



**Universidade Federal de Ouro Preto – UFOP
Escola de Educação Física da UFOP - EEFUFOP
Bacharelado em Educação Física**



TCC em formato de Artigo

A vida mediada pela tela: Impactos no lazer e na formação dos graduandos em Educação Física da UFOP durante a pandemia da COVID-19

Gabriel Nunes Pinheiro Barbosa

**Ouro Preto
2022**

Gabriel Nunes Pinheiro Barbosa

A vida mediada pela tela: Impactos no lazer e na formação dos graduandos em Educação Física da UFOP durante a pandemia da COVID-19

Trabalho de Conclusão de Curso em formato de artigo, formatado para a revista Conexões, apresentado à disciplina Seminário de TCC (EFD-356) do curso de Bacharelado em Educação Física da Universidade Federal de Ouro Preto, como requisito parcial para aprovação na mesma.

Orientadora: Profa. Dra. Denise Falcão

**Ouro Preto
2022**

SISBIN - SISTEMA DE BIBLIOTECAS E INFORMAÇÃO

B238a Barbosa, Gabriel Nunes Pinheiro.

A vida mediada pela tela [manuscrito]: impactos no lazer e na formação dos graduandos em Educação Física da UFOP durante a pandemia da COVID-19. / Gabriel Nunes Pinheiro Barbosa. Lorraine Laurindo de Oliveira. Manuele Alexandrina Lima. - 2022.
50 f.: il.: gráf..

Orientadora: Profa. Dra. Denise Falcão.

Produção Científica (Bacharelado). Universidade Federal de Ouro Preto. Escola de Educação Física. Graduação em Educação Física .

1. Pandemias- COVID19. 2. Ensino à distância. 3. Isolamento social. 4. Professores - Formação. 5. Lazer. I. Lima, Manuele Alexandrina. II. Oliveira, Lorraine Laurindo de. III. Falcão, Denise. IV. Universidade Federal de Ouro Preto. V. Título.

CDU 796: 37.091.39

Bibliotecário(a) Responsável: Soraya Fernanda Ferreira e Souza - SIAPE: 1.763.787



FOLHA DE APROVAÇÃO

Gabriel Nunes Pinheiro Barbosa

A vida mediada pela tela: impactos no lazer e na formação dos graduandos da Escola de Educação Física da UFOP

Monografia apresentada ao Curso de Bacharelado em Educação Física da Universidade Federal de Ouro Preto como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em Educação Física

Aprovada em 20 de outubro de 2022

Membros da banca

Profª Drª Denise Falcão - Orientadora (Universidade Federal de Ouro Preto)
Prof. Dr. Heber Eustáquio de Paula - (Universidade Federal de Ouro Preto)
Prof. Dr. Paulo Ernesto Antonelli - (Universidade Federal de Ouro Preto)

Denise Falcão, orientadora do trabalho, aprovou a versão final e autorizou seu depósito na Biblioteca Digital de Trabalhos de Conclusão de Curso da UFOP em 24/10/2022



Documento assinado eletronicamente por **Denise Falcão, COORDENADOR(A) DE CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**, em 24/10/2022, às 15:49, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site http://sei.ufop.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **0416691** e o código CRC **4E7191C2**.

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho à todas as pessoas que colaboraram com a sua elaboração.

À professora e orientadora Denise Falcão, por toda a paciência, conhecimento compartilhado e incentivo para que a produção deste trabalho obtivesse resultados satisfatórios. Às colegas Manuele e Lorraine, que empenharam tempo e esforço cruciais nesta produção

À Escola de Educação Física e à UFOP, pelo ensino público, gratuito e de qualidade.

À todos que foram meu alicerce durante este período pandêmico tão difícil, em especial aos meus pais: Raquel, Maria Efigênia, Wanderley e Fernando; e aos meus irmãos, Maria Fernanda e Pedro Paulo; e aos irmãos da Republica Canaan, minha casa durante os anos de graduação.

“Em algum lugar, algo incrível está esperando para ser descoberto.” – Carl Sagan

RESUMO

Com o advento da pandemia de COVID-19, vive-se um momento de ruptura na forma que diversas práticas sociais se desenvolvem nas diferentes territorialidades. Houve pela necessidade de sobrevivência e não disseminação do vírus, o abandono da forma conhecida de convivência social e a transposição para mediações a partir das telas de computadores, smartphones, notebooks, televisões. O objetivo do estudo foi investigar em que medida o aumento da utilização das TICs ocasionado pelo distanciamento social impactou o processo de formação acadêmica e os lazes dos estudantes da Escola de Educação Física da UFOP. Para alcançar o objetivo supracitado, utilizou-se da abordagem de natureza quali-quantitativa, tendo como instrumento de coleta de dados um questionário via plataforma Google Formulários. Para o tratamento dos dados utilizou-se a planilha google, a nuvem de palavras e a análise de conteúdo. Como resultado foi possível verificar o forte impacto tanto na formação acadêmica quanto nos lazes desses sujeitos, ficando evidenciada maior intensidade nos primeiros meses da pandemia. O impacto na formação passou desde a fase de paralisação até a busca ativa para complementar suas formações. O lazer também apontou uma brusca transformação, porém, dentro das possibilidades existentes, a grande maioria afirma que vivenciar algum lazer ajudou a manter certo equilíbrio emocional e mental. Por fim, a pesquisa aponta que houve um aumento expressivo no tempo diário em conexão virtual, passando a vida a ser mediada pela tela, seja para lazer, seja para estudar ou mesmo para relacionar.

Palavras-chave: Lazer; Formação; Pandemia; Educação Física;

ABSTRACT

With the advent of the COVID-19 pandemic, there is a moment of rupture in the way that different social practices are developed in different territorialities. There was a need to survive and not spread the virus, the abandonment of the known form of social coexistence and the transposition to mediations from the screens of computers, smartphones, notebooks, televisions. The objective of the study was to investigate to what extent the increase in the use of ICTs caused by social distancing has impacted the academic training process and leisure activities of students at the UFOP School of Physical Education. To achieve the aforementioned objective, a quali-quantitative approach was used, using a questionnaire via the Google Forms platform as a data collection instrument. The google spreadsheet, the word cloud and the content analysis were used to process the data. As a result, it was possible to verify the strong impact on both the academic training and leisure of these subjects, with greater intensity being evidenced in the first months of the pandemic. The impact on training went from the stoppage phase to the active search to complement their training. Leisure also showed a sudden transformation, however, within the existing possibilities, the vast majority say that experiencing some leisure helped to maintain a certain emotional and mental balance. Finally, the research points out that there was a significant increase in daily time in virtual connection, with life being mediated by the screen, whether for leisure, studying or even relating.

Keywords: Leisure; study; pandemic; physical education;

Sumário

Introdução	12
Método	14
Considerações finais	35
Referências	37
ANEXO 1 – NORMAS DA REVISTA CONEXÕES.....	43



DOI: 10.20396/conex.v

Seção de Publicação do artigo: Artigo Original

A vida mediada pela tela: Impactos no lazer e na formação dos graduandos em Educação Física da UFOP durante a pandemia da COVID-19

*The life mediated by the screen:
Impacts on leisure and graduation in Physical Education at UFOP during the
COVID-19 pandemic*

*La vida mediada por la pantalla:
Impactos em el ocio y la formación de los estudiantes de Educación Física de la
UFOP durante la pandemia de COVID-19*

RESUMO

Com o advento da pandemia de COVID-19, vive-se um momento de ruptura na forma que diversas práticas sociais se desenvolvem nas diferentes territorialidades. Houve pela necessidade de sobrevivência e não disseminação do vírus, o abandono da forma conhecida de convivência social e a transposição para mediações a partir das telas de computadores, smartphones, notebooks, televisões. O objetivo do estudo foi investigar em que medida o aumento da utilização das TICs ocasionado pelo distanciamento social impactou o processo de formação acadêmica e os lazeres dos estudantes da Escola de Educação Física da UFOP. Para alcançar o objetivo supracitado, utilizou-se da abordagem de natureza quali-quantitativa, tendo como instrumento de coleta de dados um questionário via plataforma Google Formulários. Para o tratamento dos dados utilizou-se a planilha google, a nuvem de palavras e a análise de conteúdo. Como resultado foi possível verificar o forte impacto tanto na formação acadêmica quanto nos lazeres desses sujeitos, ficando evidenciada maior intensidade nos primeiros meses da pandemia. O impacto na formação passou desde a fase de paralisação até a busca ativa para complementar suas formações. O lazer também apontou uma brusca transformação, porém, dentro das possibilidades existentes, a grande maioria afirma que vivenciar algum lazer ajudou a manter certo equilíbrio emocional e mental. Por fim, a pesquisa aponta que houve um aumento expressivo no tempo diário em conexão virtual, passando a vida a ser mediada pela tela, seja para lazer, seja para estudar ou mesmo para relacionar.

Palavras-chave: Lazer. Formação. Pandemia. Educação Física

ABSTRACT

With the advent of the COVID-19 pandemic, there is a moment of rupture in the way that different social practices are developed in different territorialities. There was a need to survive and not spread the virus, the abandonment of the known form of social coexistence and the transposition to mediations from the screens of computers, smartphones, notebooks, televisions. The objective of the study was to investigate to what extent the increase in the use of ICTs caused by social distancing has impacted the academic training process and leisure activities of students at the UFOP School of Physical Education. To achieve the aforementioned objective, a quali-quantitative approach was used, using a questionnaire via the Google Forms platform as a data collection instrument. For data processing, the google spreadsheet, the word cloud and content analysis were used. As a result, it was possible to verify the strong impact on both the academic training and leisure of these subjects, with greater intensity being evidenced in the first months of the pandemic. The impact on training went from the stoppage phase to the active search to complement their training. Leisure also showed a sudden transformation, however, within the existing possibilities, the vast majority say that experiencing some leisure helped to maintain a certain emotional and mental balance. Finally, the research points out that there was a significant increase in daily time in virtual connection, with life being mediated by the screen, whether for leisure, studying or even relating.

Keywords: *School physical education. Pedagogic innovation. Education.*

RESUMEN

Con el advenimiento de la pandemia del COVID-19, se vive un momento de ruptura en la forma en que se desarrollan diferentes prácticas sociales en diferentes territorialidades. Existía la necesidad de sobrevivir y no propagar el virus, el abandono de la forma conocida de convivencia social y la transposición a las mediaciones desde las pantallas de los ordenadores, smartphones, notebooks, televisores. El objetivo del estudio fue investigar en qué medida el aumento en el uso de las TIC provocado por el distanciamiento social ha impactado en el proceso de formación académica y actividades de ocio de los estudiantes de la Facultad de Educación Física de la UFOP. Para lograr el objetivo antes mencionado, se utilizó un enfoque cuali-cuantitativo, utilizando como instrumento de recolección de datos un cuestionario a través de la plataforma Google Forms. Para el procesamiento de datos se utilizó la hoja de cálculo de google, la nube de palabras y el análisis de contenido. Como resultado, se pudo comprobar el fuerte impacto tanto en la formación académica como en el ocio de estos sujetos, evidenciándose con mayor intensidad en los primeros meses de la pandemia. El impacto en la formación pasó de la fase de parada a la búsqueda activa para complementar su formación. El ocio también mostró una transformación repentina, sin embargo, dentro de las posibilidades existentes, la gran mayoría dice que experimentar algo de ocio ayudó a mantener un cierto equilibrio emocional y mental. Finalmente, la investigación apunta que hubo un aumento significativo del tiempo diario en conexión virtual, con la vida mediada por la pantalla, ya sea para el ocio, el estudio o incluso para relacionarse.

Palabras Clave: *Educación física escolar. Innovación pedagógica. Educación.*

INTRODUÇÃO

O ano de 2020 foi marcado pela disseminação mundial do novo Coronavírus desencadeando a denominada pandemia da Covid-19. Em 03 de fevereiro do mesmo ano, pela Portaria N° 188, o Ministério da Saúde Brasileiro declara Emergência em Saúde Pública de Importância Nacional (ESPIN), seguindo a declaração feita pela OMS (Organização Mundial da Saúde) em janeiro de 2020. A partir desse fato, uma série de ações foram implementadas objetivando impedir o aumento na curva de contaminação pelo novo Coronavírus. Entre as ações mais impactantes, houve o fechamento obrigatório temporário das atividades não essenciais em diversas cidades e municípios brasileiros e em meados do mês de março, do ano corrente, a suspensão das aulas presenciais em todo país a fim de instaurar um isolamento da sociedade diminuindo o contato entre a população.

