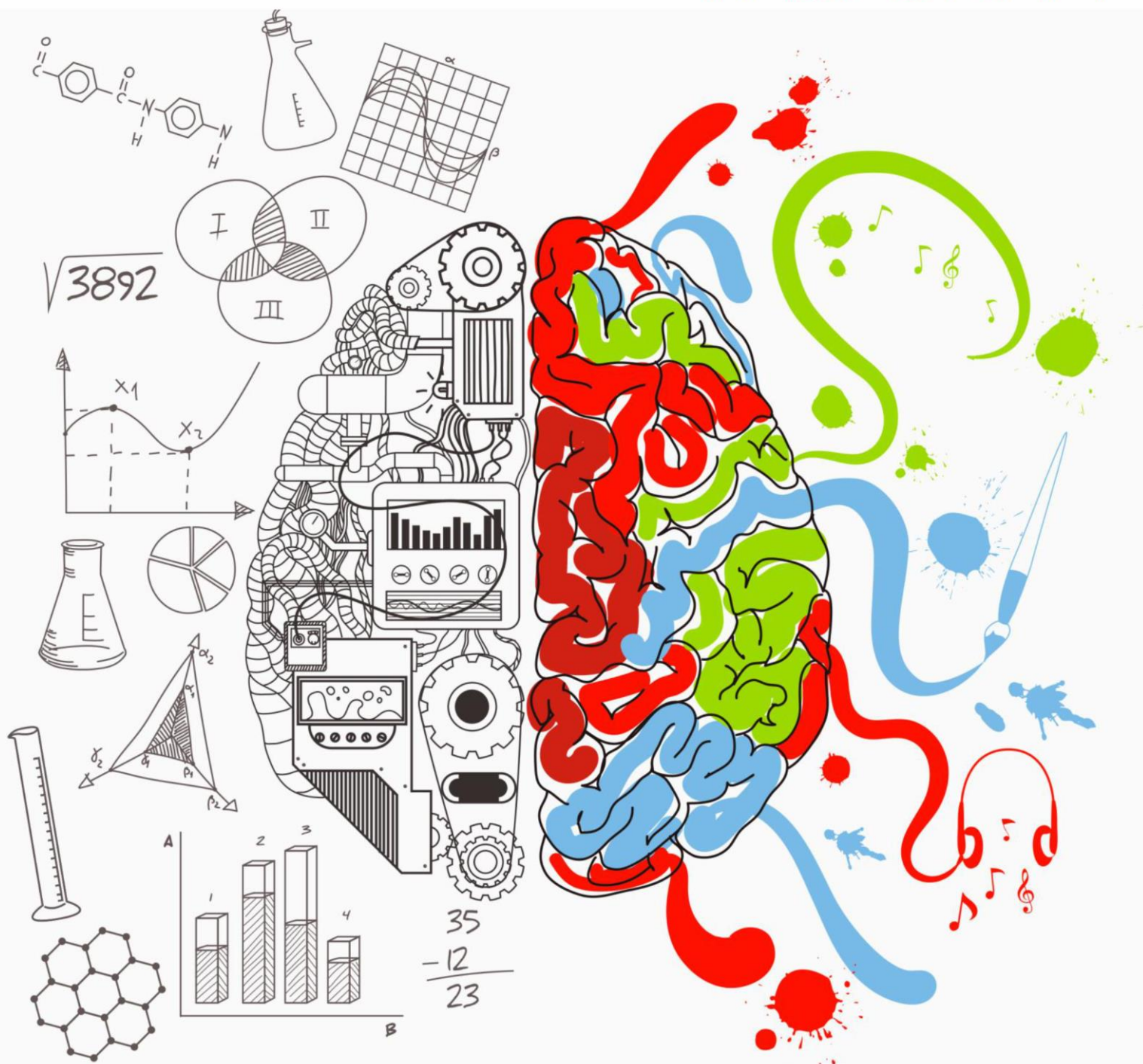


# ANAIS DO SIMPÓSIO DE TCC E PROJETOS INTERDISCIPLINARES

FACFUNAM



**CP**  
CENTRO DE PESQUISA

**FUNAM**

**Faculdade de Tecnologia Alto Médio São Francisco – FACFUNAM**

**I Anais do Simpósio de TCC e Projetos Interdisciplinares da  
FACFUNAM**

**FACFUNAM, Pirapora, v. 1, n. 1, jul./dez. 2019.**

28, 29 e 30 de novembro.

**Editores**

Luan de Oliveira Queiroz

Árlen Almeida Duarte de Sousa

Mariângela Martins Batista

**Comissão Organizadora do Evento**

Árlen Almeida Duarte de Sousa

Ivonei Trezena Silveira

Luan de Oliveira Queiroz

Mariana Cláudia Pereira Barbosa

Patrícia Aparecida Caxito

Vilmária Cavalcante Araújo Mota

**Comissão Organizadora dos Anais**

Árlen Almeida Duarte de Sousa

Ivonei Trezena Silveira

Luan de Oliveira Queiroz

Mariana Cláudia Pereira Barbosa

Patrícia Aparecida Caxito

Vilmária Cavalcante Araújo Mota

Mariângela Martins Batista

Faculdade de Tecnologia Alto Médio São Francisco – FACFUNAM.

Centro de Pesquisa – CP.

Av. Jefferson Gitirana, n. 1422, Cícero Passos, Pirapora – MG, CEP: 39.270-000.

Telefone: (38) 3743-9350.

I Anais do Simpósio de TCC e Projetos Interdisciplinares da FACFUNAM.

Editado em dezembro de 2019.

Publicado em dezembro de 2019.

ISSN:

## **CORPO DIRIGENTE DA INSTITUIÇÃO**

### **Diretora Geral Plataforma I**

Sueli dos Reis Nobre Ferreira

### **Diretora Acadêmica Plataforma I**

Thalita Pimentel Nunes

### **Diretora Administrativo-Financeira Plataforma I**

Sabrina Gonçalves Silva

### **Diretor da FACFUNAM**

Ivonei Trezena Silveira

### **Coordenador do Centro de Pesquisa Plataforma I**

Árlen Almeida Duarte de Sousa

### **Coordenador do Centro de Pesquisa – FACFUNAM**

Luan de Oliveira Queiroz

### **Coordenador do Curso de Administração**

Ivonei Trezena Silveira

### **Coordenadora do Curso de Educação Física**

Mariana Cláudia Pereira Barbosa

### **Coordenadora do Curso de Direito**

Vilmária Cavalcante Araújo Mota

### **Coordenadora do Curso de Engenharia Civil**

Patrícia Aparecida Caxito

Nota: para ter acesso ao texto completo, procure o Centro de Pesquisa de sua Unidade. O arquivo digital do trabalho de conclusão de curso será fornecido via e-mail.

