Coordination Agency, Prime Minister's Office of Japan. Foi uma experiência única de 1 mês no Japão entre jovens do mundo inteiro, discutindo-se e propondo soluções para problemas mundiais.

Nos últimos 10 anos tive a grata satisfação de ter 4 trabalhos científicos premiados em eventos. O Quadro 9 apresenta tais premiações.

QUADRO 9 – Premiações recebidas advindas do exercício de atividades acadêmicas

Ano	Premiação
2017	<b>3o lugar na modalidade de apresentação de trabalhos orais, IV Congresso Internacional em Saúde UNIJUI.</b> SILVA, B.S.; SANTOS, D.L.; CORAZZA, S.T.; MACEDO, T.L.; SOARES, P.F.; LAMEIRA, F.R. Nível socioeconômico e estado cognitivo de idosos residentes em áreas rurais.
2015	<b>40 Melhores" trabalhos do Salão de Iniciação Científica da 30ª JAI</b> MACHADO, R. R. ; PANDOLFO, K. C. M. ; Minuzzi, T. ; AZAMBUJA, C. R. ; SANTOS, D. L. . Sobrepeso e obesidade de pessoas com deficiência visual.
2014	<b>40 Melhores" trabalhos do Salão de Iniciação Científica da 29ª JAI</b> PANDOLFO, K. C. M. ; SANTOS, D. L. ; Minuzzi, T. ; AZAMBUJA, C. R. ; MACHADO, R. R. . Comportamento de risco para transtornos alimentares e estado nutricional em alunas de dança.
2012	3º lugar Melhor Tema Livre Oral, Sociedade de Cardiologia do Estado do Rio Grande do Sul.

## **11 PARTICIPAÇÃO EM ATIVIDADES EDITORIAIS E/OU DE ARBITRAGEM DE PRODUÇÃO INTELECTUAL (Comprovantes Anexo X)**

Entre os anos de 2004 e 2008 fui a representante do CEFD no conselho editorial da Editora da UFSM. É uma editora universitária e como tal, só publica livros analisados e aprovados pelo corpo editorial. Várias proposta de livros eram discutidos em uma reunião e todos os meses recebíamos no mínimo uma proposta de livro para analisar de áreas afins a de cada membro. Isso me proporcionou a leitura e conhecimento de livros da área da saúde, de uma forma geral e aguçou a minha capacidade crítica na análise do conteúdo de livros e artigos.

Em 2017 fiz parte do corpo de pareceristas ad-hoc do Edital de Publicações de Livros Técnico-Científicos da Editora da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Edições UESB.

Desde 2012 até o presente, faço parte do corpo editorial da Revista Kinesis, revista do CEFD/UFSM. Como tal, sou também parecerista dos manuscritos submetidos a Revista.

Também já fiz, e continuo fazendo, pareceres de manuscritos submetidos para várias revistas brasileiras e internacionais tais como: Revista Cinergis, Revista Andaluza de Medicina del Deporte, Revista Pensar a Prática, Revista Perspectiva Ciência e Saúde, Peer Journal.



## **12 EXERCÍCIO DE CARGOS NA ADMINISTRAÇÃO CENTRAL E/OU COLEGIADOS CENTRAIS E/OU CHEFIA DE UNIDADES/SETORES E/OU DE REPRESENTAÇÃO (Comprovantes Anexo XI)**

Entrei como professora efetiva na UFSM em novembro de 1995 e já em maio de 1996 fui eleita chefe do Departamento de Desportos Individuais, no qual eu era lotada. Após um mandato de dois anos, fui reeleita para um mandato de mais dois anos. Foi um período de grande aprendizado sobre como funcionava uma universidade pública. Durante o segundo mandato, fui a representante dos chefes de departamento do CEFD no Conselho Superior de Ensino, Pesquisa e Extensão da UFSM (CEPE), o que me rendeu maior experiência e aprendizado, num nível diferente do que eu estava acostumada. Neste período, participei da Comissão de Legislação e Normas do CEPE, onde aprendi muito, especialmente no que diz respeito às normas e legislações da UFSM e das Instituições de Ensino Superior do Brasil.