Para o estudo desenhado aqui é importante ressaltar que o realocamento das atividades educacionais presenciais para o ambiente virtual, estabelecendo a adoção do ensino remoto como um dos protocolos de segurança, provocou significativa diminuição da sociabilidade da população estudantil, aumentando significativamente a presença das telas e das tecnologias para a realização de diversas atividades e tarefas, compreendendo desde os estudos até o lazer (MONTENEGRO; QUEIROZ; DIAS, 2020, v. 23, p. 5). Dessa forma, observou-se também, uma transposição da convivência social antes conhecida e vivenciada, para as mediações e interações a partir das telas de notebooks, computadores e smartphones.

Esse cenário pandêmico, segundo Nascimento e Pacheco (2020); Barreto et al (2020), se caracteriza como um dos maiores desafios que já foi enfrentado pelos sistemas de saúde em escala mundial. Nesse sentido, a mudança repentina e imediata da forma de vivência no cotidiano da população, impactou de forma extrema todos os grupos sociais, intensificando ainda mais os problemas sociais e econômicos da população, principalmente dos mais vulneráveis (ARRAIS et al, 2020).

Destes grupos, interessa a essa pesquisa os estudantes das universidades públicas do Brasil, em especial os estudantes de Educação Física da Universidade

Federal de Ouro Preto (UFOP), que vivenciaram a interrupção das atividades presenciais em 16 de março de 2020 e iniciaram um processo de ensino de forma remota em 2021. De todos os problemas enfrentados pelos jovens, o acesso à educação nesse período de pandemia foi um dos mais difíceis (SILVA, 2021, p. 175). Os estudantes enfrentaram situações atípicas e desconhecidas, frente a um cenário de pandemia recoberto de incertezas e medos, para conseguirem permanecer e continuar com os seus estudos. Tudo isso agravado pelas condições sociais de cada sujeito, como afirma ZAN; KRAWCZYK, (2020, p. 1).

Diante da constatação da impossibilidade de retorno presencial das atividades, muitos dos sistemas públicos [de educação] passaram a adotar atividades a distância, o que provocou um crescimento do setor de tecnologia educacional e deu maior visibilidade às desigualdades de acesso à educação dos jovens brasileiros: há escassez de acesso aos meios digitais; faltam condições adequadas em casa para os estudos; adoecem os familiares; agravam-se as condições econômicas de sobrevivência, em decorrência da perda do trabalho de seus mantenedores ou o dos próprios alunos.

Além desses impasses enfrentados para continuação da formação acadêmica, outro aspecto na vida dos jovens que também sofreu grandes impactos foi o Lazer. Compreendendo o lazer como uma necessidade humana, que envolve uma diversidade de manifestações culturais e vivências sociais dentro da vida em comunidade, como brincadeiras, esportes, passeios, virtualidades, artes, turismo (GOMES, 2014) e sendo ele (lazer) uma característica peculiar da "cultura juvenil", pois, nessa faixa etária social os processos de sociabilização e a fruição de lazeres são mais intensos, e em sua grande maioria expressos de maneira coletiva. É factível afirmar que o processo do afastamento social também gerou forte impacto nessa esfera da vida.

Devido a necessidade de isolamento, gestores de locais costumeiramente utilizados pela população, por recomendação dos órgãos de saúde, adotaram políticas de restrição total ou parcial em seus espaços, afetando o cotidiano de práticas do público. Sendo necessário pontuar também que todas essas alterações, seja nas questões acadêmicas/formativas ou na prática e fruição do lazer, passaram a causar grande incidências sobre a saúde mental das pessoas que

tiveram que aderir ao isolamento, devido ao aumento das tensões, incertezas, medos e aflições sobre o futuro (HENRIQUES; DIAS 2020).

Nesse sentido, o presente estudo tem o objetivo de investigar em que medida o aumento da utilização das TICs (Tecnologias de Informação e Comunicação) ocasionado pelo distanciamento social impactou o processo de formação e os lazeres dos estudantes de Educação Física da UFOP. Buscou-se investigar quais os caminhos foram percorridos por esses sujeitos, nesse período pandêmico, para não abandonarem suas formações e verificou-se quais ferramentas foram utilizadas para a vivência de seus lazeres, para assim compreender os processos, as transformações e as tensões ocorridas entre o lazer e a formação nesse período.

MÉTODO

Para alcançar os objetivos da pesquisa, foi escolhida uma abordagem de análise quali-quantitativa dos dados obtidos. Como salienta Yin (1989, p.23), “a pesquisa qualitativa investiga um fenômeno contemporâneo dentro de seu contexto de vida real, quando as fronteiras entre o fenômeno e o contexto não são claramente evidentes”.

É notório que, quando o “objeto” da pesquisa é o sujeito em suas relações com o mundo, neste caso os graduandos em Educação Física da UFOP em suas relações com o tempo/espço social contemporâneo, atravessados por uma pandemia em suas práticas sociais (formativas e de lazer), precisa-se de um foco ampliado para a análise, ou seja, de um olhar multiparadigmático dentro do campo interdisciplinar, conforme afirmam Denzin e Lincon: “A pesquisa qualitativa é um campo interdisciplinar, transdisciplinar e, às vezes, contra disciplinar, que atravessa as humanidades, as ciências sociais e as ciências físicas. A pesquisa qualitativa é muitas coisas ao mesmo tempo. Tem um foco multiparadigmático, [...] tendo um compromisso com a perspectiva naturalista e a compreensão interpretativa da experiência humana.” (DENZIN; LINCON, 2006, p.21).

Como instrumento de coleta de dados, foi confeccionado um questionário online, através da plataforma Google Formulários. Foram elaboradas 51 perguntas, que foram divididas em três partes: identificação, que contava com questões relacionadas a que parte do percurso formativo se encontrava; aspectos da moradia anterior à pandemia e atual; acesso a internet e aparelhos eletrônicos; nível de adesão ao isolamento. A segunda parte do questionário buscava obter dados sobre os aspectos da formação e os impactos da pandemia sobre a formação dos discentes. A terceira parte do questionário tinha como objetivo obter dados sobre o lazer dos discentes e os efeitos da pandemia sobre estas práticas.

O questionário contava com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) em sua primeira página, só sendo possível responder às outras perguntas se o respondente concordasse com o mesmo. O questionário contou 40 perguntas fechadas, 3 perguntas em escala Likert de 5 pontos e 6 perguntas abertas. O questionário foi enviado para 346 alunos e foram obtidas 89 respostas, totalizando 25,7% de retorno. Os envios foram realizados entre 19 de julho e 19 de agosto de 2021 através de disparos em massa pelo e-mail institucional de todos os alunos regularmente matriculados no curso. Também foram realizados disparos através do aplicativo de mensagens Whatsapp para os alunos que possuíam contato direto através do mesmo.

A análise quantitativa foi realizada através do software Google Planilhas, através de dados brutos e com o apoio de gráficos produzidos com base na planilha de respostas, para melhor interpretação. Para a análise, foram consideradas seis categorias:

- A. Estudantes Iniciantes na graduação: 1º, 2º e 3º períodos.
- B. Estudantes no meio do percurso formativo: 4º, 5º e 6º períodos.
- C. Estudantes finalizando a graduação: 7º, 8º e demais períodos.
- D. Estudantes da Licenciatura
- E. Estudantes do Bacharelado
- F. Geral (todos respondentes)

Utilizou-se majoritariamente o grupo geral (F), por ter uma amostra mais significativa em relação aos outros grupos propostos na metodologia. Em questões

de intensidade (escala Likert), que contavam com a graduação de 1 a 5, optamos por aglomerar as respostas de intensidade 1 e 2 (baixa intensidade) como uma alternativa; as respostas de intensidade 3 (neutra/indiferente) em outra alternativa; e as respostas de intensidade 4 e 5 (intensidade elevada) em outra alternativa. Para o tratamento de dados de forma qualitativa utilizou-se a análise de conteúdos (BARDIN, 2011) com categorias criadas a posteriori.

Esta pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UFOP com CAAE: 45513020.5.0000.5150 em 08 de julho de 2021.

INTRODUÇÃO

A cidade de Ouro Preto também é reconhecida como uma cidade universitária. A história de sua constituição social se mistura com as histórias de inúmeros jovens que vêm morar na cidade para estudar e acabam vivenciando um momento singular em suas vidas: morar longe das famílias se integrando às inúmeras repúblicas estudantis, alojamentos universitários e casas de aluguel. Atualmente, é possível notar que o número de estudantes da UFOP vindo de regiões próximas foi ampliado. Constata-se, assim, um avanço social na região dos inconfidentes com programas de políticas públicas que visavam aumentar o acesso às Universidades Federais (REUNI, SISU etc), possibilitando o ingresso universitário fora dos grandes centros urbanos.

A pesquisa em tela foi disparada a 346 alunos. Das 89 respostas de retorno, obteve-se: 22 respostas dos alunos no período inicial de formação (categoria A) 36 respostas dos alunos no meio do curso (categoria B) e 31 respostas de alunos no final do período formativo (categoria C). 56 respostas de Estudantes da Licenciatura (categoria D) e 33 respostas de Estudantes do Bacharelado (categoria E). A separação dessas categorias visava verificar se o período de formação e a especificidade do curso influenciavam no nível de impacto. O resultado obtido não apresentou diferenças relevantes, o que levou a pesquisa a analisar as questões, em sua grande maioria, pela categoria F (todos respondentes). As questões que essa divisão se mostrou relevante, são apresentadas no texto.

Neste sentido, se inicia a compreensão dos impactos da pandemia sobre a vida formativa e de lazer desses estudantes, procurando analisar aspectos econômicos sociais como: moradia, acesso às tecnologias, capacidade de aderir ao isolamento social etc.

Em relação à moradia os dados apontaram que antes do período pandêmico 46,2% dos estudantes moravam em repúblicas, 14,2% dividia residência com amigos e 39,3% em casa própria/alugada (família) na região dos inconfidentes. Com a pandemia, 57,3% dos estudantes permaneceram em Ouro Preto e região o tempo todo, enquanto 19,1% residiam o período inicial em Ouro Preto e voltaram para a cidade de origem e 23,6% dos pesquisados voltaram imediatamente para cidade que residiam.

A mudança relacionada à moradia dos estudantes, seria devido a situação financeira que foi prejudicada, tanto para o discente quanto para os familiares? Ou está relacionado à incerteza da duração do período da pandemia, não sendo "necessário" à sua permanência no local? Morales et al (2020) em seu estudo descreve sobre as diversas dificuldades encontradas pelos estudantes aos ingressarem no meio acadêmico, como a mudança brusca do seu cotidiano, o aumento das responsabilidades, as demandas exigidas pelas universidades, a gestão de tempo e dinheiro, as relações familiares, o contato social, entre outros. Os estudantes, por sua vez, encontram-se em um período conturbado de desenvolvimento pessoal, com níveis de insegurança em relação a sua saúde mental e econômica. Devido a maioria dos estudantes se dispor de meios financeiros apenas familiares, a busca por atividades que possam auxiliar nos gastos necessários vai surgindo. Com a pandemia do COVID-19, muitos alunos se viram prejudicados financeiramente trazendo a incerteza de poder permanecer em Ouro Preto. O fato é que 42,7% dos estudantes voltaram para casa, permanecendo na cidade, fora da residência de familiares, apenas 18% dos estudantes.

Ao analisarmos a forma de acesso à internet, todos os estudantes que responderam possuem internet residencial, e possuem pacote de internet (3G e/ou 4G) para uso no aparelho celular. A qualidade de acesso à internet pelos estudantes foi classificada como boa, não impedindo os mesmos em relação a

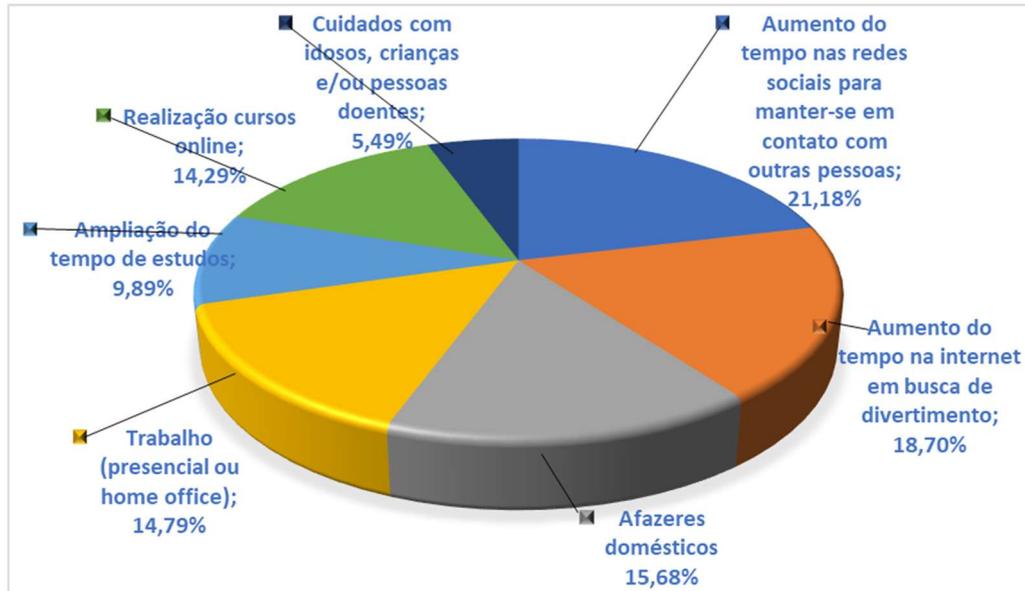
participação das aulas e a realização de trabalhos acadêmicos. Os principais meios de acesso às tecnologias que os estudantes possuem foram: notebook 94,4% e celular 98,9%, tanto para a utilização nos estudos quanto para o lazer.