## SUMÁRIO

|  |    |
|--|----|
| A ATUAÇÃO DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA ORIENTAÇÃO DE ATIVIDADES FÍSICAS EM LOCAIS PÚBLICOS .....  | 5  |
| A IMPORTÂNCIA DA PRÁTICA DA ATIVIDADE FÍSICA NA MELHORA DA COORDENAÇÃO MOTORA EM PORTADORES DE SÍNDROME DE DOWN: uma revisão de literatura ..... | 6  |
| A IMPORTÂNCIA DO EXERCÍCIO FÍSICO PARA PORTADORES DE DIABETES MELLITUS TIPO I: uma revisão de literatura .....                                   | 7  |
| A INFLUÊNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA NO ENFRENTAMENTO DA OBESIDADE INFANTIL.....   | 8  |
| A INFLUÊNCIA DA PRÁTICA DA NATAÇÃO COMO AUXÍLIO NA CORREÇÃO DA ESCOLIOSE EM ADOLESCENTES.....  | 9  |
| A INFLUÊNCIA DA PRÁTICA DE PARKOUR NO VO2MÁXIMO, FLEXIBILIDADE E IMPULSÃO HORIZONTAL.....  | 10 |
| ANÁLISE DA SUSTENTABILIDADE DO CONSUMO DE ÁGUA NOS RESTAURANTES DE PIRAPORA-MG .....   | 11 |
| APLICAÇÃO DE UM PROGRAMA DE GINÁSTICA LABORAL EM UMA EMPRESA DE PIRAPORA-MG E SUA IMPORTÂNCIA .....  | 12 |
| AVALIAÇÃO DA FLEXIBILIDADE EM IDOSAS ACIMA DE 60 ANOS, PRATICANTES DE GINÁSTICA GERAL, NO PROJETO “SAÚDE VIVER” DE PIRAPORA-MG .....             | 13 |
| AVALIAÇÃO DA MOTIVAÇÃO DE COLABORADORES EM UMA EMPRESA DE SANEAMENTO BÁSICO NA CIDADE DE VÁRZEA DA PALMA - MG.....                               | 14 |
| DOR LOMBAR NO EXERCÍCIO DEADLIFT STIFF, EM MULHERES DE 20 A 40 ANOS, PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO .....   | 15 |
| ESTILOS DE LIDERANÇA: estudo de caso no Laboratório Bioanálises .....  | 16 |
| FATORES MOTIVACIONAIS PARA A CONTRATAÇÃO DO SERVIÇO DE <i>PERSONAL TRAINER</i> EM PIRAPORA-MG.....   | 17 |
| FORÇA E EQUILÍBRIO DE MULHERES IDOSAS COM OSTEOPOROSE PRATICANTES DE PILATES.....  | 18 |
| FUTEBOL DE CAMPO E AS CAPACIDADES FÍSICAS DETERMINANTES PARA UM MELHOR RENDIMENTO: uma revisão de literatura .....                               | 19 |
| GESTÃO ESCOLAR: análises do envolvimento do liderado e seus líderes .....  | 20 |
| INFLUÊNCIA DA PRÁTICA REGULAR DA DANÇA SOB O PERCENTUAL DE GORDURA EM MULHERES ADULTAS .....   | 21 |

|   |    |
|---|----|
| MARKETING DE RELACIONAMENTOS COMO FERRAMENTA DE GESTÃO EM INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR PARTICULAR – UM ESTUDO DE CASO ..... | 22 |
| NÍVEIS DE AGILIDADE EM PRATICANTES DE FUTSAL DA CATEGORIA SUB-13 EM UMA ESCOLA DA MODALIDADE NO MUNICÍPIO DE PIRAPORA/MG..... | 23 |
| OCORRÊNCIA DE ALTERAÇÕES POSTURAS EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES DOS ANOS FINAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL.....                       | 24 |
| OS BENEFÍCIOS DA GINÁSTICA LABORAL NA VISÃO DOS COLABORADORES E GESTORES EM EMPRESA PRIVADA.....                              | 25 |
| QUALIDADE DE VIDA EM HOMENS IDOSOS PRATICANTES DE PILATES NA DE PIRAPORA-MG.....  | 26 |
| QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO (QVT) – ANÁLISE COMPARATIVA .....   | 27 |
| REDUÇÃO DO PERCENTUAL DE GORDURA EM PRATICANTES DO PROJETO “PIRAPORA NA MEDIDA” DA FAC FUNAM .....                            | 28 |
| SISTEMA DE GESTÃO DE QUALIDADE E ISO 9001: revisão sistemática.....   | 29 |
| TOMADAS DE DECISÕES MEDIANTE RISCOS CALCULADOS: implantação de modelo personalizado de academia na cidade de Pirapora-MG..... | 30 |
| TREINAMENTO FUNCIONAL COMO FATOR DE PREVENÇÃO E COMBATE À OBESIDADE INFANTIL .....  | 31 |
| UM ESTUDO DE CASO DA QUALIDADE DO ATENDIMENTO COMO FATOR DE CRESCIMENTO EMPRESARIAL EM EMPRESA PRIVADA DE PIRAPORA-MG .....   | 32 |

## **A ATUAÇÃO DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA ORIENTAÇÃO DE ATIVIDADES FÍSICAS EM LOCAIS PÚBLICOS**

Janderson de Sousa Dias

Luana da Silva Montes

Francisco José Oliveira Caires

**Objetivo:** analisar a importância da atuação do educador físico em pessoas praticantes de exercícios físicos em ambientes públicos, com equipamentos para uso coletivo, e os prováveis desvios da má utilização desses equipamentos disponíveis. **Materiais e Métodos:** este estudo possui características descritivas com abordagens qualitativas e quantitativas. Foram avaliadas e acompanhadas 20 (vinte) mulheres, com faixa etária de 30 a 50 anos, durante 60 (sessenta) dias, residentes do município de Pirapora e praticantes de atividades físicas em local público. **Resultados:** os dados demonstraram uma tendência à diminuição do percentual de gordura e do Índice de Massa Corporal dos participantes. **Conclusão:** neste estudo, observou-se o treinamento de pessoas em plena saúde e indivíduos acometidos por doenças crônicas não transmissíveis, sendo percebida uma dificuldade de redução das variáveis discutidas entre esta população. Porém, de um modo geral, pode-se vislumbrar uma tendência à diminuição nos itens avaliados.

