

ARTIGO ORIGINAL

CONDUTAS DOS PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA ACERCA DE PROCEDIMENTOS EM PRIMEIROS SOCORROS NAS ACADEMIAS DE MONTES CLAROS E REGIÃO

CONDUCTS OF PHYSICAL EDUCATION PROFESSIONALS REGARDING FIRST
AID PROCEDURES IN ACADEMIES IN MONTES CLAROS AND THE REGION

CONDUCTAS DE LOS PROFESIONALES DE LA EDUCACIÓN FÍSICA ANTE LOS
PROCEDIMIENTOS DE PRIMEROS AUXILIOS EN ACADEMIAS DE MONTES
CLAROS Y LA REGIÓN

Tawan Lacerda Teixeira  

Universidade Estadual de Montes Claros, Januária (MG), Brasil
E-mail: tawanteixeira@gmail.com

André Demian dos Santos  

Universidade Estadual de Montes Claros, Januária (MG), Brasil
E-mail: andrdemians@hotmail.com

Carolina Reis Teixeira  

Universidade Estadual de Montes Claros, Januária (MG), Brasil
E-mail: carolinareist@gmail.com

Geraldo Magela Durães  

Universidade Estadual de Montes Claros, Januária (MG), Brasil
E-mail: geraldo.duraes@unimontes.br

Jose Roberto Lopes de Sales  

Universidade Estadual de Montes Claros, Januária (MG), Brasil
E-mail: betocanacao@yahoo.com.br

Marcel Guimaraes da Silveira  

Universidade Estadual de Montes Claros, Januária (MG), Brasil
E-mail: marcel.silveira3@gmail.com

Data de Submissão: 010/12/2023 - Data de Publicação: 23/04/2024

Como citar: TEIXEIRA, T. L.; *et al.* Condutas dos profissionais de educação física acerca de procedimentos em primeiros socorros nas academias de montes claros e região. **Revista Eletrônica Nacional de Educação Física - RENEF**, v. 15, n. 23, jun. 2024. <https://doi.org/10.46551/rn2024152300088>

RESUMO

O objetivo do estudo foi de conhecer as condutas de atendimentos em primeiros socorros dos profissionais de Educação Física Bacharelado que atuam nas academias de Montes Claros e região. Refere-se a um estudo descritivo, sendo realizada a pesquisa de campo com corte transversal e aplicação de questionários com itens qualiquantitativos. O instrumento foi disponibilizado via formulário do *Google Forms* com 28 questões abertas e fechadas. Participaram da pesquisa 40 profissionais de Educação Física Bacharelado que atuam nas academias de Montes Claros e região. O instrumento avaliou o nível de conhecimento sobre o tema abordado, se as disciplinas ofertadas no curso de formação foram suficientes para a aplicação na vida profissional e se eles estão atualizados quanto aos conhecimentos técnicos sobre os atendimentos em Primeiros

Socorros. Estes dados obtidos, trarão um maior conhecimento ao público que utiliza dos serviços destes profissionais e se eles podem se sentir tranquilos ao realizarem suas atividades físicas nos ambientes ou lugares onde os profissionais responsáveis estão a fornecer o devido suporte. Pode-se afirmar que os profissionais apresentam bom conhecimento teórico sobre procedimentos em primeiros socorros, e que na maioria das possíveis intervenções, estes profissionais saberiam intervir de maneira satisfatória facilitando os atendimentos dos socorristas capacitados.

Palavras-Chave: Primeiros Socorros. Educação Física. Academias de Ginástica.

ABSTRACT

The objective of the study was to understand the first aid procedures of Physical Education professionals with Bachelor's degrees who work in gyms in Montes Claros and the region. It refers to a descriptive study, with cross-sectional field research and questionnaires with qualitative and quantitative items. The instrument was made available via a Google Forms form with 28 open and closed questions. 40 Physical Education professionals who work in gyms in Montes Claros and region participated in the research. The instrument assessed the level of knowledge on the topic addressed, whether the subjects offered in the training course were sufficient for application in professional life and whether they are up-to-date in terms of technical knowledge about first-aid care. These data obtained will bring greater knowledge to the public that uses the services of these professionals and whether they can feel at ease when carrying out their physical activities in the environments or places where the responsible professionals are providing due support. It can be said that professionals have good theoretical knowledge about procedures in first aid, and that in most possible interventions, these professionals would know how to intervene satisfactorily, facilitating the assistance of trained rescuers.

Keywords: First Aid. Physical Educacion. Gymnastics Academies.