Apesar do bom acesso à internet, a dedicação aos estudos teve uma baixa. Isso pode estar relacionado a desmotivação/adaptação a forma remota do ensino e pelo cansaço devido ao tempo excessivo de tela. Também aparece na pesquisa que existe uma dificuldade em manter a internet conectada por um longo período. Podendo ser relativo a qualidade do serviço prestado na cidade ou mesmo pela necessidade em dividir a internet com outros residentes, seja para trabalho, estudos ou lazer.

Em relação à adesão ao isolamento social, o maior percentual está em relação a aderir totalmente ao isolamento social (59,6%), seguido de 39,3% de adesão parcial e apenas 1,1% dos estudantes não aderiram ao isolamento. A respeito do motivo pelo qual os entrevistados aderiram parcialmente ao isolamento social, a pesquisa aponta que a necessidade de trabalhar de forma presencial mesmo com horário reduzido, foi a mais destacada, seguido da opção compromisso fora de casa, que muitas vezes estava relacionado ao cuidado familiar, apontam os dados.

Na expectativa de conhecer quais as atividades se tornaram rotineiras nas vidas desses estudantes durante a pandemia do COVID-19, encontramos esses dados que podem ser visualizados no gráfico 1.

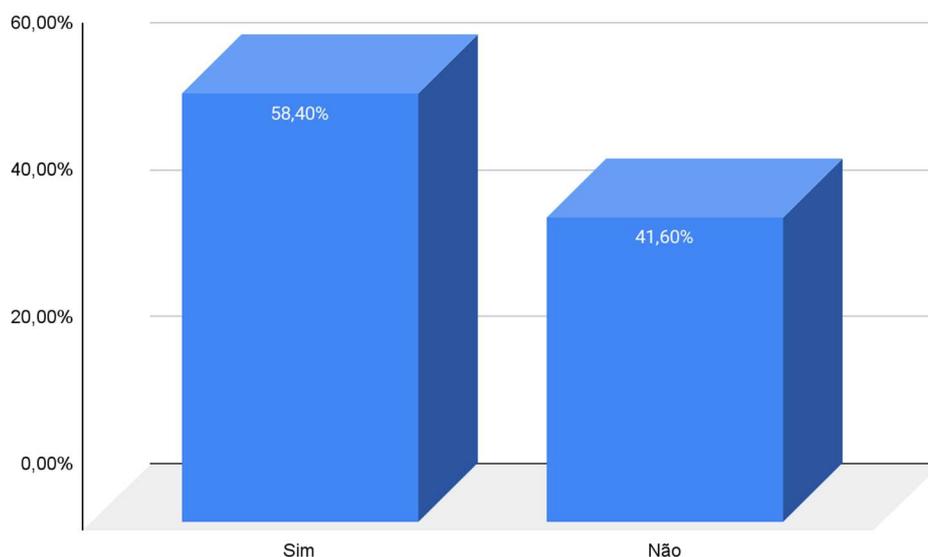
Figura 1 Quais atividades se tornaram rotineiras durante a pandemia do Covid-19



ANÁLISE DOS IMPACTOS NO PROCESSO FORMATIVO

Como se pôde verificar, a formação dos alunos sofreu grande impacto. A ruptura do processo de formação conhecido, aliado às incertezas do momento pandêmico, chegaram a paralisar 41,6% dos estudantes (gráfico 1), enquanto 58,4% do alunado se manteve em algumas atividades relacionadas com a graduação.

Figura 2 Participação dos estudantes em atividades acadêmicas antes da realização do PLE Emergencial



Foi possível evidenciar que um forte elo de ligação entre os alunos e a universidade se desenvolve a partir da relação com as aulas das disciplinas. Porém, também se evidencia que os alunos envolvidos com atividades diversificadas dentro da universidade tiveram esse impacto mitigado. Observou-se que o grupo que menos se manteve conectado com as atividades acadêmicas foi a categoria A. Pode-se concluir, a partir dos dados coletados, que os estudantes que estão no início do processo formativo atualmente, estão menos vinculados a programas e projetos em diferentes níveis que a universidade oferece (pesquisa, ensino e extensão) em comparação à estudantes das categorias B e C, que representam os estudantes no meio e final do processo formativo.

Figura 3 Atividades citadas que mantiveram o contato dos estudantes com a graduação, apesar da paralisação das aulas

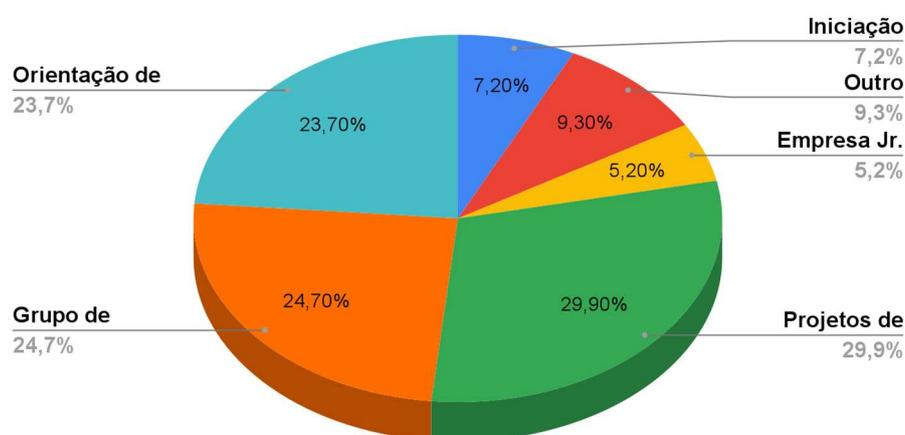
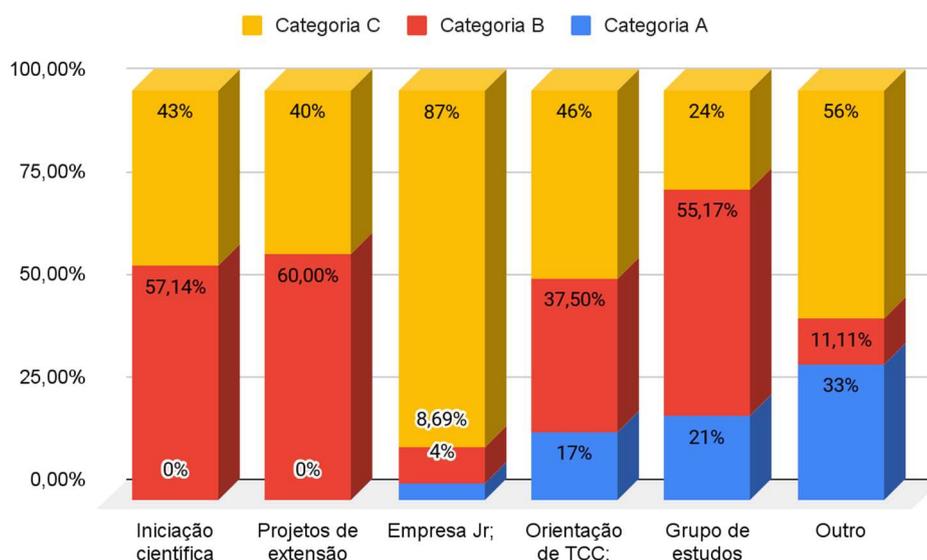


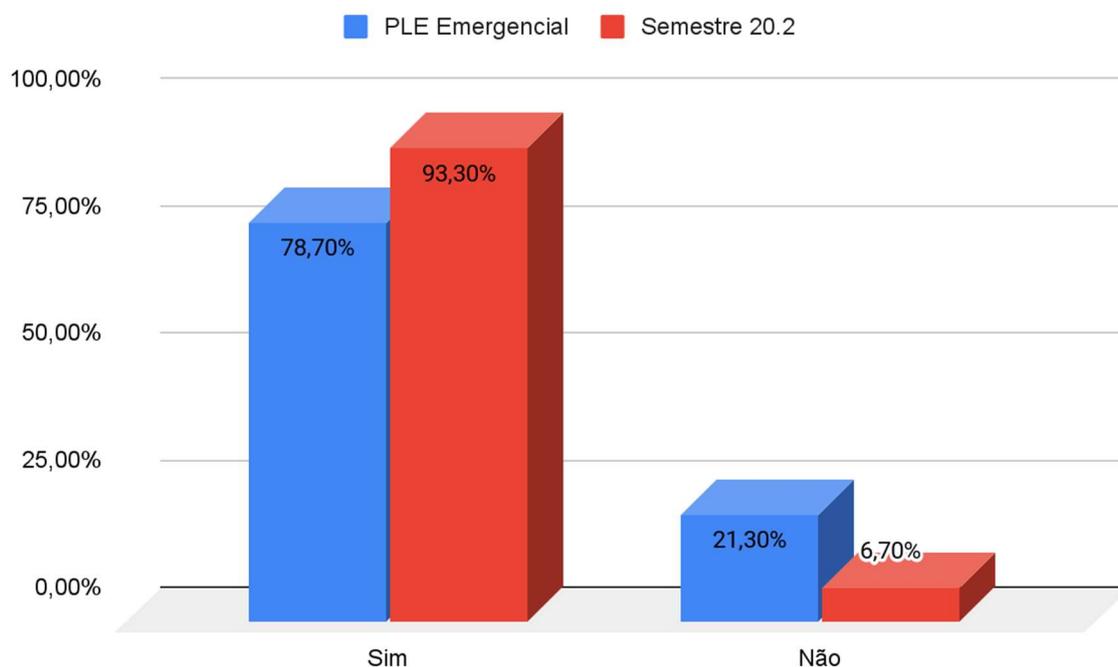
Figura 4 Relação dos estudantes das categorias A, B e C que realizaram atividades extracurriculares



Na primeira ação institucional que visava algum retorno das disciplinas em formato remoto, o denominado Período Letivo Especial Emergencial (PLE Emergencial), pôde-se constatar que 78,7% dos alunos cursaram alguma disciplina no PLE Emergencial e 21,3% não cursaram nenhuma disciplina. As disciplinas em formato remoto tiveram suas ofertas e participações facultativas, tanto para os departamentos, quanto para os professores e discentes. As resoluções detalhadas sobre o formato do PLE Emergencial estão disponíveis na Resolução CEPE Nº 8.000, mas de forma resumida, os discentes que optassem por participar do PLE Emergencial poderiam cursar no máximo duas das disciplinas ofertadas pelos departamentos.

No período regular 2020/2, que também foi realizado remotamente, a proporção de estudantes que se engajaram nas disciplinas, cursando o semestre por ensino remoto, alcançou 93,3% e com 6,7% dos estudantes não retornando a sua formação. É bom destacar que com o passar do tempo e a permanência da necessidade de isolamento social, pois a pandemia não estava sobre controle, o período 2020/2 foi realizado de forma totalmente remota, mas já não contava com as regras do PLE 2020/3, não havia limite de disciplinas a serem cursadas pelos discentes e a oferta não foi facultativa a departamentos e professores. Foi o retorno da regularidade na oferta das disciplinas semestrais.

Figura 5 Comparação da adesão ao retorno na formação pelos alunos da EEFUFOP entre PLE Emergencial e o semestre regular 2020/2



Verificando como estas mudanças nas práticas formativas afetaram os alunos foi interessante constatar que cerca de metade dos estudantes (50,6%) buscou recursos de forma independente a fim de aprimorar seus conhecimentos, o que mostrou que houve alteração na forma de obtenção do conhecimento anteriormente oferecido nas salas de aula.

Também se percebeu que 40,5% dos discentes apresentou muita dificuldade para acompanhar e realizar as atividades remotas e dentre todos alunos, mesmo os que conseguiram acompanhar bem as disciplinas, 63,6% se sentiram atropelados com a quantidade de afazeres. Esse resultado corrobora com a análise da pesquisa de Bridi et al (2020) que investigou o trabalho remoto no contexto pandêmico e no qual evidenciou que houve sobrecarga dos trabalhadores do setor público, no sentido que passaram a trabalhar por mais dias e mais horas por dia, com aumento de 143,3% entre os que trabalhavam 6 dias e 720,2% de aumento entre os que trabalhavam 7 dias, comparando o período anterior e o período durante a pandemia.