**Palavras-chave:** Saúde. Atividade Física. Orientação. Educador físico.

## **A IMPORTÂNCIA DA PRÁTICA DA ATIVIDADE FÍSICA NA MELHORA DA COORDENAÇÃO MOTORA EM PORTADORES DE SÍNDROME DE DOWN: uma revisão de literatura**

Janaina Santos Rocha  
Lander Brenno dos Santos Oliveira  
Tatiana Bastos Guerra

**Objetivo:** analisar a importância da prática da atividade física na melhora da coordenação motora em portadores de Síndrome de Down. **Materiais e Métodos:** trata-se de um estudo de revisão de literatura, que aborda a prática da atividade física em portadores com Síndrome de Down. Foram realizadas buscas em livros, artigos científicos e periódicos sobre o tema, através de bases de dados SCIELO (Scientific Electronic Library Online) e Google Acadêmico. Dentre os critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados os artigos. **Resultados:** foi possível verificar que a prática de atividade física causa melhora na coordenação motora dos portadores de SD, visto que a característica principal desses indivíduos é a hipotonia. A prática de atividade física é a maneira mais indicada para amenizar esse tônus muscular e trazer outros benefícios, como melhora da coordenação, lateralidade, orientação espacial e temporal, equilíbrio, atenção e postura. **Conclusão:** através deste estudo, foi possível verificar que a prática de atividade física causa melhora na coordenação motora dos portadores de Síndrome de Down.

**Palavras-chave:** Síndrome de Down. Atividade Física. Coordenação Motora.

## **A IMPORTÂNCIA DO EXERCÍCIO FÍSICO PARA PORTADORES DE DIABETES MELLITUS TIPO I: uma revisão de literatura**

Alexsandro de Souza Carreiro  
Viviane Cristina de Souza<sup>1</sup>  
Tatiana Bastos Guerra

**Objetivo:** identificar artigos que tenham relações com a diabetes mellitus tipo I e exercício, mostrando o lado invisível que ocorre durante o processo de treinamento. **Metodologia:** este estudo constitui-se de uma revisão de literatura em que os dados foram coletados por meio de buscas de artigos científicos selecionados através de bases de dados das plataformas *Scientific Eletronic Libraryonline* (SciELO) e Google Acadêmico, nas línguas portuguesa, publicados entre 2000 e 2019, utilizando-se os descritores: diabetes mellitus e exercício físico. A partir dos critérios de inclusão e exclusão foram selecionados os artigos. **Resultados:** na revisão foi detectada que os exercícios pesquisados apresentaram ganhos diretos no controle glicêmico da população com DM1. **Conclusão:** com as informações, concluiu-se que os exercícios físicos para esse grupo especial podem proporcionar saúde, reconhecimento social e uma boa qualidade de vida.

**Palavras-chave:** Exercício Físico. Diabetes Tipo I. Insulina.



## **A INFLUÊNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA NO ENFRENTAMENTO DA OBESIDADE INFANTIL**

Amanda Ramos da Fonseca  
Ednara Carolina Ramos da Fonseca  
Matheus Vinícius Veloso

**Objetivo:** analisar, através de revisão literária, a influência da atividade física no combate à obesidade infantil. **Materiais e Métodos:** trata-se de uma revisão de literatura por meio dos bancos de dados Lilacs, Medline e Scielo, além de livros e demais estudos de interesse ao tema. Utilizaram-se os descritores “obesidade”, “obesidade infantil” e “atividade física”. **Resultados:** foram selecionados inúmeros estudos científicos, preferencialmente mais atuais, que abordassem a atividade física como instrumento de intervenção na obesidade infantil. **Conclusão:** diante do contexto consensual da influência positiva da atividade física no enfrentamento da obesidade infantil, ainda são necessários mais estudos que caracterizem melhor quais tipos de atividades físicas e exercícios são mais eficazes, qual o volume e intensidade a ser utilizado e por quais faixas etárias, subdivididas no período da infância e adolescência.

**Palavras-chave:** Obesidade. Obesidade Infantil. Atividade Física.

## **A INFLUÊNCIA DA PRÁTICA DA NATAÇÃO COMO AUXÍLIO NA CORREÇÃO DA ESCOLIOSE EM ADOLESCENTES**

Bárbara Gomes Matheus  
João Pedro Castro de Souza  
Mariana Claudia Pereira Barbosa

**Objetivo:** verificar como a prática supervisionada da natação auxilia no tratamento da Escoliose em adolescentes. **Materiais e Métodos:** trata-se de um estudo de revisão bibliográfica do tipo sistemática. Buscas realizadas em livros, artigos científicos e periódicos sobre a temática, no período de agosto de 2019 a outubro de 2019, nas bases de dados SCIELO (Scientific Electronic Library Online), PUBMED, sendo ele um buscador online com acesso direto ao MEDLINE (Literatura internacional em Ciências da Saúde) e no acervo literário da instituição de ensino, no idioma português. **Resultados:** a partir desta reflexão, pessoas com o diagnóstico de Escoliose são beneficiadas diretamente com tratamento através da natação, que irá atuar, primeiramente, na correção da musculatura envolvida no desvio postural e, posteriormente, no desvio ósseo, sendo extremamente importante o papel do profissional de Educação Física, que irá atuar com a estruturação e aplicação do método de treinamento. **Conclusão:** pode-se destacar que, de acordo com a literatura utilizada, a prática da natação auxilia no tratamento de Escoliose em adolescentes, contribuindo tanto para a correção postural quanto reduzindo o índice de dor dos indivíduos com tal patologia.

**Palavras-chave:** Adolescente. Natação. Escoliose. Desvio Postural.

## **A INFLUÊNCIA DA PRÁTICA DE PARKOUR NO VO2MÁXIMO, FLEXIBILIDADE E IMPULSÃO HORIZONTAL**

Everton Luiz Vieira Rodrigues  
Franciele Soares dos Santos  
Luíz Felipe Alves Neves  
Matheus Vinícius Veloso

**Objetivo:** analisar, através de uma revisão de literatura, a influência da prática do Parkour no VO2 máximo, flexibilidade e impulsão horizontal dos praticantes da modalidade. **Materiais e Métodos:** foi realizada uma revisão de literatura através das bases de dados da Biblioteca Virtual em Saúde nas "Ciências em Saúde em Geral" (Medline, Lilacs e Ibecs), dentre outros, por meio de artigos científicos e livros. **Resultados:** foram selecionados, preferencialmente, estudos que abordaram e investigaram a influência do Parkour nas variáveis físico-motoras. **Conclusão:** a prática do Parkour possui tendência de influenciar positivamente as capacidades físicas que possuem associação específica com os gestos técnicos da modalidade, como a impulsão horizontal. Demais variáveis, como a flexibilidade e VO2 máximo, parecem não sofrer inferências significativas com a prática do Parkour, no entanto, carecem estudos vindouros que possam ratificar essa tendência.

