

EDITAL 02/2026
PROCESSO SELETIVO MESTRADO

Área 2: Estudos Biodinâmicos da Educação Física, Esporte e Saúde

Número sorteado: _____

Observações: Não identifique a prova e nenhuma folha de resposta ou de rascunho com o seu nome. A prova e a folha de respostas devem ser identificadas apenas com o número sorteado: registre-o no campo especificado acima e no canto superior direito de todas as folhas de resposta. As respostas devem ser feitas à caneta.

QUESTÃO 1: As recomendações da Organização Mundial da Saúde (OMS) para atividade física (2020) e a Position Stand do American College of Sports Medicine (ACSM, 2026) destacam o papel complementar da atividade física aeróbia, da redução do comportamento sedentário e do treinamento de força para a promoção da saúde. Considerando essas recomendações, discuta de forma crítica:

- a) A relação entre atividade física, comportamento sedentário e exercício na promoção da saúde ao longo da vida;
- b) Os mecanismos fisiológicos que justificam os benefícios do treinamento de força para indivíduos adultos e idosos;
- c) Como as evidências científicas apresentadas nas referências podem subsidiar a prescrição do exercício físico na prática profissional.

QUESTÃO 2: Um grupo de pesquisadores pretende desenvolver um estudo para investigar os efeitos de um programa de treinamento sobre o desempenho esportivo. Durante a elaboração do projeto, um dos pesquisadores sugere excluir da análise os participantes que apresentarem resultados desfavoráveis ao final da intervenção, justificando que isso "melhoraria" os resultados do estudo. Com base na Portaria CNPq nº 2.664/2026 sobre Integridade na Atividade Científica, responda:

- a) Quais princípios da integridade científica estariam comprometidos nessa situação;
- b) Quais seriam as possíveis consequências científicas e éticas dessa conduta;
- c) De que maneira o rigor metodológico e a ética em pesquisa contribuem para a produção de evidências confiáveis na área da Educação Física.

CHAVE DE RESPOSTAS

QUESTÃO 01

a) Atividade física, sedentarismo e exercício — 3,0 pontos

0,75 — diferenciação conceitual entre atividade física, exercício e comportamento sedentário;

0,75 — compreensão da relação complementar entre os comportamentos;

0,75 — discussão da perspectiva do curso da vida, com destaque para adultos e idosos;

0,75 — análise crítica das recomendações da OMS e reconhecimento de que “qualquer atividade é melhor que nenhuma” e que o comportamento sedentário continua relevante.

b) Mecanismos fisiológicos — 3,0 pontos

0,50 — adaptações neurais e aumento da força;

0,50 — hipertrofia e adaptações musculares;

0,50 — potência e velocidade de contração;

0,50 — metabolismo da glicose/sensibilidade à insulina;

0,50 — remodelação óssea;

0,50 — relação com capacidade funcional, autonomia e prevenção de quedas.

c) Evidência → prescrição — 3,0 pontos

0,75 — utilização crítica das evidências científicas;

0,75 — individualização e progressão da prescrição;

0,75 — relação entre objetivo e manipulação das variáveis do treinamento;

0,75 — integração entre eficácia, segurança, contexto e adesão.

1,0 Qualidade da escrita — critério transversal

QUESTÃO 02

a) Princípios da integridade científica — 3,0 pontos

- 0,60 — honestidade intelectual e imparcialidade;
- 0,60 — integridade, veracidade e transparência dos dados;
- 0,60 — responsabilidade científica e comunicação fidedigna dos resultados;
- 0,60 — reconhecimento da possível caracterização como falsificação/manipulação de dados;
- 0,60 — compreensão da importância da reprodutibilidade e da distinção entre exclusão metodologicamente justificada e exclusão orientada pelo resultado.

b) Consequências científicas e éticas — 3,0 pontos

- 0,60 — introdução de viés e comprometimento da validade interna;
- 0,60 — superestimação ou distorção do efeito da intervenção;
- 0,60 — redução da validade externa e da aplicabilidade dos resultados;
- 0,60 — perda de credibilidade científica, institucional e social;
- 0,60 — reconhecimento de possíveis consequências administrativas/éticas previstas pela política de integridade.

c) Rigor metodológico e ética na produção de evidências — 3,0 pontos

- 0,60 — planejamento e definição prévia do protocolo;
- 0,60 — critérios de inclusão/exclusão e plano analítico previamente definidos;
- 0,60 — gestão, conservação e transparência dos dados;
- 0,60 — análise e relato dos resultados, inclusive resultados nulos ou contrários à hipótese;
- 0,60 — conexão entre evidência confiável e tomada de decisão na prática profissional da Educação Física.

1,0 Qualidade da escrita — critério transversal