Observou-se que esta sobrecarga também está presente no contexto formativo com a alteração do espaço de realização das atividades e as demandas

que o isolamento ocasionou na vida dos estudantes. Por exemplo, o fechamento dos restaurantes universitários gerou mais tarefas aos estudantes que o utilizavam antes da pandemia, tendo estes que se adaptarem a uma nova rotina.

Após identificados os possíveis impactos no processo formativo dos alunos, tentou-se identificar as causas destes problemas. Nas respostas dos estudantes, a falta de motivação foi o principal fator que afetava negativamente a rotina de estudos (49,4%). Godoi et al (2020) em sua pesquisa intitulada "O ensino remoto durante a pandemia de covid-19: desafios, aprendizagens e expectativas dos professores universitários de Educação Física" citou a falta de motivação e engajamento dos alunos no ambiente virtual como um dos desafios visualizados pelos professores ao ensino remoto no período pandêmico, reafirmando os resultados obtidos pelo presente estudo.

É importante ressaltar que houve uma parcela dos estudantes que citaram a má qualidade da conexão com a internet como fator limitante ao formato de ensino remoto. Segundo Castioni et al (2021), em 2018 cerca de 60 mil estudantes de graduação nas instituições de ensino superior públicas não tinham acesso à internet domiciliar ou por redes móveis de 3G ou 4G. Portanto, apesar de, através dos dados do presente estudo constatar uma menor parcela dos estudantes que ressaltaram tal desafio, é uma realidade do contexto educacional brasileiro que não deve ser ignorada.

A partir da disponibilização de Auxílio Inclusão Digital como estratégia de combate à desigualdade de acesso às ferramentas digitais implementada pela UFOP, acredita-se que tal estratégia foi responsável pelo dado obtido de que apenas 2,2% dos estudantes citaram a ausência de dispositivos com acesso a internet como um fator negativo na rotina de estudos.

Com a paralisação das disciplinas do curso de graduação, procurou-se identificar se os discentes mantiveram a busca pelo conhecimento nas áreas de interesse relacionadas e não relacionadas à graduação através da realização de cursos online. Constatou-se que a maioria dos participantes (75,2%) realizou algum curso antes do retorno das aulas na instituição e que 68,5% foram relacionados à formação. Esse dado nos leva a constatar que a pandemia também

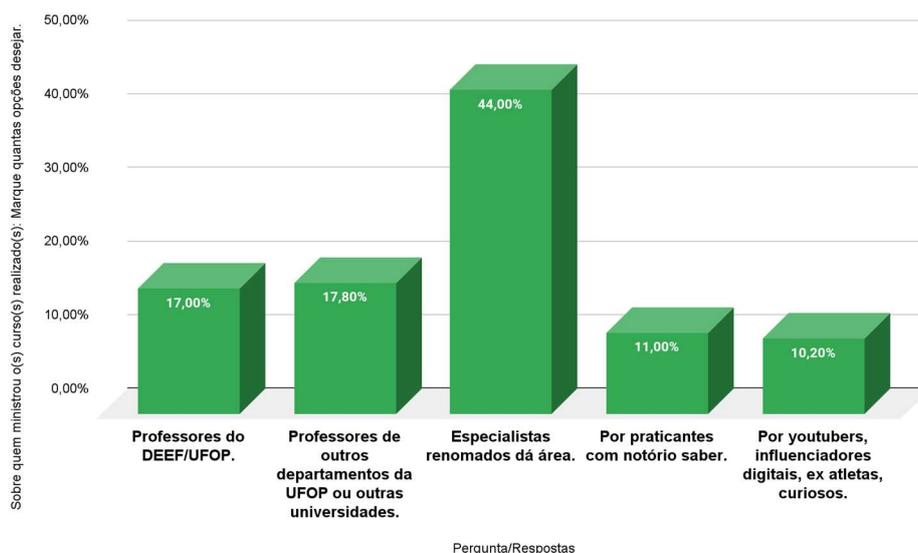
potencializou a capacidade de democratização de conhecimentos via ambiente virtual e que muitos alunos perceberam essa oportunidade.

Além das áreas dos cursos, preocupou-se também em identificar que tipo de fonte, para ampliar o conhecimento, que os alunos buscaram através dos cursos realizados. Para isso, foi perguntado aos participantes quem havia ministrado os cursos que realizaram e identificou-se que 44% dos entrevistados realizaram cursos ministrados por especialistas renomados em suas respectivas áreas.

A partir destes dados constatou-se que apesar da paralisação na oferta de disciplinas pela universidade, houve uma busca ativa por conhecimento qualificado e de fontes confiáveis pelos discentes do curso.

Figura 6 Cursos realizados pelos estudantes e ministrantes dos cursos





ANÁLISE DOS IMPACTOS NO LAZER DOS ESTUDANTES

É importante ter em mente que a relação entre juventude e lazer é de muita proximidade. A juventude sendo considerada, por um critério etário, como uma etapa biológica de transição para a fase adulta, limita sua compreensão. Em uma perspectiva ampliada e social, na juventude é possível existir inúmeras experiências singulares que variam e dependem dos contextos sociais, culturais e históricos que os jovens se encontram. Portanto, corroborando Frith (1984, p.2) “a juventude não é simplesmente um grupo etário, mas a organização social de um grupo etário”. De fato, tanto a complexidade quanto a heterogeneidade do que se compreende como juventude, como as suas possibilidades de acesso e fruição de lazer, variam com suas características socioculturais. Como sinaliza Falcão e Marques (2022, p. 7), “isso significa dizer que cada engajamento/pertencimento depende da classe, da raça/etnia, do gênero, da educação, do território, entre outros marcadores identitários”.

Pesquisar a dimensão e a intensidade dos impactos que ocorreram nas práticas e fruições de lazer em um grupo de jovens universitários que estão em processo de formação em Educação Física, apresenta a perspectiva de apontar indícios importantes para se pensar e analisar esse tema e seu significado na vida dos sujeitos, pois o lazer é uma das áreas de estudo dessa graduação. Sendo

assim, a terceira etapa dessa pesquisa se dedicou a compreender os impactos da pandemia na relação desses jovens com o lazer.

A fim de adquirir informações sobre quais eram as definições dos estudantes acerca do tema lazer, podemos observar que 28,5% dos entrevistados responderam que lazer significa um momento de divertimento e entretenimento, seguido por 25,5% que selecionaram fazer o que gosta como significado de Lazer. Já 17,4% deles afirmam que lazer é o tempo livre das obrigações, do trabalho e dos estudos. Ainda, 13,7% o entendem como um direito social. Esses achados seguem a mesma linha dos estudos de Elizalde; Gomes, (2010, p. 3) que trazem as definições e conceituações sobre o lazer como atribuições complexas e dinâmicas, as quais os próprios indivíduos em suas realidades enxergam suas práticas de lazer de formas distintas.

No cenário anterior à pandemia, atividades como ir a bares, "rocks", festas, shows e encontrar com amigos eram as formas de lazer mais vivenciadas pelos estudantes em seu cotidiano. Isso está relacionado à prática cultural das cidades universitárias, que possuem como meio de divertimento e socialização a realização de eventos festivos. Esses que ocorrem como uma forma de proporcionar ao estudante que possui uma rotina cansativa de estudos, um momento de diversão, liberdade e prazer (PEREIRA & FREITAS, 2013, p.748).

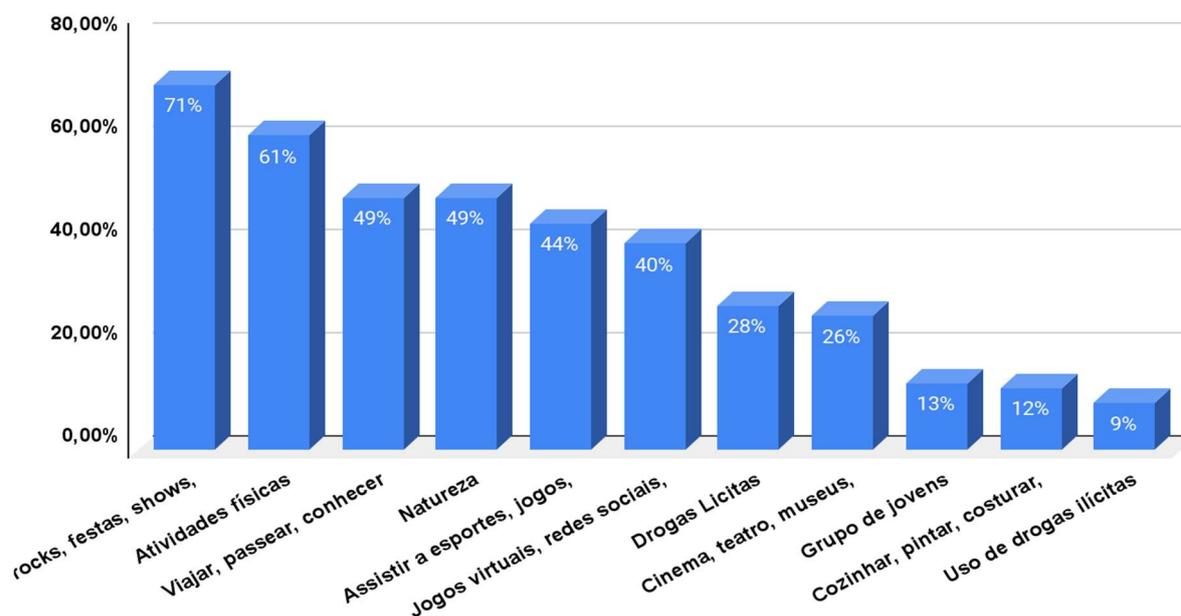
Outrossim, as atividades físicas/esportivas também estavam bastante presentes como opções de lazer no cotidiano desses estudantes. Um fator de grande influência nessas atividades de lazer é o próprio curso de formação dos estudantes, o qual em sua pesquisa Souza, Bastos e Oliveira (2014) encontraram que os universitários do curso de Educação Física, em sua maioria, demonstram uma boa conscientização sobre os benefícios que a prática regular de atividades físicas possui em suas vidas.

Foi observado também que os estudantes tinham as atividades junto à natureza, viagens, passeios e formas de conhecer novos lugares como práticas de lazer antes da pandemia, podendo estas serem influenciadas e recorrentes devido a grande incidência de parques naturais, cachoeiras, trilhas e monumentos

históricos na cidade da universidade e regiões, como afirma Margarita Barretto (2000) quando situa Ouro Preto como patrimônio histórico e artístico.

No quadro a seguir é possível verificar a intensidade das atividades vivenciadas pelos estudantes em seus lazeres.

Figura 7 Antes do distanciamento social qual(is) era(m) a(s) atividade(s) realizada(s) como forma de lazer no cotidiano dos estudantes



Entretanto, com o advento da pandemia foi verificado que a intensidade de realização de algumas atividades que antes eram muito realizadas como forma de lazer diminuiu bastante durante esse período. O que demonstra que o fator quarentena e todos os processos de mudança acometidos devido às recomendações de segurança para diminuição da disseminação do vírus da COVID-19, influenciam muito nas escolhas das atividades de lazer que são realizadas pelos estudantes.

Esse fator foi verificado principalmente nas atividades que envolviam frequentar bares, festas, shows e encontrar os amigos, que durante o período pandêmico foi apresentado que 93% dos estudantes classificaram como baixa a intensidade com que eles realizaram essa prática de lazer. Além dessa atividade, a forma de vivenciar o lazer através de práticas envolvendo viajar, passear e

conhecer novos lugares também foi atingida pelo período da pandemia, apresentando 81,6% de baixa intensidade de realização por parte dos estudantes.

Assim, fica evidente que as práticas de lazer vivenciadas pelos os estudantes, se encontram em um cenário totalmente diferente do apresentado no período anterior à pandemia.

