



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Efeitos do treinamento com kettlebell em variáveis cardiopulmonares e de força.

Pesquisador: Anselmo José Perez

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 43203015.8.0000.5542

Instituição Proponente: Centro de Educação Física e Desportos da Universidade Federal do Espírito

Patrocinador Principal: UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPIRITO SANTO

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 1.038.512

Data da Relatoria: 17/04/2015

Apresentação do Projeto:

a pesquisa pretende realizar um estudo referente ao kettlebell que é um instrumento bastante utilizado na prática do treinamento físico tanto por atletas de alto rendimento quanto por não atletas, porém embora estudos já tenham comprovado adaptações do sistema cardiovascular, bem como aumento de força, pouco se tem estudado sobre o quanto essas alterações representam dentro de cada sistema metabólico.

Objetivo da Pesquisa:

Investigar as respostas e adaptações cardiopulmonares e de força ao treinamento periodizado com kettlebell em indivíduos do sexo feminino.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Riscos: deve haver cuidado em relação aos implementos de kettlebell, que devem ser manipulados com atenção.

Os benefícios dizem respeito aos efeitos cardiovasculares e neuromusculares positivos que contribuem para a saúde.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Não há.

Endereço: Av. Fernando Ferrari, 514-Campus Universitário, Prédio Administrativo do CCHN

Bairro: Goiabeiras

CEP: 29.090-075

UF: ES

Município: VITÓRIA

Telefone: (27)4009-7840

E-mail: thiago.moraes@ufes.br



UNIVERSIDADE FEDERAL DO
ESPÍRITO SANTO - UFES -
CAMPUS GOIABEIRA



Continuação do Parecer: 1.038.512

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Contém os itens obrigatórios.

Recomendações:

Não há recomendações.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Não há pendências.

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

Considerações Finais a critério do CEP:

Projeto aprovado por esse comitê, estando autorizado a ser iniciado.

VITORIA, 28 de Abril de 2015

**Assinado por:
Adriana Estevão
(Coordenador)**

Endereço: Av. Fernando Ferrari,514-Campus Universitário, Prédio Administrativo do CCHN

Bairro: Goiabeiras

CEP: 29.090-075

UF: ES

Município: VITORIA

Telefone: (27)4009-7840

E-mail: thiago.moraes@ufes.br