**Palavras-chave:** Vo2maximo. Flexibilidade. Impulsão Horizontal. Parkour.

## **ANÁLISE DA SUSTENTABILIDADE DO CONSUMO DE ÁGUA NOS RESTAURANTES DE PIRAPORA-MG**

Camila Lima de Oliveira  
Giovanna Lima de Oliveira  
Patrick Cláudio Nascimento Valim

**Objetivo:** identificar se a utilização da água nos restaurantes da cidade de Pirapora-MG é de modo sustentável, verificando os principais fatores intervenientes e avaliando a percepção dos gestores quanto ao consumo de água. **Materiais e Métodos:** através de uma pesquisa exploratória, foram abordados os gestores de 24 restaurantes para que respondessem a um questionário com 21 perguntas. **Resultados:** de maneira geral, nos restaurantes de Pirapora, não há sustentabilidade no uso da água. Em alguns estabelecimentos existem práticas pontuais, mas a percepção dos gestores, quando perguntados se há uso sustentável de água nos estabelecimentos, é de responder que sim, há. Porém, as demais respostas dos questionários apontam o contrário, descrevendo que ainda há muito que caminhar rumo à sustentabilidade. **Conclusão:** através dos resultados obtidos, pode-se concluir que não há utilização sustentável da água nos restaurantes.

**Palavras-chave:** Estabelecimento Comercial. Recurso Hídrico. Eficiência.

## **APLICAÇÃO DE UM PROGRAMA DE GINÁSTICA LABORAL EM UMA EMPRESA DE PIRAPORA-MG E SUA IMPORTÂNCIA**

Jéssika Souza Soares de Queiroz

Renata Silva Maia

Francisco José Oliveira Caires

**Objetivo:** analisar os benefícios da Ginástica Laboral após uma aplicação de um programa de qualidade de vida em uma empresa de Pirapora-MG. **Materiais e Métodos:** tratou-se de um estudo experimental quantitativo e qualitativo, com realização de levantamentos bibliográficos. Ocorreu em uma empresa privada, na cidade de Pirapora-MG, com uma amostra de 43 colaboradores, de ambos os sexos, nos setores de telefonista, vendas; administrativo, assistências técnicas, expedição e serviços gerais. **Resultados:** o número total de funcionários que relataram dor no início foram 30 (trinta), e as regiões mais marcadas no desenho esquemático do corpo humano foram na região da coluna lombar e ombros. A saúde e o bem-estar do trabalhador estão diretamente ligados a sua produtividade. **Conclusão:** em relação à dor, notou-se uma diminuição na intensidade de, no mínimo, 70% e em determinadas áreas do corpo. Os colaboradores não mais sentem dor, e percebeu-se uma melhoria na satisfação e qualidade de vida na empresa.

**Palavras-chave:** Ginástica Laboral. Trabalho. Saúde. Benefícios.

## **AVALIAÇÃO DA FLEXIBILIDADE EM IDOSAS ACIMA DE 60 ANOS, PRATICANTES DE GINÁSTICA GERAL, NO PROJETO “SAÚDE VIVER” DE PIRAPORA-MG**

Clemirtes da Silva Cita  
Rafael Barbosa Castro  
Mariana Claudia Pereira Barbosa

**Objetivo:** avaliar o aumento da flexibilidade em idosas, acima de 60 anos, praticantes da ginástica geral, proporcionando subsídios para os profissionais da Educação Física e para demais áreas da saúde. **Materiais e Métodos:** para realização do teste de sentar e alcançar, foi utilizado um assento com medições de 43,18 cm de altura, conforme Jones, Rikli e Noffal (1998). A fita métrica ou régua métrica é de 45 cm. Este estudo caracteriza-se como pesquisa quantitativa, descritiva, devido ao levantamento das características e a comparação dos dados da flexibilidade. A amostra será composta de 100 idosas, com idade acima de 60 anos e participantes do projeto “Saúde Viver” de Pirapora-MG. Para a coleta de dados, será utilizado o protocolo de flexibilidade “Sentar e alcançar”. proposto por Jones, Rikli e Noffal (1998). **Resultados:** de acordo com os escores de referência apresentados por Jones, Rikli e Noffal (2008), grande parte das idosas que participaram e foram analisadas apresentaram resultados considerados normais e/ou excelentes de acordo com suas faixas de idade. **Conclusão:** a partir destes resultados, é possível concluir que a prática de exercícios físicos acarreta uma melhora na aptidão física e, conseqüentemente, garante maiores ganhos.

**Palavras-chave:** Idosos. Flexibilidade. Ginástica Geral.

## **AVALIAÇÃO DA MOTIVAÇÃO DE COLABORADORES EM UMA EMPRESA DE SANEAMENTO BÁSICO NA CIDADE DE VÁRZEA DA PALMA - MG**

Franciele Alexandre Fonseca  
Lorrane Gabriela Soares Santos  
Patrick Cláudio Nascimento Valim

**Objetivo:** analisar os aspectos motivacionais dos colaboradores em uma empresa de saneamento básico na cidade de Várzea da Palma-MG. **Materiais e Métodos:** para analisar os fatores motivacionais, no local da pesquisa, foi aplicado um questionário com quinze questões de múltipla escolha, disponibilizado para os colaboradores da empresa. **Resultados:** os principais resultados mostram que 58,3% dos colaboradores estão satisfeitos e pretendem continuar na empresa; 41,7% se dizem satisfeitos com a colaboração dos colegas na execução das tarefas, enfatizando que existe uma relação de companheirismo entre os colaboradores; 75% dos respondentes possuem uma boa relação com seus superiores. **Conclusão:** após a análise e tabulação dos resultados, foi possível concluir que existe um alto grau de motivação dos colaboradores na organização.