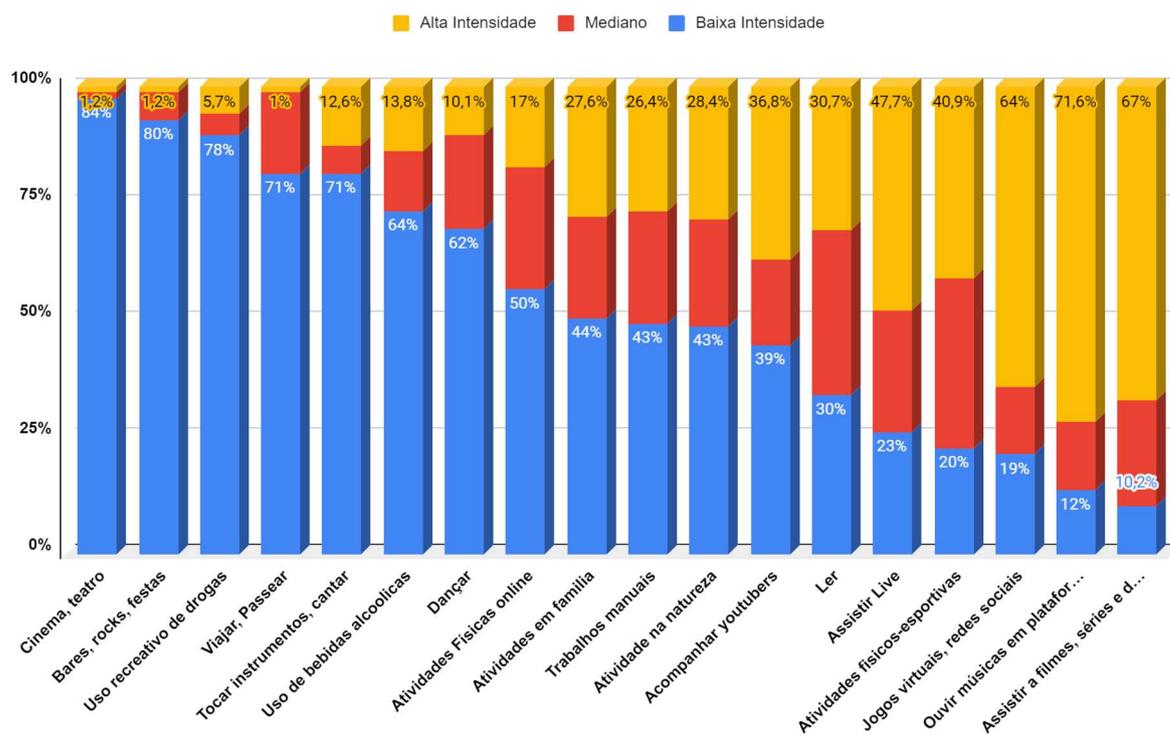
Entretanto, podemos ainda pontuar, que a presença dos estudantes em cinemas e teatros que já apresentavam um baixo nível de realização antes da pandemia, obteve 97,6% de baixa intensidade nessa vivência por parte dos estudantes durante o período de pandemia.

Por outro lado, podemos observar que as atividades ouvir músicas em plataforma de streaming; assistir a filmes, séries e documentários; jogos virtuais e redes sociais, respectivamente com 71,6%; 67% e 64% de alta intensidade de realização, foram as práticas as quais os estudantes realizaram com maior frequência durante o período de pandemia.

Essas atividades anteriormente citadas, têm em comum a ampliação da utilização do ambiente virtual como forma de fruir o lazer, o que gerou um aumento expressivo ao acesso virtual a diversas práticas, proporcionando um novo tipo de vivência de lazer na contemporaneidade (SCHWARTZ e MOREIRA, 2007; RODRIGUES, 2012). Ou seja, "essa virtualização de certa forma modifica a experiência vivenciada, seja na forma de criar e reproduzir as práticas de lazer, desenhando novos ambientes, espaços, locais e contexto para a sua fruição" (MONTENEGRO; QUEIROZ; DIAS, 2020).

Contudo foi verificado também que as atividades físicas/esportivas obtiveram cerca de 40,9% de intensidade elevada de realização por parte dos estudantes durante esse período. Ou seja, continuou tendo um alto índice de prática mesmo nesse com o advento da pandemia.

Figura 8 Intensidade que foi realizado essas atividades durante a pandemia.



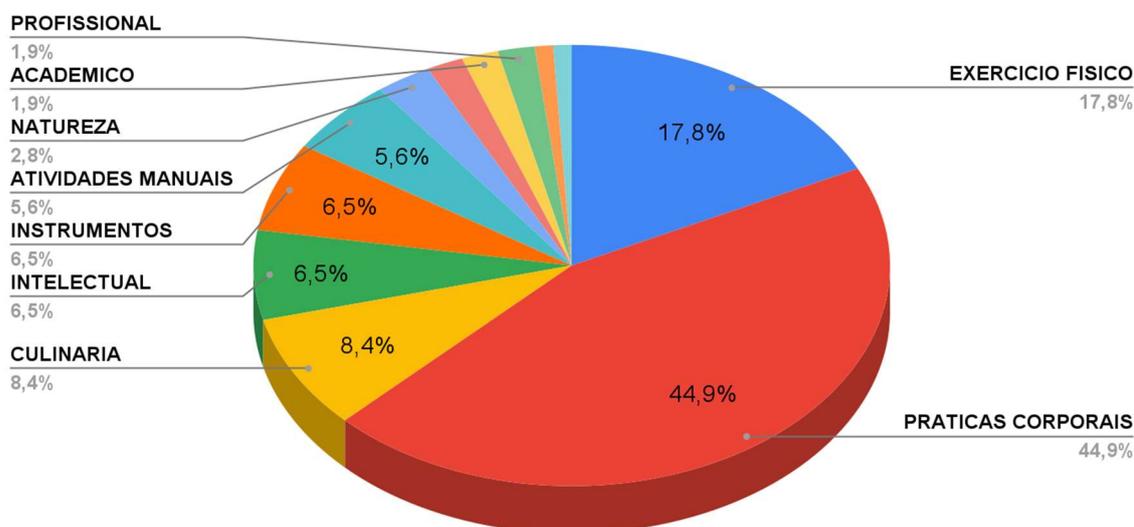
Um fator que pode corroborar para esse achado, se encontra nas novas atividades que foram desenvolvidas pelos estudantes durante o período de pandemia. Os exercícios físicos e as práticas corporais (corridas, ciclismo, yoga, meditação e outros), quando somadas, representaram 62,7% das novas atividades que começaram a ser desenvolvidas pelos estudantes como forma de lazer devido ao período de pandemia.

Chama a atenção que dessas manifestações de lazer do grupo das práticas corporais, cerca de 33% delas envolvem a prática de ciclismo e corrida. Atividades estas que para a sua realização, na maioria das vezes, necessitam de um espaço ao ar livre demonstrando que muitos dos estudantes optaram por atividades que ao mesmo tempo que lhes proporcionam a chance de manter o corpo em movimento e ao ar livre, longe da perspectiva de aglomeração e contaminação. Há também a oportunidade de sair de casa, possibilitando o convívio com outras pessoas mesmo que de forma simplificada e restrita. Pode-se então compreender essas práticas como uma forma de escape e uma oportunidade de realização de lazer ao ar livre, individual ou em pequenos grupos.

Outro fator importante, que chamou a atenção, é a escolha da Yoga e da meditação como novas atividades de lazer para serem desenvolvidas pelos estudantes. O período de pandemia devido a todas suas características provocou alterações no equilíbrio entre a saúde e o bem-estar da população, e essas práticas corporais visam proporcionar um estado de bem-estar que provoca influência na saúde corporal e mental do indivíduo, possibilitando uma vida mais saudável e a prevenção de doenças (REIS, 2021).

Dentre as outras novas atividades que foram desenvolvidas durante a pandemia pelos estudantes, a busca por práticas de atividades manuais (pintura, artesanato, jardinagem, agricultura, costura, etc.), intelectual (leituras), instrumentos (tocar e cantar) e culinária, foram bastantes realizadas por eles. Como afirma Braga e Santos (2019), essas atividades podem ser compreendidas como vivências de lazer e são usadas para “recuperar” as energias, ou seja, são práticas realizadas como forma de proporcionar uma união entre a família que se encontra em casa e até mesmo uma forma de se reconectar consigo mesmo e atingir novamente o bem-estar emocional e corporal (RIBEIRO et al., 2020).

Figura 9 Novas atividades que foram desenvolvidas durante a pandemia



No período pandêmico a prática das atividades de lazer passou por diversas mudanças. Uma delas se caracteriza pelo aumento da utilização da própria residência como espaço propício e seguro para os lazeres. Esse fato aumentou muito a utilização e o acesso às tecnologias e aos ambientes virtuais. Na pesquisa "O legado da quarentena para o consumo" (DECODE,2020) essa evidência se concretiza com números expressivos. Nos setores em alta de consumo, o setor de entretenimento chama a atenção.

O aumento no acesso às plataformas de vídeos como *youtube* atingiram cerca de 1 bilhão de visitas atingindo cerca de 40% da população brasileira. O número de downloads de plataformas de Music Streaming chegou a 6 milhões nos dois primeiros meses de pandemia. As *lives streaming* tiveram seu "boom" aumentando em 85% durante a pandemia. Segundo a referida pesquisa em abril [2020], as 30 [maiores] *lives* musicais brasileiras disponíveis na plataforma apresentaram 206 milhões de visualizações.

Na perspectiva do cinema em casa, o aumento de downloads de app chegou a cerca de 7,7 milhões de usuários com variação de busca pelas plataformas prime video 96%, globoplay 68% e netflix 65%. O hábito da leitura também foi potencializado, ocorrendo uma procura pela "Amazon Kindle" em média com 80% aumento. Tudo justificado e incentivado pelo isolamento social necessário.

Nesse sentido, quando focamos o olhar para esse significativo aumento da utilização das telas e tecnologias para fruição de lazer pelos estudantes, pesquisados, corroboram a pesquisa da DECODE (2020). Foi observado que os participantes da pesquisa passaram a ter constantemente presente, em seu cotidiano, as práticas virtuais de lazer. 67,4% dos estudantes afirmam que essas ferramentas digitais estão presentes em seu dia a dia, proporcionando a ampliação das possibilidades de lazer e de conhecimentos de distintas manifestações e realizações de práticas de lazer antes desconhecidas ou pouco acompanhadas.

A partir dos dados apresentados 87,3% dos estudantes utilizaram da virtualidade para fluírem momentos de lazer. Contrastando com 12,7% que não usaram do ambiente virtual para tal feito. Chama a atenção que 32,1% passaram a usar as plataformas de streaming e as de transmissão para assistirem a shows on-line. Já 36,8% dos estudantes disseram ter aumentado a intensidade com a qual eles acompanham *youtubers* nas plataformas e redes sociais como *instagram*, *facebook*, *whatsapp* e outras.

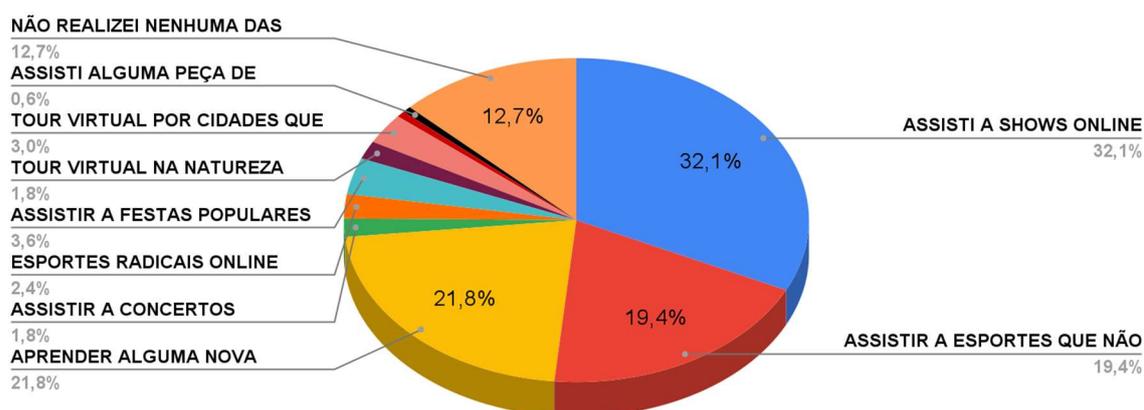
Além disso, 71,6% deles mantiveram durante esse período alta intensidade de realização de atividades em plataformas de streaming para ouvir músicas. Além disso, muitos estudantes aproveitaram o momento da pandemia para participarem de cursos *on-line*, como já foi citado pela parte inicial da pesquisa sobre os impactos na formação dos estudantes. Porém, uma parcela desses estudantes compreende a realização de cursos on-line como prática de lazer virtual, pois utilizam dessa ferramenta para aprenderem novas habilidades (culinária, jardinagem, etc.).

Outro fator interessante que se apresenta como perspectiva de lazer virtual e se pode inferir que está relacionado com a formação em Educação Física dos estudantes, é a possibilidade de assistir e acompanhar novas modalidades esportivas que antes não conheciam. Além disso, permanecendo entre as escolhas de lazer dos estudantes durante a pandemia e sua permanência em frente às telas, 64,1% desses, mantiveram uma intensidade alta na frequência de jogos virtuais e permanência nas redes sociais. É importante fazer um contraponto desse dado ressaltando que antes do distanciamento social, apenas 10% dos estudantes

tinham como atividade de lazer no seu cotidiano essas atividades de uso de jogos virtuais, redes sociais e navegação na internet com alta intensidade.