RESUMEN

El objetivo del estudio fue comprender los procedimientos de primeros auxilios de los profesionales de Educación Física con título de Licenciatura que actúan en gimnasios de Montes Claros y la región. Se trata de un estudio descriptivo, con investigación de campo transversal y cuestionarios con ítems cualitativos y cuantitativos. El instrumento estuvo disponible a través de un formulario de Google Forms con 28 preguntas abiertas y cerradas. Participaron de la investigación 40 profesionales de Licenciatura en Educación Física que actúan en gimnasios de Montes Claros y la región. El instrumento evaluó el nivel de conocimiento sobre el tema abordado, si las materias ofrecidas en el curso de capacitación fueron suficientes para su aplicación en la vida profesional y si están actualizados en conocimientos técnicos sobre atención de Primeros Auxilios. Estos datos obtenidos aportarán un mayor conocimiento al público que utiliza los servicios de estos profesionales y si pueden sentirse tranquilos al realizar sus actividades físicas en entornos o lugares donde los profesionales responsables les estén brindando el apoyo necesario. Se puede afirmar que los profesionales tienen buenos conocimientos teóricos sobre los procedimientos de primeros auxilios, y que en la mayoría de las posibles intervenciones, estos profesionales sabrían intervenir de manera satisfactoria, facilitando la atención de los socorristas capacitados.

Palabras clave: Primeros auxilios. Educación Física. Gimnasios.

INTRODUÇÃO

A busca constante pela promoção da saúde cresceu de maneira satisfatória no Brasil nos últimos anos. Para De Liz e Andrade (2016), o aumento da adesão à musculação se deve aos movimentos relacionados à sensação de bem-estar que a prática proporciona, busca pela melhoria da saúde e estética corporal, tão como a socialização que o ambiente da academia propicia. Segundo o relatório IHRSA

Global Report 2020, o Brasil tem aproximadamente 29.525 unidades de academias de musculação, sendo o segundo país que mais possui academias no mundo.

Segundo Hernandes (2000), atualmente a musculação tem ganhado grande repercussão como método de condicionamento físico, tanto para atletas como para quem almeja apenas uma manutenção da forma física. Ainda sobre a prática da musculação, Gobbi (1997) destaca que os exercícios resistidos com pesos podem oferecer inúmeros benefícios ao corpo, como o aumento da força, diminuição do peso e do percentual de gordura corporal, ganho de massa muscular, melhoria no condicionamento físico e no desempenho das suas atividades esportivas, além do aumento da resistência muscular.

As atividades físicas devem ser constantemente monitoradas por profissionais capacitados, a fim de evitar problemas futuros decorrentes da execução de exercícios de maneira incorreta, o que pode ocasionar lesões, luxações, entorses etc.

O Educador Físico, ou profissional de Educação Física, é o responsável por este acompanhamento técnico e individual durante a prática dos exercícios, podendo orientar e prevenir que acidentes ocorram com os usuários das academias. As lesões decorrentes do treinamento resistido são resultantes, em sua grande parte, devido ao uso excessivo de carga durante o treinamento, equipamentos mal projetados ou treinamento mal orientado (Murer, 2007).

Da mesma forma, os espaços onde são executados os exercícios físicos são suscetíveis para a ocorrência de lesões nos seus usuários, então os profissionais devem se atentar ao que será necessário para a intervenção caso alguma emergência aconteça.

Em cometimento de acidentes no espaço da academia, algumas atitudes devem ser tomadas pelos profissionais responsáveis nestas situações para a segurança e saúde do acidentado, enfatizando assim a importância dos conhecimentos em Primeiros Socorros (PS).

O Ministério da Saúde (2003) define PS como sendo os cuidados imediatos que devem ser prestados rapidamente a uma pessoa vítima de acidentes ou de mal súbito, cujo estado físico põe em perigo a sua vida, com o fim de manter as funções vitais, bem como evitar o agravamento de saúde da vítima, aplicando medidas e procedimentos até a chegada da assistência médica qualificada e essenciais.

Sadaniantz e Thompson (1990) calculam que ocorra uma morte súbita para cada 165.000 pessoas que fazem atividade física regular por ano, de forma que o risco relativo para morte súbita aumenta de fato durante o exercício, embora o risco absoluto permaneça muitíssimo baixo.

Como a incidência de acontecimentos é remota, mas existe, o profissional de Educação Física que esteja responsável por uma academia, ou fazendo o acompanhamento pessoal de um cliente, estaria capacitado com informações que possam ser importantes na hora de tomar decisões quanto ao atendimento primário de uma vítima em emergência? A presente pesquisa teve como objetivo principal investigar o conhecimento do Profissional de Educação Física sobre primeiros socorros nas academias de musculação na cidade de Montes Claros e região.

METODOLOGIA

Este é um estudo de cunho descritivo, pesquisa de campo com corte transversal e aplicação de questionários com itens quali-quantitativos. Nos estudos quantitativos, o pesquisador desenvolve seu trabalho partindo de um plano muito bem estruturado e preestabelecido, pensando nas possibilidades que o estudo poderá apresentar com variáveis claramente definidas. A partir das hipóteses é possível deduzir uma variedade de resultados, cuja coleta de dados permitirá a consolidação dos seus pensamentos. (Godoy, 1995; Dalfovo; Lana; Silveira, 2008).

