

RELATO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA SOBRE ATIVIDADE FÍSICA, LAZER E COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO DURANTE A PANDEMIA DO COVID-19¹

Tatiana Andrade do Monte Medeiros,

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte (IFRN)

Beatriz Pinto da Costa,

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte (IFRN)

Lourdes Rayla Nascimento Andrade,

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte (IFRN)

Alessandra Araújo de Sousa,

Universidade Federal do Tocantins (UFT)

Aniele Fernanda Silva de Assis Moraes,

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte (IFRN)

Sanderson Soares da Silva,

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte (IFRN)

RESUMO

PALAVRAS-CHAVE: Pandemia, Atividade Motora, Lazer.

INTRODUÇÃO

A iniciação científica (IC) é um processo que contempla o desbravamento de algum tema para o desenvolvimento do saber e experiências na pesquisa em equipe (BETTOI, 1995; MORAES, 2000). Ainda, segundo os autores, é diferencial nas seleções para a pós-graduação e no direcionamento profissional fora da instituição de ensino superior.

Inserido no Curso Superior em Tecnologia de Gestão Desportiva e de Lazer, o Grupo de Pesquisa em Lazer, Esporte e Sociedade (GPLES) é vinculado ao Instituto Federal do Rio Grande do Norte, Cidade Alta (IFRN-CAL), com reflexões e pesquisas acerca das várias

¹ O presente trabalho não contou com apoio financeiro de nenhuma natureza para sua realização.

dimensões do Lazer e do Esporte. Para as participantes, a IC foi algo inédito, pois as mesmas não possuíam aproximação com este momento formativo, que oportuniza discussões, reflexões, leituras, trabalho em equipe, dentre outras atividades voltadas à formação humana e acadêmico-científica. Assim, através da inserção na linha de pesquisa intitulada “Qualidade de Vida, Lazer e Saúde”, foi dado o pontapé inicial para a esta formação complementar.

Neste sentido, por meio de um projeto interinstitucional, foram analisadas variáveis como: atividades físicas de lazer, comportamento sedentário, sono e percepção do estresse e possíveis alterações destas em função da pandemia do COVID-19. Sendo assim, o objetivo deste relato é descrever a experiência das autoras na IC nesta linha de pesquisa.

O PROJETO DE PESQUISA

O projeto guarda-chuva, intitulado Atividade Física, Lazer, Comportamento Sedentário e Marcadores Psicofisiológicos durante e após a Pandemia do COVID-19, foi desenvolvido no período de abril a novembro de 2020, caracterizado como estudo observacional, de amostra composta por homens e mulheres entre 16 e 55 anos de idade, residentes em todo território nacional, que mantiveram o isolamento social por pelo menos 15 dias. O estudo contou com apoio financeiro através de bolsa de IC do IFRN (Edital 04/2020 PROPI/RE/IFRN), equipe composta por 3 professores, coordenadores vinculados ao IFRN-CAL e Universidade Federal do Tocantins, Tocantinópolis (UFT), e 3 acadêmicas, sendo uma bolsista e duas voluntárias.

RELATO DE EXPERIÊNCIA

O principal desafio encontrado pelas participantes foi conciliação das atividades da pesquisa e atividades acadêmicas, as quais, em função da pandemia, foram realizadas virtualmente. O cenário remoto não possibilita uma recorrente aproximação com os docentes, pois há um impedimento de encontros presenciais nos espaços físicos da instituição, devido ao período de quarentena.

Entretanto, através da autonomia e proatividade das voluntárias, possibilitada pela dimensão humana das(os) professoras(es) coordenadoras(es), conseguimos desenvolver momentos de reflexão e imersão nas ideias abordadas na área de pesquisa, nos eixos temáticos e outras fundamentações teóricas. Exercícios como a leitura, planejamento do

projeto, pesquisas em bases de dados e discussões sobre as temáticas que envolveram a atividade física, o lazer, o comportamento sedentário e a saúde foram considerados ao longo do processo de construção do referido projeto.

O pensamento crítico, democrático e sugestivo também foi contemplado, mas não em todos os dias da construção, já que o período de exceção causado pela pandemia trouxe incertezas e exaustividades, momentos de estresse e ansiedades, diminuindo o foco e o empenho que a IC exige.

Ao longo do processo, dúvidas sobre aspectos metodológicos, coleta de dados, escrita científica, desenvolvimento de projetos, dentro outras, foram tratadas de diferentes formas. Numa delas, foram construídas oficinas que tematizaram, por exemplo, a estruturação do projeto de pesquisa. Em outro momento, foi possibilitada uma formação sobre métodos qualitativos, aberta ao público em geral, oferecida por dois dos coordenadores. Além disso, atividades como revisões de escrita e organização de dados em planilhas, além das demais discussões planejadas, fazem parte dos primeiros contatos das discentes com a pesquisa.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Apesar do momento de exceção que vivemos, a possibilidade de iniciar a IC neste período traz um momento ímpar para as discentes, assim como os docentes. Novas metodologias, novas formas de relação professor-aluno, pesquisador-voluntário, possibilita novos olhares, não apenas técnico, mas também humano, na formação através da pesquisa.

REFERÊNCIAS

BETTOI, S. M. **O pesquisar na graduação, a palavra do aluno na psicologia sobre as condições presentes na sua vida acadêmica.** Dissertação de mestrado, PUC-SP, 1995.

MORAES, FLAVIO F. DE. A iniciação científica: muitas vantagens e poucos riscos. **Perspec.**, São Paulo, 14 Mar 2000.

Disponível: <https://www.scielo.br/j/spp/a/jPHKPG8MJtsHnyqF4PfMLDC/?lang=pt> . Acesso em 24 Maio. 2021.