**Palavras-chave:** Motivação. Colaborador. Satisfação. Organização.

## **DOR LOMBAR NO EXERCÍCIO DEADLIFT STIFF, EM MULHERES DE 20 A 40 ANOS, PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO**

Patrik Rodrigues Cordeiro  
Edjan Santos da Silva  
Francisco José Oliveira Caires  
Lorena Pacheco de Oliveira Martins

**Objetivo:** avaliar se a execução e prática do exercício *Deadlift Stiff* é um fator de risco para desenvolvimento de dor lombar inespecífica momentânea, em mulheres de 20 a 40 anos, praticantes de musculação. **Materiais e Métodos:** o estudo tem caráter observacional e descritivo, do tipo longitudinal, com análises quantitativas. Foi utilizado o Teste de Sentar e Alcançar proposto por Wells e Dillon (1953), o teste de Kendall (1993), para avaliação do desequilíbrio muscular de membros inferiores, identificando a intensidade de dor lombar pela Escala Visual Analógica (EVA). **Resultados:** o Teste de Kendall, força do core, apresentou leve melhora. Teste do Banco de Wells, a flexibilidade também sofreu um leve aumento. Escala Visual Analógica da Dor, a dor lombar apresentou leve redução. **Conclusão:** os resultados mostraram que a prática do exercício em questão não influenciou negativamente a estabilização do core, nem a flexibilidade, nem interferiu no aumento da dor lombar.

**Palavras-chave:** *Deadlift Stiff*. Inespecífica. Flexibilidade. Paravertebrais.



## **ESTILOS DE LIDERANÇA: estudo de caso no Laboratório Bioanálises**

Mônica Pereira dos Santos  
Nayane Soares da Silva  
Patrick Cláudio Nascimento Valim

**Objetivo:** analisar o estilo de liderança no Laboratório Bioanálises em Pirapora-MG. **Materiais e Métodos:** para identificar o estilo de liderança, foi adotada a Escala de Avaliação do Estilo Gerencial (EAEG), proposta por Melo (2004), contendo um questionário com 19 itens, que foi disponibilizado aos colaboradores do laboratório. Às respostas, foi aplicada a média, para identificar o estilo preponderante: relacionamento, tarefa ou situacional. **Resultados:** com média de 4,36, verificou-se que o estilo de liderança adotado no Laboratório Bioanálises é o de relacionamento. **Conclusão:** com a pesquisa, foi possível identificar o estilo gerencial praticado no laboratório, resultando na comprovação que a presença do líder é nítida no local em estudo, bem como descrito os três estilos de liderança abordados e identificado o estilo percebido pelos respondentes, que é o fator relacionamento.

**Palavras-chave:** Estilo de Liderança. Líder. EAEG. Laboratório.

## **FATORES MOTIVACIONAIS PARA A CONTRATAÇÃO DO SERVIÇO DE *PERSONAL TRAINER* EM PIRAPORA-MG**

João Paulo Evangelista Abade  
Lucas Martins Silva  
Flávio Augusto Castro Sobreira

**Objetivo:** comparar os resultados e a eficiência de pessoas que treinam com acompanhamento personalizado. É um tipo de pesquisa que observa, registra e analisa os motivos e o perfil do público que escolhe um treinamento personalizado com maior foco nos objetivos dos clientes e nos aspectos que desejam melhorar. **Materiais e Métodos:** a abordagem será feita através de um questionário, tendo como amostra clientes de uma academia de ginástica parceira da Instituição na cidade de Pirapora-MG. **Resultados:** ao analisar os dados da pesquisa, foram obtidos os seguintes resultados: todos os alunos, de ambos os sexos, classificaram a melhora do condicionamento físico como muito importante, independentemente de seus objetivos. **Conclusão:** por meio dos dados obtidos, conclui-se que o serviço de *personal trainer* tem se tornado cada vez mais relevante em questões de condicionamento físico e saúde. É um trabalho que promove qualidade de vida para a população e não se baseia apenas em fins estéticos, apesar de ser um fator que contribui para a procura.

**Palavras-chave:** *Personal Trainer*. Musculação. Treinamento Individualizado.

## **FORÇA E EQUILÍBRIO DE MULHERES IDOSAS COM OSTEOPOROSE PRATICANTES DE PILATES**

Géssica Priscilla de Oliveira Queiroz  
Odaisa Helenita Guerra Brito  
Christian Ricardo Santos Bertolino  
Lorena Pacheco de Oliveira Martins

**Objetivo:** verificar os efeitos do método Pilates em relação à força e ao equilíbrio de mulheres com osteoporose e com mais de 50 anos, praticantes do método há pelo menos um mês, na cidade de Pirapora-MG. **Materiais e Métodos:** trata-se de um estudo de caráter descritivo e transversal, com amostra não probabilística e por conveniência, representada por 10 mulheres. Avaliaram-se a força de membros inferiores, por meio do teste de Sentar e Levantar; o equilíbrio estático, por meio do teste Posição Flamingo; e equilíbrio dinâmico, por meio do teste *Timed Up and Go*. **Resultados:** o teste de Sentar e Levantar da cadeira apresentou baixo número de repetições e leve dependência em atividades de vida diária; o teste Posição do Flamingo foi realizado de forma completa por 4 participantes, e as outras 6 não completaram o teste, mostrando baixo desempenho; e o teste de Equilíbrio Dinâmico *Timed Up and Go* apresentou média de  $12,7 \pm 2,4$  segundos, mostrando baixo risco para quedas. **Conclusão:** os efeitos do método Pilates foram positivos, trazendo benefícios para o equilíbrio dinâmico. No entanto, não apresentou relevância sobre a força de membros inferiores e equilíbrio estático, nessa população com mais de 50 anos, praticantes do método há pelo menos um mês, em clínicas e estúdios da cidade de Pirapora-MG.

**Palavras-chave:** Osteoporose. Método Pilates. Força Muscular. Equilíbrio Postural.

## **FUTEBOL DE CAMPO E AS CAPACIDADES FÍSICAS DETERMINANTES PARA UM MELHOR RENDIMENTO: uma revisão de literatura**

João Igor dos Reis Oliveira  
Rony Guedes Medeiros Junior  
Flávio Augusto Castro Sobreira

**Objetivo:** identificar as capacidades físicas determinantes para o melhor rendimento no futebol. **Materiais e Métodos:** este artigo se caracteriza como uma revisão sistemática, tendo as fontes de pesquisa as principais revistas científicas nacionais, artigos, livros, teses e dissertações, com foco na ampliação de conhecimento acerca do objeto de estudo. **Resultados:** a revisão de literatura permitiu determinar que, além dos aspectos fisiológicos, os componentes físicos, técnicos, táticos, psicológicos e comportamentais são importantes para a prática de futebol com alto rendimento. **Conclusão:** o presente trabalho permitiu observar que o profissional de Educação Física é um importante agente no processo de conciliação das capacidades físicas com os melhores resultados, uma vez que pode direcionar o treinamento com base no determinante em que deseja maior rendimento.