Todas as análises em relação às práticas de lazer virtual dos estudantes de educação física da UFOP, caminham no mesmo sentido dos achados na pesquisa Montenegro, Queiroz e Dias (2020), com estudantes da Universidade Federal do Amapá – UNIFAP que demonstram esse mesmo cenário de aumento da “residencialização” e da “virtualização”. Demonstrando a transformação que ocorreu com o espaço doméstico, que agora se tornou o principal lugar para realização das práticas de lazer.

Figura 10 Práticas de lazer virtuais que foram realizadas durante a pandemia



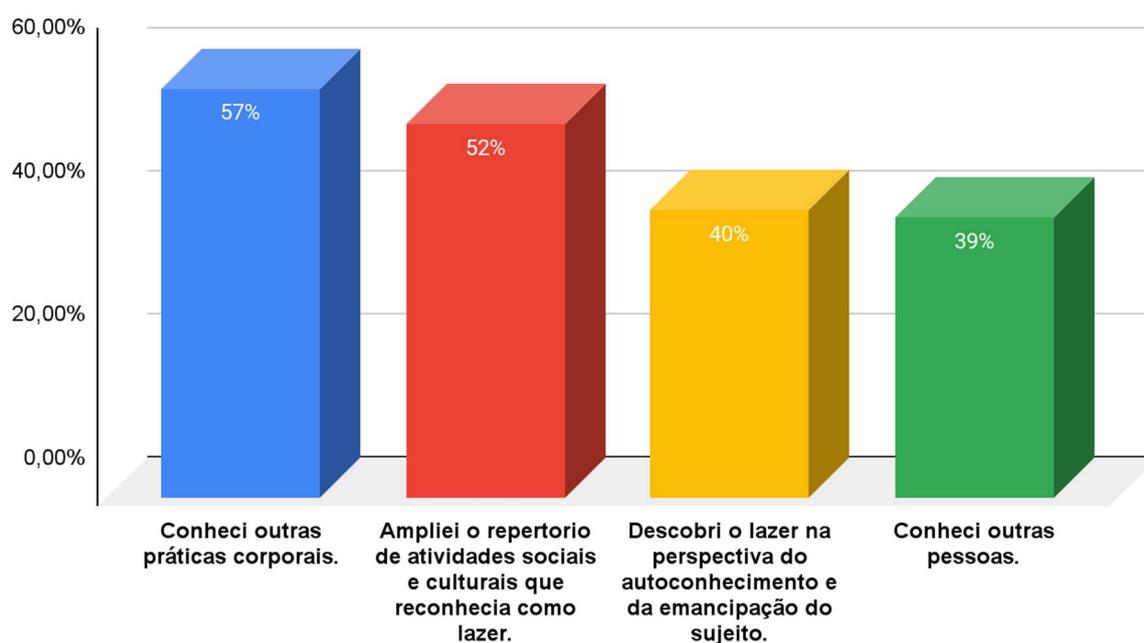
É fato notório que ingressar em um curso de graduação muda a vida do estudante. Faz com que “novos ares” sejam explorados e novas oportunidades de experiência apareçam. Uma delas é a ampliação das opções de lazer, na qual 87,6% dos estudantes constataram que a entrada para o curso de Educação Física aumentou essas possibilidades. Isso se deu pois conheceram outras práticas corporais como novas possibilidades de realização de lazer, o que pode ser derivado das disciplinas contidas no curso, dos projetos de extensão, dos projetos de pesquisas e de todo o arcabouço de informações contidas na universidade.

Além disso, alguns dos alunos corroboram informando que a ampliação das opções de realização de lazer ocorreu, pois, o repertório de atividades sociais e culturais que eles reconheciam como lazer foram ampliadas. São conhecimentos que se desenvolveram devido à inserção desses estudantes no mundo da pesquisa dentro da universidade, fazendo com que eles conheçam novos significados e

sentidos para o termo lazer, ao qual anteriormente só havia uma visão de senso comum para tal.

Por fim, como já abordado, a entrada para a graduação, proporciona aos alunos além de uma ampliação de conhecimentos, trocas com público diversificado e com olhares distintos para diversos assuntos o que acaba resultando nessa ampliação das fruições de lazer também.

Figura 11 Por que você acredita que houve ampliação da realização de Lazer?



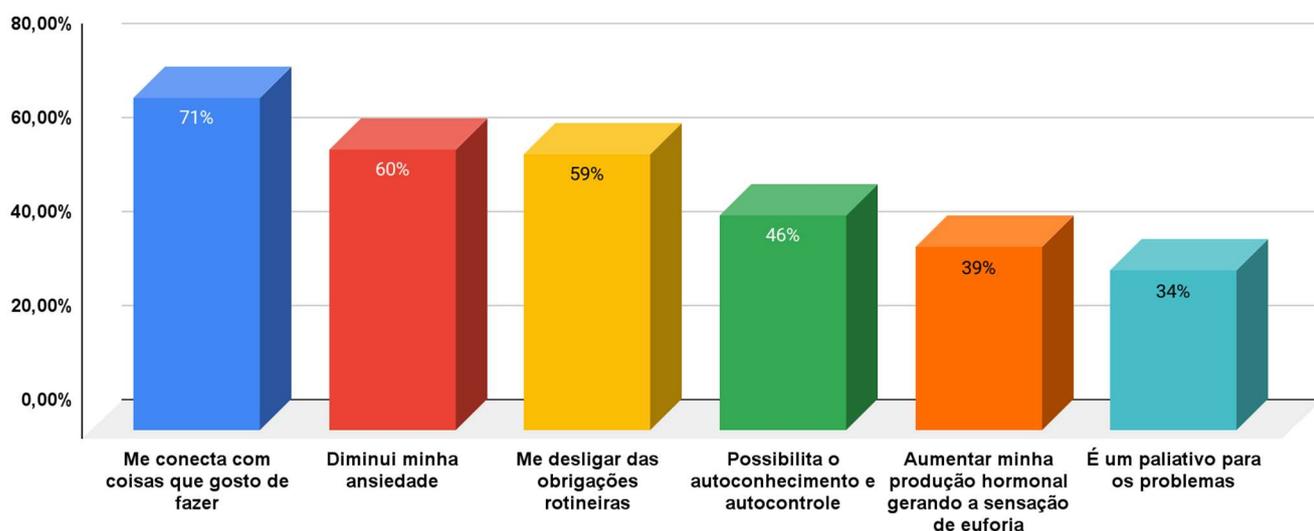
SAÚDE MENTAL EM FOCO

O cenário da pandemia, foi o causador de diversos tipos de mudanças, além do distanciamento e isolamento social, a população foi acometida por diversos casos de solidão, depressão e ansiedade. Foi observado que com os estudantes de graduação em Educação Física na UFOP o cenário não foi diferente, pois 93,2% dos estudantes ratificam que durante a pandemia tiveram sua saúde mental afetada. A importância e a significância que o lazer tem na vida dos acadêmicos é reafirmada quando 97,9% desses estudantes afirmam que as práticas de lazer são vistas por eles como formas de prevenção para o adoecimento mental. Ademais, BARREIRA; TELLES; FILGUEIRAS, (2020); MALTA et al., 2020; MAYOR; SILVA;

LOPES, (2020); MARTINEZ et al., (2020), corroboram com esse dado encontrado comprovando que as atividades de lazer e o exercício físico vem contribuindo para diminuir os acometimentos dessas doenças.

Corroborando essa questão, boa parte dos estudantes afirmam que durante a pandemia e o isolamento social a prática e a busca por práticas de lazer ajudou a equilibrar a saúde mental dos mesmos. Isso ocorreu porque 23% deles dizem que essas práticas proporcionam a chance de conectar os indivíduos com as coisas que eles gostam de fazer. Outros 19,4% afirmam que isso ocorre por o lazer ser um contribuinte para a diminuição da ansiedade. Já 19,1% corroboram para o fato que com a permanência dentro de casa devido ao isolamento social, as atividades domésticas aumentaram, e esse público afirma que as práticas de lazer proporcionam momentos de diversão fora das atividades rotineiras, dado que corrobora com o entendimento, já citado anteriormente, dos acadêmicos do lazer como uma manifestação do tempo livre de trabalho ou de suas obrigações diárias.

Figura 12 Quais os motivos te fazem acreditar no lazer como uma forma de prevenção para o adoecimento mental



CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do impacto que a sociedade sofreu devido ao início da pandemia do Coronavírus, os estudantes de Educação Física da UFOP representam a realidade

que foi vivida por toda a sociedade brasileira, perpassando por interrupções dos objetivos acadêmicos na graduação e descontinuidade das práticas de lazer do cotidiano. Entretanto, esses jovens estudantes tiveram a oportunidade de ressignificar suas vidas durante esse período de isolamento e assim escrevendo uma nova realidade baseada na que se instaurou dentro da sociedade.

Devido a isso, fica evidente o quanto os estudantes aderiram ao uso das tecnologias no seu cotidiano, sendo essas responsáveis por oportunizar os mesmos a buscarem formas de continuar sua formação acadêmica. Houve maior autonomia dos estudantes na busca por conhecimentos ligados às áreas da formação. O estudo mostrou que houve busca ativa por conhecimento qualificado, através de cursos, palestras e workshops com profissionais experientes da área de Educação Física, todos em formato online. O estudo mostra que apesar da falta de motivação e da sobrecarga de tarefas, a maioria dos discentes participaram desta busca ativa por conhecimento especializado.

Apesar disso, não podemos deixar de ressaltar que os graduandos sofreram um impacto grande dessa repentina mudança na forma de viver e se relacionar com as pessoas, e esse fator, como mostrou a pesquisa, impactou diretamente na saúde mental dos mesmos provocando sentimentos de solidão, depressão e ansiedades. Mas para além disso, foi evidenciado o quanto as práticas de lazer ajudaram os estudantes a melhorarem suas relações com a vida e consigo mesmo.

Isso se deu com as práticas de lazer que puderam ser vivenciadas por eles durante esse período, podendo ressaltar as atividades físicas e os exercícios físicos como atividades que permanecem desde o início da pandemia como uma opção de prática corporal para os estudantes de Educação Física. Ademais, novas vivências foram experimentadas e passaram a fazer parte do cotidiano e da casa desses alunos, essas que podiam envolver a união da família, a produção em conjunto e principalmente as que propiciavam o equilíbrio entre a saúde física e a mental, ocasionando na melhoria do bem-estar e na qualidade de vida, mesmo durante esse período turbulento da pandemia.

O retorno à graduação presencial está cada vez mais próximo, as formas de levar a vida nos âmbitos da formação e das vivências de lazer criadas durante a

pandemia e apresentadas nesse artigo poderão permanecer, sofrer adaptações ou ressignificações. Por isso, novos estudos dentro dessa temática serão necessários para investigar como se dará o retorno ao presencial e como as práticas de lazer se moldarão nesse novo período. Realizamos o presente estudo com o objetivo de compreender as características das práticas pedagógicas inovadoras no ensino da EFE. Dessa forma, as experiências didáticas investigadas ou relatadas permitiram conhecer algumas dessas características.

FINANCIAMENTOS

O presente trabalho foi realizado com apoio da Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP) através da Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós Graduação (PROPP), a partir da bolsa de Iniciação Científica.

NOTAS

CONFLITOS DE INTERESSE

Os autores não têm conflitos de interesse, incluindo interesses financeiros específicos e relacionamentos e afiliações relevantes ao tema ou materiais discutidos no manuscrito.

AUTORIA E COAUTORIA

A autoria é responsável pelos conteúdos do texto.

Descrever a participação de cada autor, conforme modelo respondido na submissão (modelo ICMJE).

REFERÊNCIAS

ARRAIS, Tadeu; OLIVEIRA, Adriano; VIANA, Juheina; ALENCAR, Diego; SALGADO, Tathiana; NETO, Jorge; SOUZA, Maria. Celeiros da pobreza urbana: suplementação de renda e isolamento social em ambientes metropolitanos nos tempos pandêmicos. *Vigilância Sanitária em Debate: Sociedade, Ciência & Tecnologia*, v. 8, n. 3, p. 11-25, 2020.

BARDIN, Laurence. *Análise de conteúdo*. São Paulo: Edições 70, 2011.

BARREIRA, Cristiano; TELLES, Thabata; FILGUEIRAS, Alberto. Perspectivas em psicologia do esporte e saúde mental sob a pandemia de COVID-19. *Psicologia: Ciência & Profissão*, v. 40, p.1-14, 2020. DOI:<https://dx.doi.org/10.1590/1982-3703003243726>.

BARRETO, Margarida. *Turismo e Legado Cultural*. Campinas: Papirus, 2000

BRAGA, Iara; SANTOS, Andrêza. Concepções de lazer sob a perspectiva dos adultos. *Licere*. Belo Horizonte: v.22,n.4, 2019. Disponível em: <http://periodicos.ufmg.br/index.php/licere/article/view/16270>.