Enquanto atuei como coordenadora do programa de pós graduação em Ciência do Movimento Humano, fui a representante dos coordenadores de curso do CEFD no Conselho Superior de Ensino, Pesquisa e Extensão, e nesta oportunidade participei mais uma vez da comissão de legislação e normas do CEPE.

Em junho de 2002, o CEFD ficou sem diretor, pois os professores que haviam assumido direção e vice direção pediram exoneração de seus cargos, por motivos pessoais. Como eu era a coordenadora mais antiga do CEFD, assumi a direção do centro, na condição de diretora pró-têmpore. Permaneci 3 meses no cargo, apenas para encaminhar as eleições para a nova direção. Durante este período, participei do Conselho Universitário da UFSM. Este conselho superior da universidade tem uma função bastante diferente da do CEPE, muito mais técnica, política e decisória. Então, foi uma experiência mais uma vez diferente das que eu tinha tido até então, e posso afirmar que foi bastante relevante profissionalmente. Neste conselho superior há toda uma forma diferente de se entender a Instituição. Mais tarde, em 2007, como eu já tinha tido esta experiência, fui indicada novamente para representar o CEFD no Conselho Universitário. Participei por mais 2 mandatos, isto é, 2007-2009

e 2009-2011. Assim, posso dizer que tive uma experiência bem completa no que diz respeito a representatividade do meu centro nos conselhos superiores.

Durante 8 anos fui a representante do CEFD no Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da UFSM (entre 2005 e 2013). Eu arriscaria dizer que a experiência de analisar e emitir parecer sobre aspectos éticos e metodológicos de projetos de outras áreas de pesquisa, deveria ser praticamente obrigatória para quem trabalha com pesquisa, como é o meu caso. Sem sombra de dúvida, a convivência com pesquisadores de outras áreas, as discussões considerando outros pontos de vista e outras formas de se pesquisar, e a necessidade de defender/justificar métodos e estratégias de pesquisa utilizadas pelos pesquisadores de áreas afins, desenvolve a tolerância, a humildade e a habilidade crítica em pesquisa, o que só contribui para tornar-nos pesquisadores, quiçá pessoas, melhores.

Mais recentemente, em 2012 e em 2014-2015 fui chefe substituta, desta vez no Departamento de Métodos e Técnicas Desportivas, no qual sou lotada desde 2003 e entre outubro de 2015 e outubro de 2017, tive novamente a experiência de ser chefe de departamento. A chefia departamental é uma função administrativa e portanto, para a qual nós, professores, não somos preparados. Por isso, torna-se um desafio ter que “administrar” a atuação dos colegas, ao mesmo tempo em que deve-se dar conta de serviços burocráticos. Ainda assim, foi uma grande satisfação profissional ter passado por tais experiências, tão diferentes daquelas para as quais somos “treinados”. Posso afirmar que houve grande crescimento pessoal e profissional.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Sou uma pessoa que sempre considerou importante a essência das pessoas pois acredito que todos possamos ser lapidados através das nossas experiências e vivências, mas a nossa essência estará sempre presente. Por isso, a realização desta retrospectiva de vida acadêmica foi muito importante e prazerosa, pois trouxe muitas recordações, evidenciando tudo o que me fez ser quem sou hoje, profissional e pessoalmente. Na correria do dia-a-dia, de muito trabalho e tarefas domésticas, geralmente não sobra tempo para fazermos uma reflexão sobre o nosso caminho profissional e para nos questionarmos se estamos atingindo os nossos planos e sonhos.