**Palavras-chave:** Futebol. Capacidades Físicas. Esporte.

## **GESTÃO ESCOLAR: análises do envolvimento do liderado e seus líderes**

Ana Paula da Silva Soares  
Breno Jerônimo Cardoso de Souza  
Luciana Antunes Neves Maia

**Objetivo:** identificar o envolvimento dos liderados e seus líderes, considerando a relação de comprometimento e confiança do trabalho em equipe, para o crescimento e desenvolvimento da organização. **Materiais e Métodos:** trata-se de uma pesquisa de caráter descritivo, de análise quantitativa, através de estudo de caso. Foi realizada uma pesquisa com o objetivo de coleta de dados a respeito do tipo de liderança abordado por professores de Ensino Fundamental na escola. Foram analisadas as Escolas Estaduais Fernão Dias e Coronel Ramos, localizadas na cidade de Pirapora-MG, onde os professores dessas escolas passaram por um questionário avaliativo, sendo observada sua didática de liderança na escola. A partir dessa pesquisa e do questionário aplicado, os dados serão analisados para conclusão do projeto. **Resultados:** a entrevista foi bem participativa e eficiente, mostrando que o modelo de gestão desenvolvido na escola é bem democrático, ou seja, todas as decisões são tomadas em reunião com a participação e comprometimento de todos. **Conclusão:** por meio desse estudo, pode-se identificar que fatores, como o envolvimento da escola com o ambiente social, com a comunidade e com os pais e alunos conciliados ao envolvimento sinérgico entre líderes e liderados, são fundamentais para uma gestão escolar eficiente.

**Palavras-chave:** Liderança. Ensino. Gestão.

## **INFLUÊNCIA DA PRÁTICA REGULAR DA DANÇA SOB O PERCENTUAL DE GORDURA EM MULHERES ADULTAS**

Alisson Luiz Nascimento  
Izadora Cristine Cardoso Santos  
Mariana Claudia Pereira Barbosa

**Objetivo:** classificar os artigos que comprovam a eficácia da dança na redução do percentual de gordura em mulheres adultas. **Materiais e Métodos:** o estudo constitui-se de uma revisão de literatura, em que foram analisados artigos científicos selecionados através das bases de dados PUBMED, GOOGLE ACADÊMICO, LILASC e SCIELO. Artigos entre 2003 e 2019, nos quais foram utilizados os descritores: dança e percentual de gordura com o propósito de analisar artigos relacionados ao tema. **Resultados:** com base na revisão, entende-se que a redução do percentual de gordura está relacionada diretamente com a intensidade da música utilizada na aula, sendo recomendada uma intensidade moderada e contínua, adequando os bpm's ao nível da turma. **Conclusão:** a dança aeróbica, quando praticada na intensidade e duração ideal, contribui significativamente para a queima de gordura, possibilitando redução no percentual de gordura corporal.

**Palavras-chave:** Dança Aeróbica. Mulheres Adultas. Percentual de Gordura.

## **MARKETING DE RELACIONAMENTOS COMO FERRAMENTA DE GESTÃO EM INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR PARTICULAR – UM ESTUDO DE CASO**

Hamilla Almeida Melo  
Maurindo Oliveira Rodrigues Junior  
Domingas Elizabete Pereira dos Santos

**Objetivo:** analisar o marketing de relacionamentos na instituição de ensino na linha de captação, retenção e egresso dos alunos/clientes. **Materiais e Métodos:** a metodologia utilizada será um estudo de caso com pesquisa de revisão bibliográfica, quali-quantitativa, com método comparativo aplicado aos artigos examinados. **Resultado:** detectou-se que 21% das instituições examinadas nos artigos utilizam de estratégia de marketing de relacionamentos para a captação e fidelização dos clientes/alunos, sendo a estratégia mais adotada no comparativo. **Conclusão:** após a revisão bibliográfica, notou-se que a ferramenta SRM tem sido um sistema bem eficaz no processo de gestão, que possibilita a criação de banco de dados com foco no relacionamento entre os alunos e a Instituição de Ensino Superior e gera uma comunicação mais ampla, rápida e personalizada.

**Palavras-chave:** Marketing. Marketing de relacionamentos. Instituição de Ensino Superior. Ferramenta de Gestão Estratégica.

## **NÍVEIS DE AGILIDADE EM PRATICANTES DE FUTSAL DA CATEGORIA SUB-13 EM UMA ESCOLA DA MODALIDADE NO MUNICÍPIO DE PIRAPORA/MG**

Jefferson Douglas Cardoso Mendes

Sérgio Augusto Santos Junior

Flávio Augusto Castro Sobreira

**Objetivo:** avaliar o nível de agilidade de praticantes de futsal da categoria sub-13 em uma escola da modalidade no município de Pirapora-MG. **Materiais e Métodos:** o presente estudo se apresenta de caráter descritivo, de corte transversal. A amostra será compreendida por participantes do gênero masculino, com idades entre 12 e 13 anos, praticantes de uma escola de futsal, no município de Pirapora-MG, que serão escolhidos de forma intencional por conveniência. Estes serão submetidos à avaliação da agilidade, por meio do teste de “*shuttle run*”. **Resultados:** os participantes do estudo apresentaram idade média de  $12,9 \pm 0,3$  anos e IMC médio  $19,5 \pm 2,3$  kg/m<sup>2</sup>, com a classificação de eutrofismo. A agilidade média foi de  $9,9 \pm 0,5$  segundos, conferindo condição de escore de classificação positiva em que 53,8% enquadraram-se na classificação “acima da média” e 15,4% na condição “excelente”. **Conclusão:** foi possível concluir, com o presente ensaio, que a prática do futsal apresenta influência positiva sobre as capacidades físicas, especificamente, a agilidade, cujos praticantes de futsal da categoria sub-13 estudada apresentaram resultados positivos no teste de agilidade “*shuttle run*”, evidenciando a tendência da importante interferência da prática do futsal nas capacidades físicas de adolescentes.