BRIDI, Maria; BOHLER, Fernanda; ZANONI, Alexandre; BRAUNERT, Mariana; BENARDO, Kelen; MAIA, Fernanda; FREIBERGER, Zélia; BEZERRA, Giovana. O trabalho remoto/home-office no contexto da pandemia COVID-19. *Remir Trabalho*. Curitiba, p.1-8, 24 jul. 2020.

CASTIONI, Remi; MELO, Adriana; NASCIMENTO, Paulo; RAMOS, Daniela. Universidades federais na pandemia da Covid-19: acesso discente à internet e ensino remoto emergencial. *Ensaio: avaliação e políticas públicas em Educação*, v. 29, p. 399-419, 2021.

COSTA, Etã; LEAL, Isabel. Um olhar sobre a saúde psicológica dos estudantes do ensino superior-avaliar para intervir. *Actas do 7º Congresso Nacional de Psicologia e Saúde*. Universidade do Porto. Porto, p. 213-216, 2008.

DECODE *O legado da quarentena para o consumo*. 2020. Disponível em: <http://angrad.org.br/app/uploads/2020/06/O-Legado-da-Quarentena-para-o-Consumo.pdf> Acesso em: 04/03/2022

DE SOUZA, Josiane; BASTOS, Thaisnara; OLIVEIRA, Maria. Perfil dos alunos universitários dos cursos de educação física e fisioterapia em relação à alimentação e a atividade física. *Revista Práxis*, v. 6, n. 11, 2014.

DENZIN, Norman, LINCOLN, Yvonna S. *O planejamento da pesquisa qualitativa: teorias e abordagens*. Porto Alegre. Artmed, 2006.

ELIZALDE, Rodrigo; GOMES, Christianne. Ocio y recreación en América Latina: conceptos, abordajes y posibilidades de resignificación. *Polis. Revista Latinoamericana*, n. 26, 2010.

FALCÃO, Denise; MARQUES, Yana; O Corpo Brincante Nas Práticas Sociais e de Lazer dos Jovens Ouro-Pretanos. *Revista Brasileira de Estudos do Lazer (RBEL)*. Belo Horizonte, v.9, n. 1, 2022.

FRITH, Simon. *The sociology of youth Lancashire*: Causeway Press, 1984.

GODOI, Marcos; KAWASHIMA, Larissa Beraldo; GOMES, Luciane; CANEVA, Christiane. O ensino remoto durante a pandemia de covid-19: desafios, aprendizagens e expectativas dos professores universitários de Educação Física. *Society and Development Research*, [S. l.], v. 9, n. 10, p. 1-19, 3 fev. 2020.

GOMES, Chistianne. L. Lazer: necessidade humana e dimensão da cultura. In: *Revista Brasileira de Estudos do Lazer*. Belo Horizonte, v. 1(1), 2014.

JÚNIOR, Severino Domingos da Silva; COSTA, Francisco José. Mensuração e escalas de verificação: uma análise comparativa das escalas de Likert e Phrase Completion. *PMKT-Revista Brasileira de Pesquisas de Marketing, Opinião e Mídia*, v. 15, n. 1-16, p. 61, 2014.

MALTA, Deborah; SZWARCOWALD, Célia; BARROS, Marilisa; GOMES, Crizian; MACHADO, Ísis; JÚNIOR, Paulo; ROMERO, Dalia; LIMA, Margareth; DAMACENA, Giseli; PINA, Maria; FREITAS, Maria; WERNECK, André; SILVA, Danilo; AZEVEDO, Luiz; GRACIE, Renata. A pandemia da COVID-19 e as mudanças no estilo de vida dos brasileiros adultos: um estudo transversal, 2020. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, v. 29, 2020.

MARTINEZ, Edson; SILVA, Fabrícia; MORIGI, Thais; ZUCOLOTO, Miriane; SILVA, Thaise; JOAQUIM, Anderson; DALL'AGNOL, Gabriela; GALDINO, Guilherme; MARTINEZ, Maisa; MARTINEZ, Maisa; SILVA, Wanderson. Physical activity in periods of social distancing due to COVID-19: a cross-sectional survey. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 25, p. 4157-4168, 2020.

MAYOR, Sarah T. S.; DE SOUSA SILVA, Marcília; LOPES, Carolina G. Perspectivas sobre o Lazer das Mulheres com a Pandemia do Novo Coronavírus: Reflexões a partir dos Dados da Pesquisa "O Lazer no Brasil-Representações e Concretizações das Vivências Cotidianas". *LICERE - Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer*, v. 23, n. 3, p. 163-189, 2020.

MONTENEGRO, Gustavo; QUEIROZ, Bruno; DIAS, Mairna. Lazer em tempos de distanciamento social: impactos da pandemia de covid-19 nas atividades de lazer de universitários na cidade de Macapá (AP). *LICERE-Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer*, v. 23, n. 3, p. 1-26, 2020.

MORALES, Victor; LOPEZ, Yanelixa A. F. Impactos da pandemia na vida acadêmica dos estudantes universitários. *Revista Angolana de Extensão Universitária*, v. 2, n. 2, p. 53-67, 2020.

NASCIMENTO, Francisleile; PACHECO, Alberto. Sistema de saúde pública no Brasil e a pandemia do novo coronavírus. *Boletim de Conjuntura (BOCA)*, v. 2, n. 5, p. 63-72, 2020.

PEREIRA, Omar C. N.; DE FREITAS, Laura V. Dioniso e a festa universitária: Entrevistas com estudantes da USP. *Psicologia Argumento*, v. 31, n. 75, 2013.

RIBEIRO, Olívia; SANTANA, Gustavo; TENGAN, Ellen; SILVA, Lucas; NICOLAS, Elias. Os impactos da pandemia da covid-19 no lazer de adultos e idosos. *LICERE-Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer*, v. 23, n. 3, p. 391-428, 2020.

REIS, Monaliza Barroso dos. Projeto Yoga na UFC: Os benefícios percebidos na saúde de adultos durante a pandemia. 2021. 57 f., Fortaleza, 2021.

RODRIGUES, Ricardo Fabrício. Sobre a virtualização do lazer. In: Congresso Português de Sociologia. 7, 2012. Porto. Universidade do Porto – Faculdade de Letras – Faculdade de Psicologia da Educação, 2012. p. 1-21. In: *Anais Do Congresso Brasileiro De Ciências Do Esporte*. 17, 2011, Porto Alegre: UFRGS, 2011. p.1-12.

SILVA, Rosemary Francisca Neves. Educação e Juventude em Tempo de Pandemia. *Revista Fragmentos de Cultura-Revista Interdisciplinar de Ciências Humanas*, v. 30, n. 2, p. 175-177, 2021.

SCHWARTZ, Gisele Maria; MOREIRA, Jaqueline Costa Castilho. O ambiente virtual e o lazer. In: MARCELLINO, Nelson Carvalho (Org) *Lazer e cultura*. Campinas: Editora Alínea, 2007, p. 149-170.

YIN, Robert K. *Case Study Research: design and methods*. Newbury Park, CA, Sage Publications, 1989.

ZAN, Dirce; KRAWCZYK, Nora. Educação e Juventude sob Fortes Ameaças. *Boletim da Anped*, v. 2, 2020.

Artigo submetido ao sistema de similaridade Turnitin®.

A revista **Conexões** utiliza a [Licença Internacional Creative Commons Atribuição 4.0](#), preservando assim, a integridade dos artigos em ambiente de acesso aberto.

A Revista Conexões é integrante do Portal de Periódicos Eletrônicos da Unicamp e associado/membro das seguintes instituições:



ANEXO 1 – NORMAS DA REVISTA CONEXÕES

Diretrizes para Autores

A *Conexões* tem como missão divulgar a produção científica em Educação Física e áreas correlatas, objetivando contribuir com a discussão e o desenvolvimento do conhecimento na área. A revista aceita submissão de textos produzidos por profissionais e pesquisadores de todas as áreas envolvidas com as temáticas da atividade física, das práticas corporais e do esporte.

Compõe-se das seguintes seções:

- Artigos Originais
- Artigos de Revisão
- Relatos de Experiência
- Entrevistas

ESTRUTURA DOS TRABALHOS

- Artigos Originais ou de Revisão, limite máximo de 7000 palavras;
- Relatos de Experiência, limite máximo de 6000 palavras;
- Entrevistas, limite máximo de 4000 palavras.

Os artigos deverão ser redigidos de acordo com as Diretrizes abaixo. Para a formatação, **utilize o [TEMPLATE](#) disponibilizado pela revista.**

FORMA DE SUBMISSÃO E METADADOS

Para dúvidas de como submeter seu artigo, **[clique aqui!](#)**

- Os artigos deverão ser **submetidos online** pelo(s) próprio(s) autor(es) via Portal de periódicos. Para maiores informações sobre como submeter um artigo, consulte o **Tutorial aqui**;
- A submissão envolve a inclusão correta dos Metadados e **CHECKLIST DE SUBMISSÃO**, sendo **obrigatória** a inclusão de nome completo - **de todos os autores** - por extenso, **email**, **iD Orcid**, **Currículo Lattes**, **Afiliação principal por extenso** (nota: as unidades hierárquicas devem ser apresentadas em

ordem decrescente, por exemplo, universidade, faculdade ou instituto e departamento) e Endereço de Correspondência do autor correspondente.

- O **resumo da biografia** deve ter no máximo 4 linhas e ser objetivo, constando a formação acadêmica de origem (a última ou mais relevante) e outras afiliações, programas e projetos em andamento (se relevante). Os nomes das instituições e programas deverão ser apresentados preferencialmente por extenso.
- A ordem da autoria do texto será **rigorosamente** a mesma da inserção dos nomes dos autores no **Checklist** na seção "CONTRIBUIÇÃO DE CADA AUTOR PARA O ARTIGO". **Em nenhuma hipótese será permitido acrescentar ou retirar nome de coautor depois que o texto for encaminhado para avaliação.**
- **Nos metadados**, as informações de título do artigo, resumos (português, inglês e espanhol) e palavras chaves (português, inglês e espanhol) devem ser idênticas às do arquivo. Detalhes de formatação estão disponíveis no tópico **Preparação do artigo**.

CADASTRO NO ORCID

- Como forma de padronização de autoria, o Comitê da *Conexão* tornou obrigatória a inclusão do iD do ORCID no ato da submissão. Após a primeira análise, antes de encaminharmos para avaliação, os artigos que não tiverem no sistema o ORCID informado, serão notificados para a inclusão do registro do identificador.
- O identificador ORCID pode ser obtido gratuitamente no endereço: <https://orcid.org/register>.
- O(s) autor(es) deve(m) aceitar os padrões para apresentação de iD ORCID, e incluir a URL completa, acompanhada da expressão "http://orcid.org/", no seu cadastro, logo após o e-mail (por exemplo: <http://orcid.org/0000-0002-1825-0097>). Para uso do ORCID iD é obrigatória a validação do mesmo após o cadastro. [Veja aqui o tutorial para cadastro.](#)

COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA

- A realização de experimentos envolvendo seres humanos deve seguir a resolução específica do Conselho Nacional de Saúde (nº 196/96) disponível em: <http://www.conselho.saude.gov.br>, incluindo a assinatura de um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e a proteção da privacidade dos voluntários.
- A realização de experimentos envolvendo animais deve seguir a resoluções específicas (Lei nº 6.638/79 e Decreto nº 24.645/34).
- Em ambos os casos, **é obrigatório indicação no texto** de que o estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (citando o número do parecer ou protocolo de aprovação em Métodos) ou anexar documento suplementar no ato da submissão.

- Trabalhos que tenham apenas o TERMO DE CONSENTIMENTO não serão aceitos pela revista.

DESCRIÇÃO DOS MÉTODOS E ENSAIOS CLÍNICOS

- A Conexões sugere a adoção de checklists para descrição de métodos como EQUATOR, CONSORT, PRISMA e STROBE, com links no template da revista.
- A Conexões apoia a política de registro de ensaios clínicos do *International Committee of Medical Journal Editors (ICMJE)* e rede *Equator*. Sendo assim, os artigos de pesquisas clínicas que tenham recebido um número de identificação, deverão mencionar o número de identificação no texto, bem como deverão fornecer as informações, de acordo com a seção dos mesmos:
- [Ensaio Clínico randomizado – CONSORT \(checklist e fluxograma\)](#)
- [Revisões sistemáticas e metanálises – PRISMA \(checklist e fluxograma\)](#)
- [Estudos Observacionais em Epidemiologia – STROBE \(checklist\)](#)
- [Equator Network \(diretrizes para vários tipos de pesquisa\)](#)

Para mais detalhes, consulte a seção de Metodologia em **Preparação dos artigos** descrita abaixo (após a seção Apoio financeiro).