Neste momento de minha vida acadêmica, em que completei 29 anos de formada, 24 deles trabalhando com ensino, pesquisa e extensão na Universidade Federal de Santa Maria, me sinto bastante satisfeita ao olhar para trás e ver tudo o que realizei, de forma honesta e com competência. Continuo aprendendo cada vez mais com os meus alunos, meus orientandos, meus colegas e com a comunidade através dos projetos de pesquisa e extensão que coordeno atendendo a diferentes grupos populacionais.

Quando a carreira de professor no ensino superior é levada a sério e se percebe a responsabilidade que se tem na sociedade, ela é rica, interessante, cheia de desafios e muito movimentada. Num único dia de trabalho se dá aulas, na graduação e na pós graduação, participa-se de reuniões de colegiados ou conselhos, se orienta pesquisa e se faz extensão. Isso é exatamente o que mais me atraiu para esta carreira. Cresci vendo meus pais, que eram ambos professores universitários nesta mesma universidade, estudando, preparando aulas, corrigindo provas, apresentando trabalhos em eventos científicos e recebendo convidados para eventos que organizavam. Sempre achei isso tudo o máximo e por isso, decidi que também seria professora universitária, antes mesmo de decidir em que área.

Posso dizer que sou muito orgulhosa das minhas escolhas: a de ser professora universitária e a de ser professora de Educação Física. Adoro fazer pesquisa, e no Brasil, o único lugar em que se faz pesquisa mesmo é nas universidades e institutos de pesquisa. Amo trabalhar com a saúde e não com doenças, e a Educação Física, junto com algumas outras poucas profissões,

trabalha com a saúde, promovendo e mantendo-a. Já algumas outras profissões, precisam que exista a doença, para que possam então ter o seu papel na sociedade.

Ao final desta retrospectiva, acho importante fazer vários agradecimentos, pois tenho plena consciência que não realizamos nada sozinhos na vida. Em primeiro lugar, aos meus pais Vera e Glenio e ao meu irmão Rogério, pelo exemplo extraordinário que foram ao longo de toda a minha vida, e continuam sendo. Exemplo de caráter, honestidade, humildade, perseverança, coragem e dedicação. Se eu conseguir me tornar metade do que eles são, estarei muito satisfeita.

Agradeço imensamente ao meu esposo Andersom e ao meu filho Rafael, que sempre me dão o maior apoio em todas as minhas decisões profissionais, que direta ou indiretamente envolvem eles, e sei que me admiram tanto quanto eu os admiro. São pessoas muito inteligentes e que me instigam todo o tempo a tentar ser melhor. São realmente parceiros nesta caminhada.

Aos excelentes orientadores que tive ao longo de toda a minha vida acadêmica: professor Dr. Renan Sampedro, que me inspirou na graduação a estudar Fisiologia do Exercício e mais tarde orientou a realização do meu doutorado, aceitando desenvolver uma pesquisa em um assunto que não era sua principal área de pesquisa; Dr. Jorge Pinto Ribeiro, a quem admirei desde que assisti um mini curso ministrado por ele, quando eu estava ainda no segundo semestre da graduação, quando me apaixonei por Fisiologia do Exercício e que foi um orientador de mestrado perfeito; Dra. Abby King, que aceitou me receber no seu laboratório, numa das melhores universidades do mundo, sem me conhecer direito, para a realização do pós doutorado, e com que aprendi muito e continuo aprendendo.

Aos colegas do Departamento de Métodos e Técnicas Desportivas, parceiros nesta caminhada, que passam pelas mesmas inquietações e com quem divido os problemas e as alegrias do trabalho universitário, além da excelente amizade que compartilhamos. Aos servidores técnicos administrativos do CEFD, que ao fazerem o seu trabalho, ajudam demais no nosso, professores, e sem os quais não conseguiríamos cumprir metade das nossas funções.

Aos alunos de graduação, pós graduação, pessoas da comunidade participantes de projetos de pesquisa e extensão, por serem o motivo pelo qual a universidade existe e sem os quais, quase nada do que fizemos seria importante.