**Palavras-chave:** Agilidade. Futsal. Shuttle Run.



## **OCORRÊNCIA DE ALTERAÇÕES POSTURAS EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES DOS ANOS FINAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL**

Junio Oliveira Vasconcelos  
Fernando Willian da Silva Souza  
Mariana Cláudia Pereira Barbosa  
Luan de Oliveira Queiroz  
Lorena Pacheco de Oliveira Martins

**Objetivo:** identificar e avaliar a ocorrência de alterações posturais em crianças e adolescentes, de 11 a 14 anos, dos anos finais do Ensino Fundamental. **Materiais e Métodos:** estudo com caráter observacional e descritivo, transversal, com dados quali-quantitativos e amostra composta por 24 crianças e adolescentes de uma escola privada da cidade de Pirapora-MG. Foi identificado o comportamento postural dentro e fora do ambiente escolar, por meio da aplicação do Questionário de Avaliação de Hábito Postural, foi avaliada a postura estática das crianças, por meio de fotografias, utilizando a simetrografia e a biofotogrametria com análises através do Software para Avaliação Postural. **Resultados:** bons hábitos posturais estáticos e dinâmicos em ambiente escolar e uma boa percepção sobre posturas corretas que devem ser adotadas – de pé ou sentado – foram relatados. No entanto, a análise da postura, através do software, revelou ocorrência da escoliose, sendo mais frequente a destro-convexa (50%) e alterações severas de alinhamento na cintura escapular em 41,7% da amostra. **Conclusão:** foram relatados bons hábitos posturais e percepções posturais corretas. No entanto, a amostra relatou dor nas costas e vivenciou queixa semelhante por parte dos pais em algum momento da vida, além de apresentarem alterações posturais estáticas.

**Palavras-chave:** Postura. Crianças. Adolescentes. Ensino Fundamental.

## **OS BENEFÍCIOS DA GINÁSTICA LABORAL NA VISÃO DOS COLABORADORES E GESTORES EM EMPRESA PRIVADA**

Adriene Heloisa Rodrigues Pereira  
Mateus Filipe Batista Rodrigues  
Francisco José Oliveira Caires

**Objetivo:** analisar os benefícios da ginástica laboral na vida de colaboradores de uma empresa privada. **Materiais e Métodos:** caracterizou-se como qualitativo e quantitativo, de caráter causal comparativo. A amostra foi composta, no total, por setenta trabalhadores, selecionados a partir de um questionário QPS, que definiu o melhor setor para realização da pesquisa. Após identificação da amostra, foi aplicado o questionário Qualidade de Vida e Saúde 80 – versão adaptada. Para avaliar a presença de dores em locais específicos do corpo durante o trabalho, aplicou-se o Questionário de topografia e intensidade da dor antes e após a aplicação da GL. Para análise dos dados das respostas quantitativas, utilizou-se a técnica de amostras emparelhadas, utilizando *P value* em uma distribuição estatística de *student* com nível de significância de cinco por cento. **Resultados:** os principais benefícios apontados pelos colaboradores após a implantação da ginástica laboral foram a melhora do humor, a diminuição do estresse, o aumento do desempenho e a melhora da integração com seus colegas de trabalho. **Conclusão:** a pesquisa apresentou diversos benefícios na visão dos colaboradores, entendendo seu poder de diminuir as chances de desenvolvimento de doenças ocupacionais, como a LER e a DORT, contribuindo com a produtividade dos trabalhadores na empresa.

**Palavras-chave:** Ginástica Laboral. Prevenção. Empresa. Educador Físico.

## **QUALIDADE DE VIDA EM HOMENS IDOSOS PRATICANTES DE PILATES NA DE PIRAPORA-MG**

Rafael Santos de Campos  
Ubiratany Cardozo Nascimento  
Matheus Vinícius Veloso  
Lorena Pacheco de Oliveira Martins

**Objetivo:** analisar a perspectiva de qualidade de vida de idosos praticantes de Pilates em clínicas na cidade de Pirapora-MG. **Materiais e Métodos:** o estudo tem caráter observacional e descritivo, com dados quantitativos e com enfoque qualitativo, de corte transversal, na qual foram avaliados, por meio de questionário (QVS-80) e composição corporal (IMC), homens idosos praticantes do Método Pilates. **Resultados:** as variáveis mais relevantes mostram que todos os indivíduos participavam assiduamente de atividades físicas há mais de dois anos, todos com relatos de desconforto devido a alguma lesão, contudo, não há relatos recentes da necessidade de intervenção médica. Os entrevistados demonstram positiva interação social com amigos, família e sociedade. **Conclusão:** os homens participantes declaram que, apesar de possuir alguma patologia fisiológica ou local de desconforto físico, possuem boa qualidade de sono, energia e boa percepção da QV.

**Palavras-chave:** Qualidade de Vida. Envelhecimento. Saúde Masculina. Exercício

## **QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO (QVT) – ANÁLISE COMPARATIVA**

Janaina Portela Alves  
Juliana dos Santos Nascimento  
Domingas Elizabete Pereira dos Santos

**Objetivo:** identificar, por meio de uma análise comparativa, os principais fatores que interferem na qualidade de vida do trabalhador. **Materiais e Métodos:** este estudo caracteriza-se como exploratória, descritiva, explicativa e bibliográfica, pois utiliza artigos, pesquisas e livros, com ênfase numa investigação profunda e comparativa de autores quanto ao objeto do estudo. **Resultados:** diante das metas e análise realizadas, percebe-se que todos os autores defendem os pontos de vista analisados, nos quais destacam que situações que caracterizam um local exaustivo, mental e fisicamente, onde os funcionários são submetidos a grandes horas de serviço, sem condições de trabalho, além de, geralmente, em locais como esse haver a presença de chefes autoritários que não se importam ou se comprometem com o seu funcionário, gera um ambiente desconfortável e um clima organizacional cheio de intrigas, pouca produtividade, estresse excessivo, cuja equipe acaba prejudicada por não conseguir atingir suas metas. **Conclusão:** pode-se perceber que a qualidade de vida no ambiente de trabalho é essencial a todos, e a empresa com um ambiente de trabalho mais humanizado promove condições salubres de trabalho e no humor da empresa, resultando em aumento de produtividade e de lucro para o negócio.