INTEGRIDADE E PREVENÇÃO DE PLÁGIO

Como parte das ações de valorização da integridade acadêmica e prevenção do plágio nas publicações credenciadas no Portal, a *Conexões*, adota o serviço de identificação de similaridade de textos utilizando como base, a plataforma [Turnitin](#) implantada na Universidade desde novembro de 2016. **TODAS AS SUBMISSÕES SERÃO ANALISADAS INDEPENDENTE DA SEÇÃO A QUAL O ARTIGO FOR DESTINADO.**

Autoplágio. Documentos de autoria própria publicados anteriormente, bem como suas adaptações, devem ser citados e referenciados devidamente.

DECLARAÇÃO DE DIREITOS AUTORAIS

- Os Direitos Autorais para artigos publicados nesta revista são de exclusividade da revista. Em virtude de aparecerem nesta revista de acesso público, os artigos são de uso gratuito, com atribuições próprias, em aplicações educacionais e não comerciais. Sendo utilizados dados ou o artigo completo para outros fins, o autor deverá solicitar por escrito autorização ao editor para tais fins. [Os artigos são cancelados pela Licença de Usos do Creative Commons.](#)

LIMITES DE PUBLICAÇÃO E DE AVALIAÇÃO POR AUTOR(A)

- **Limites de submissão.** A *Conexões* publicará, no máximo, **dois trabalhos da mesma autoria ou co-autoria por ano**. Portanto, antes de iniciar o processo de submissão é importante que o responsável pela submissão confira com os demais autores envolvidos a situação de cada um deles. A(s) submissão(ões) que ultrapassar(em) será(ão) arquivada(s) sem apreciação de mérito.
- **Dupla submissão.** Não serão permitidos artigos tenham sido publicados ou não estejam em processo de avaliação para publicação em outro periódico, seja na sua versão integral ou em parte. A *Conexões* não considerará para publicação artigos cujos dados tenham sido disponibilizados na Internet para acesso público. Se houver, no artigo submetido, algum material em figuras ou tabelas já publicados em outro local, a submissão do artigo deverá ser acompanhada de cópia do material original e da permissão por escrito para reprodução do material.
- **Autoria “da casa”.** A *Conexões* seguirá as orientações da política editorial de indexadores internacionais e nacionais quanto à publicação de artigos submetidos por autores vinculados à FEF-Unicamp. Os membros do Comitê Editorial não podem ser autores ou coautores de artigos. A publicação de artigos dos quais professores e/ou estudantes desta instituição-sede sejam autores ou coautores **será limitada até 20% por volume**. Os artigos serão designados ao Editor Chefe que se responsabilizará pela condução da avaliação em sistema duplo-cego.

APOIO FINANCEIRO

- É obrigatório informar no artigo, sob a forma de **Financiamentos** antes das Notas, e **nos Metadados no campo Agências de fomento** informações de qualquer auxílio financeiro recebido para a elaboração do trabalho, mencionando a(s) agência(s) de fomento e o(s) número(s) do(s) processo(s).
- Estudos que foram integral ou parcialmente financiados pela CAPES, deverão, obrigatoriamente, fazer referência ao apoio recebido, e ser usadas as seguintes expressões, no idioma do trabalho: "O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES) - Código de Financiamento 001."

PREPARAÇÃO DO ARTIGO

Os artigos deverão ser redigidos de acordo com as instruções abaixo. Os **artigos que não atenderem a essa estrutura serão devolvidos** aos autores, sem avaliação de mérito.

- O texto deverá ser redigido em fonte Verdana, 11 pontos, com recuos de parágrafo de 1,1 cm, espaço entre linhas 1,15 e justificado. **Utilize o [TEMPLATE](#) disponibilizado pela revista.**

- **Título.** Deve ser objetivo e informativo em português, inglês e espanhol. Deve ser idêntico ao título mencionado nos metadados e grafado em letras minúsculas, sendo a primeira letra da palavra inicial em maiúscula, com exceção de nomes próprios e siglas. Se houver subtítulo, este deve ser grafado também em letras minúsculas. Recomenda-se não usar abreviações no título e limitar a sua utilização no resumo e ao longo do texto. IMPORTANTE: nenhuma chamada de nota de rodapé deve ser associada ao título no arquivo.
- **Resumo estruturado.** Deve ser informativo e em português, inglês e espanhol, com até 250 palavras cada. Deve ser idêntico ao resumo mencionado nos metadados, em letras minúsculas, sendo a primeira letra da palavra inicial em maiúscula, com exceção de nomes próprios e siglas. O resumo não deve conter citação ou referência. **A versão estruturada é obrigatória** e inclui: Introdução e/ou Objetivos, Metodologia, Resultados e discussão, e Conclusões e/ou Considerações Finais. Utilize o exemplo descrito no [Template](#) como base.
- **Palavras-chave (Keywords, Palabras Clave).** São constituídas por no mínimo três (3) e no máximo, seis (6) termos que identifiquem o assunto do artigo em português, inglês e espanhol, **separados por ponto final** no texto e pela tecla *Enter* nos metadados. Apenas a inicial de cada palavra chave deve ser grafada em letra maiúscula, exceto nomes próprios e siglas. Utilizar itálico somente para palavras estrangeiras (que não haja tradução). Preferencialmente, utilizar os [Descritores em Ciências da Saúde \(DeCS-Bireme\)](#), Base de Dados [Sport Discus](#), Autoridades da [Base Acervus](#).
- O texto deve respeitar o número de palavras da seção correspondente, bem como as normas da Revista (Tabela, padrões, limites de texto, contidas nessas diretrizes).
- **Introdução e/ou Objetivos** deve conter: (1) justificativa objetiva para o estudo, com referências pertinentes ao assunto, sem realizar uma revisão extensa; (2) objetivo do artigo.
- **Metodologia:** Esta seção deve descrever os experimentos (quantitativa e qualitativamente) e os procedimentos em detalhes suficientes que permitam que outros pesquisadores reproduzam os resultados ou deem continuidade ao estudo e deverá conter: (1) a descrição clara da amostra utilizada; (2) termo de consentimento livre e esclarecido, para estudos experimentais envolvendo seres humanos ou animais; (3) identificação dos métodos, equipamentos (nome do fabricante e endereço, cidade e país devem ser mencionados entre parênteses) e procedimentos utilizados; (4) descrição breve e referências de métodos publicados, mas não amplamente conhecidos; (5) descrição detalhada de métodos novos ou modificados; (6) quando pertinente, incluir a análise estatística e os programas utilizados. Descrever os critérios para seleção dos pacientes ou grupo experimental, inclusive dos controles. Se a metodologia aplicada já tiver sido empregada anteriormente, dê as referências, além da descrição resumida do método. Descreva também os métodos estatísticos empregados e as comparações para as quais cada teste foi empregado.

Utilize as ferramentas listadas abaixo, de acordo com o tipo de pesquisa realizada:

- [Ensaio Clínico randomizado – CONSORT \(checklist e fluxograma\)](#)
- [Revisões sistemáticas e metanálises – PRISMA \(checklist e fluxograma\)](#)
- [Estudos Observacionais em Epidemiologia – STROBE \(checklist\)](#)

- [Equator Network \(diretrizes para vários tipos de pesquisa\)](#)

Ao relatar experimentos com seres humanos ou animais, indicar se os procedimentos seguiram as normas do Comitê Ético sobre Experiências Humanas da Instituição na qual a pesquisa foi realizada, e se os procedimentos estão de acordo com a declaração de Helsinki de 1995 e a Animal Experimentation Ethics, respectivamente. Os autores devem incluir uma declaração indicando que o protocolo foi aprovado pelo Comitê de Ética da Instituição (instituição de afiliação de pelo menos um dos autores), com o respectivo número de identificação. Também deve incluir que o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido foi assinado por todos os participantes.

Trabalhos que tenham apenas o TERMO DE CONSENTIMENTO não serão aceitos pela revista.

- **Resultados e Discussão:** apresentar os resultados em sequência lógica no texto, usando tabelas e figuras. Evitar repetição excessiva de dados no texto, em tabelas ou figuras, porém, enfatizar somente as descobertas mais importantes. Na Discussão, enfatizar os aspectos originais e importantes do estudo e as conclusões que decorrem deste, evitando, porém, repetir dados já apresentados em outras partes do artigo. Em estudos experimentais, ressaltar a relevância e limitações dos resultados, confrontando com os dados da literatura e incluindo implicações para estudos futuros.
- **Conclusões e/ou Considerações Finais:** a conclusão deve ser clara e concisa, baseada nos resultados obtidos, estabelecendo ligação com implicações clínicas evitando, porém, excessiva generalização. A mesma ênfase deve ser dada a estudos com resultados negativos ou positivos. Recomendações podem ser incluídas, quando relevantes.
- **Agradecimentos:** quando pertinente, incluir agradecimento ou reconhecimento a pessoas que tenham contribuído para o desenvolvimento do trabalho, porém não se qualificam como coautores.
- **Financiamento:** Fontes de financiamento como auxílio a pesquisa e bolsas de estudo devem ser reconhecidos nesta seção. Os autores deverão obter permissão por escrito para mencionar nomes e instituições de todos os que receberam agradecimentos nominais.
- **Referências:** apenas documentos citados no texto devem ser referenciados. A lista de Referências deve ser ordenada alfabeticamente por autoria e, em caso de duplicidade de autores, ordenados alfabeticamente por título. Devem ser padronizados por **Sobrenome (em letras maiúsculas), nome por extenso.** Fontes originais e adaptações em figuras, tabelas, quadros ou outras ilustrações devem ser referenciadas. Não é necessário indicar **Autoria própria, exceto se a ilustração foi publicada em trabalho anterior a fim de evitar o autoplágio. Neste caso, indicar a referência no texto e na Lista de Referências.**
- **Formato dos arquivos:** usar editor de texto (Microsoft Word ou equivalente). As tabelas e quadros deverão estar em seus arquivos originais (Excel, Acess, Powerpoint, etc.). As figuras deverão estar nos formatos jpg, png ou tif em alta resolução (300 dpis). As figuras deverão estar incluídas no arquivo Word, mas também devem ser enviadas separadamente (anexadas durante a submissão do artigo como documento suplementar em seus arquivos originais).

Ilustrações

- Ilustrações (fotografias, desenhos, gráficos, etc.) devem ser numeradas consecutivamente em algarismos arábicos e citadas como figura abaixo das mesmas com fonte Verdana 10 pontos. Exemplo: Figura 1 – Título da figura.
- As fotografias devem ser acompanhadas de legenda abaixo das mesmas. As ilustrações devem permitir uma perfeita reprodução, inclusive dos dísticos.
- No caso de cópia ou adaptação indicar a fonte. **Não é necessário indicar Autoria própria**, exceto se a ilustração foi publicada em trabalho anterior a fim de evitar o autoplágio. **Neste caso, indicar a referência no texto e na Lista de Referências.** Todas as imagens devem ser fornecidas em arquivos individuais separados do texto, em resolução mínima de 300 dpi. (Exemplo: nessa resolução uma foto 10x15 cm gera um arquivo de aproximadamente 2Mb).

Tabelas e Quadros

- Devem ser numeradas consecutivamente com algarismos arábicos e encabeçadas por seu título (centralizado) em fonte Verdana 11 pontos. Exemplos: Tabela 1 – Xxxxxx / Quadro 1 - Xxxxxxx
- As tabelas devem ser abertas nas laterais e não possuir divisão de linhas e colunas em seu interior.
- Os quadros são fechados, com divisões aparentes.
- No caso de cópia ou adaptação indicar a fonte. Não é necessário indicar Autoria própria, exceto se a/o tabela/quadro foi publicada em trabalho anterior a fim de evitar o autoplágio. **Neste caso, indicar a referência no texto e na Lista de Referências.**

Citações (trechos de documentos citados no texto conforme a NBR 10520).

- As citações serão indicadas pelo sistema: (SOBRENOME, data).
- As citações cujo texto tenha menos de 3 linhas deverão ser apresentadas dentro do parágrafo e colocadas entre aspas.
- As citações com mais de 3 linhas de extensão deverão ter parágrafo próprio, com recuo de 4 cm e fonte Verdana 10 pontos, e espaço entre linhas simples.

Referências (documentos citados no texto conforme a ABNT NBR 6023:2018)

- A lista de referências deve ser ordenada alfabeticamente.
- Deverá estar alinhada à margem esquerda e colocada ao final do artigo, citando as fontes utilizadas. As referências não são justificadas e são separadas entre si por um espaço de enter.

- O nome dos **autores** deve estar **por extenso** e separados entre si com ponto e vírgula na lista de Referências.
- Referências com mais de 3 autores devem ser citados no texto apenas o primeiro e *et al.* Na lista de referência, **todos os autores devem aparecer por extenso**.
- O nome das revistas deve estar **por extenso e em itálico**.
- Para documentos online, além dos elementos essenciais, **deve-se registrar o endereço eletrônico**, precedido da expressão: “Disponível em:” e a data de acesso, precedida da expressão “Acesso em:” conforme NBR 6023.
- **Todos os links mencionados devem estar atualizados e ativos.**