**Palavras-chave:** Qualidade de Vida. Trabalho. Bem-estar.

## **REDUÇÃO DO PERCENTUAL DE GORDURA EM PRATICANTES DO PROJETO “PIRAPORA NA MEDIDA” DA FAC FUNAM**

Rafaela Ferreira Alves  
Wemerson Soares Silva  
Adriana Carla Oliveira Alves  
Tatiana Bastos Guerra

**Objetivo:** verificar os resultados no que diz respeito à redução do percentual de gordura das praticantes do projeto “Pirapora Na Medida” em duas edições. **Materiais e Métodos:** este estudo constituiu-se inicialmente de uma revisão sistemática da literatura em que os dados foram coletados por meio de buscas de artigos científicos selecionados através de base de dados das plataformas Scielo e Google Acadêmico, nas línguas Portuguesa e Inglesa, publicados entre 2015 e 2019, utilizando-se os descritores: ginástica em grupo, exercício físico, obesidade e qualidade de vida. Após a revisão bibliográfica, foi realizado um comparativo desses grupos de ginástica com o projeto “Pirapora Na Medida”. **Resultados:** os dados demonstraram que os projetos tiveram resultados satisfatórios, não somente na estética e saúde, mas também na vida social e em grupo, trazendo mais vitalidade, sem nenhum custo e totalmente acessível a todos. **Conclusão:** ficou evidente a importância de programas de intervenção alimentar e de exercícios físicos, a fim de amenizar e contornar os malefícios provocados por estilos de vida pouco saudáveis.

**Palavras-chave:** Projeto Pirapora Na Medida. Qualidade de Vida. Obesidade. Exercício Físico.

## **SISTEMA DE GESTÃO DE QUALIDADE E ISO 9001: revisão sistemática**

Klenio Aparecido Ramos Chaves  
Jorge Luiz de Oliveira Neri  
Domingas Elizabete Pereira dos Santos

**Objetivo:** analisar os principais motivos que levam as empresas a decidirem pela implementação do SGQ e sua correlação com os principais benefícios da certificação ISO 9001. **Materiais e Métodos:** foram utilizadas as bases de dados eletrônicas Medline, Lilacs, Cochrane e Scielo, nas línguas inglesa e portuguesa, de estudos publicados entre 2005 a 2013. Foram inclusos apenas estudos que avaliaram os efeitos da implantação do SGQ e com disponibilidade de acesso na íntegra. Dezenove artigos compuseram esta pesquisa, que teve como desfechos metodológicos a bibliográfica, pesquisa-ação, documental e estudo de caso. **Resultados:** os resultados desta revisão sistemática apontam que os principais motivos que levam as empresas a decidirem pela implementação do SGQ estão voltados para a exigência dos clientes. Os principais benefícios da certificação ISO 9001 são diversos, tais como satisfação dos clientes, melhora da imagem empresarial, melhora do processo, produtos e serviços, aumento de vendas, participação de licitações, redução de custos e abertura de novos mercados. **Conclusão:** embora haja resultados positivos, integra-se a necessidade de realizar mais estudos que utilizam tipos de pesquisas similares com áreas afins, além de analisar os benefícios concretos propostos pela norma ISO 9001.

**Palavras-chave:** Sistema de Gestão de Qualidade. Normas ISO 9001. Benefícios.

## **TOMADAS DE DECISÕES MEDIANTE RISCOS CALCULADOS: implantação de modelo personalizado de academia na cidade de Pirapora-MG**

Kamila Mendes de Souza  
Yanni Rafaely dos Santos  
Luciana Antunes Neves Maia

**Objetivo:** identificar e avaliar as estratégias de tomadas de decisões para o sucesso profissional adotadas no empreendimento de uma academia de Pirapora-MG. **Materiais e Métodos:** o método utilizado neste trabalho trata-se de uma pesquisa qualitativa e descritiva, com o foco na academia. Foi feita uma coleta de dados, por meio de uma entrevista, com questionários para os funcionários, clientes e o próprio gestor. Com isso, as estratégias utilizadas foram analisadas. **Resultados:** a estratégia utilizada pelo gestor é a fidelização dos seus clientes, uma vez que grande parte deles, que responderam aos questionários, afirmaram que estão na empresa usufruindo dos serviços prestados há mais de um ano e que chegaram até a academia por indicação de amigos. **Conclusão:** o atendimento personalizado da academia, com um espaço adequado, seguro e treinamento profissional individualizado, tem sido uma estratégia eficiente para satisfação dos clientes quanto aos serviços prestados pela empresa. Sendo assim, o modelo personalizado apresenta uma estratégia interessante para um mercado cada vez mais competitivo.

**Palavras-chave:** Tomadas de decisão. Estratégias. Riscos.

## **TREINAMENTO FUNCIONAL COMO FATOR DE PREVENÇÃO E COMBATE À OBESIDADE INFANTIL**

Aline Andrade da Fonseca  
Daiane Ferreira Simões  
Matheus Vinícius Veloso

**Objetivo:** analisar a influência do treinamento funcional como mecanismo de prevenção e controle da obesidade infantil. **Materiais e Métodos:** foi realizada uma revisão de literatura, através das bases de dados da Biblioteca Virtual em Saúde nas “Ciências em Saúde em Geral” (Medline, Lilacs e Ibecs), dentre outros, por meio de artigos científicos e livros. **Resultados:** foram selecionados, preferencialmente, estudos que utilizaram programas de exercícios físicos como intervenção no tratamento da obesidade, com ênfase no funcional. **Considerações Finais:** o treinamento funcional para crianças surge como uma possibilidade favorável, porém ainda recente, mas com um potencial de causar impactos positivos à saúde de crianças. No entanto, são necessários mais estudos que ratifiquem a sua aplicabilidade.

**Palavras-chave:** Obesidade. Obesidade Infantil. Exercícios Funcionais.



## **UM ESTUDO DE CASO DA QUALIDADE DO ATENDIMENTO COMO FATOR DE CRESCIMENTO EMPRESARIAL EM EMPRESA PRIVADA DE PIRAPORA-MG**

Carla Adriane da Silva Gomes  
Tatiane Moreira Cardoso  
Domingas Elizabete Pereira dos Santos

**Objetivo:** identificar os meios adotados pela empresa em estudo para garantir a qualidade do atendimento ao cliente. **Materiais e Métodos:** a metodologia aplicada para a realização deste trabalho baseia-se em pesquisa bibliográfica, bem como a análise dos dados, por meio de questionário estruturado fechado, já utilizado pela organização. O atendimento pode determinar o sucesso ou o fracasso de uma empresa. Portanto, na qualidade do atendimento, é preciso a realização de treinamento direto com os colaboradores para que seja um atendimento eficaz e satisfatório, com isso, a organização será bem-sucedida. **Resultados:** em uma análise comparativa, constatou-se que o fator de maior influência na escolha do cliente pelos serviços prestados, por um Laboratório de Pirapora-MG, é a qualidade em primeiro lugar, acompanhada pela indicação. **Conclusão:** pode-se afirmar, por meio da qualidade, que os clientes se tornam satisfeitos e o círculo virtuoso se inicia, gerando indicações.

**Palavras-chave:** Qualidade. Satisfação. Cliente. Atendimento.