A pesquisa buscou a coleta de dados mediante aplicação de um questionário misto com perguntas fechadas e abertas, composto por 28 questões aplicadas em formulário do *Google Forms*, adaptado a partir do instrumento criado por Sell (2010), que avaliou os acadêmicos em Educação Física da UFSC referindo-se a emergências. Foram criados requisitos que classificavam os profissionais quanto a sua adequação a pesquisa, sendo o quesito trabalhar em academia de musculação e ter diploma de graduação em Educação Física – Bacharelado.

Para a obtenção de participantes para a pesquisa, foram feitos contatos através de redes sociais, e-mails, contatos pessoais obtidos através de indicações ou convites individuais feitos pelos colaboradores desta pesquisa, visando a maior fidedignidade quanto a formação profissional comprovada dos participantes, sendo critério de exclusão/inclusão na pesquisa a graduação completa.

Após serem instruídos de como seria realizada a pesquisa, como pressuposto inicial, foram convidados a aceitação declarada de participação em pesquisa virtual – obrigatória para participação na pesquisa – que está localizada na primeira parte do formulário.

A pesquisa foi realizada utilizando amostragem por acessibilidade (conveniência), visando as dificuldades em que o momento nos impõem e preservando a segurança dos voluntários, além da própria segurança do pesquisador. Participaram da pesquisa 40 profissionais voluntários, maioria com idade entre 23 e 27 anos. Os entrevistados do sexo masculino correspondem a 70% da amostra (28 profissionais) e 30% do sexo feminino (12 profissionais).

Como o anonimato é um dos princípios desta pesquisa, portanto os dados foram analisados objetivando compreender se o nível de conhecimento regional é satisfatório ao resultado esperado.

O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) - da Universidade Estadual de Montes Claros - UNIMONTES - MG - Protocolo nº. 4.726.423.

RESULTADOS

Após obtidos os dados, foram feitas as análises dos questionamentos se foram respondidos de maneira satisfatória e/ correta de forma a identificar o conhecimento e nível de atualização perante os mais recentes estudos sobre as intervenções nos primeiros atendimentos que são muito importantes nos primeiros socorros.

Ao serem questionados se já tiveram algum tipo de treinamento de primeiros socorros, com exceção da disciplina da instituição onde cursou sua graduação, 25% afirmaram que apenas receberam treinamentos durante a formação acadêmica, com as disciplinas correspondentes na graduação. Os demais 75%, já tiveram algum tipo de treinamento após o término da graduação, se destacando os aperfeiçoamentos teórico-práticos em cursos com o Corpo de Bombeiros Militar de Minas Gerais.

Foi relatado em um caso específico, um minicurso de especialização em atendimento e intervenções em casos de epilepsia e desmaios. Tão logo, foram também solicitados a avaliarem a satisfação da carga horária da disciplina Primeiros Socorros para o curso de Educação Física onde se graduaram, sendo que 5%

afirmaram ser muito satisfatória, 57,5% satisfatória, 32,5% insatisfatória e 5% como uma carga horária muito insatisfatória.

Quando questionados sobre a importância de se realizar estes atendimentos no menor espaço de tempo, todos foram seguros em dizer que a vida deve ser preservada em primeiro lugar, enfatizando a necessidade de segurança no local de trabalho. Porém, apenas 47,5% dos pesquisados disseram estar preparados para prestar os primeiros atendimentos em situações decorrentes do exercício físico, alguns afirmando terem segurança em desmaios e em quedas de pressão arterial.

Entre os casos de maior insegurança, estão nas ocorrências mais complexas de paradas cardiorrespiratórias, devido a não saberem como proceder de maneira correta. Cerca de 22,5% dos entrevistados relataram não terem um aparato material para intervenções nos seus respectivos locais de trabalho, aliados a problemas durante a formação acadêmica como a ausência de professores capacitados, falta de carga horária suficiente e até mesmo a falta de atualização quanto as novas diretrizes de procedimentos em primeiros socorros, que acabam trazendo insegurança quanto a estas intervenções.

Mesmo diante destas dificuldades, 85% afirmaram que diante de uma situação que foi necessária à sua intervenção na prestação de socorros, não hesitaram em intervir por algum medo de cometer erro durante o procedimento.

Foi constatado também que mais de 90% dos entrevistados sabem identificar os principais sinais vitais, sendo estes a frequência cardíaca e respiratória, pressão arterial e temperatura. Além destas, foi relatada a dor, que é considerada como o quinto sinal vital segundo a Agência Americana de Pesquisa e Qualidade em Saúde Pública.

Ao serem questionadas sobre se sabiam informar corretamente os números do Serviço de Atendimento Móvel de Urgência – SAMU, Polícia Militar e Bombeiros Militar, houve o êxito ao assinalarem corretamente as lacunas correspondentes a cada serviço de atendimento de emergência. Além destes, ainda foram informados contatos de hospitais locais, Policiais Federal (194) e Rodoviária Federal (191), Defesa Civil (199) e Delegacia da Mulher (180).

Dos entrevistados, 77,5% informaram de forma correta o principal e mais importante detalhe a ser informado ao serviço de atendimento telefônico, sendo

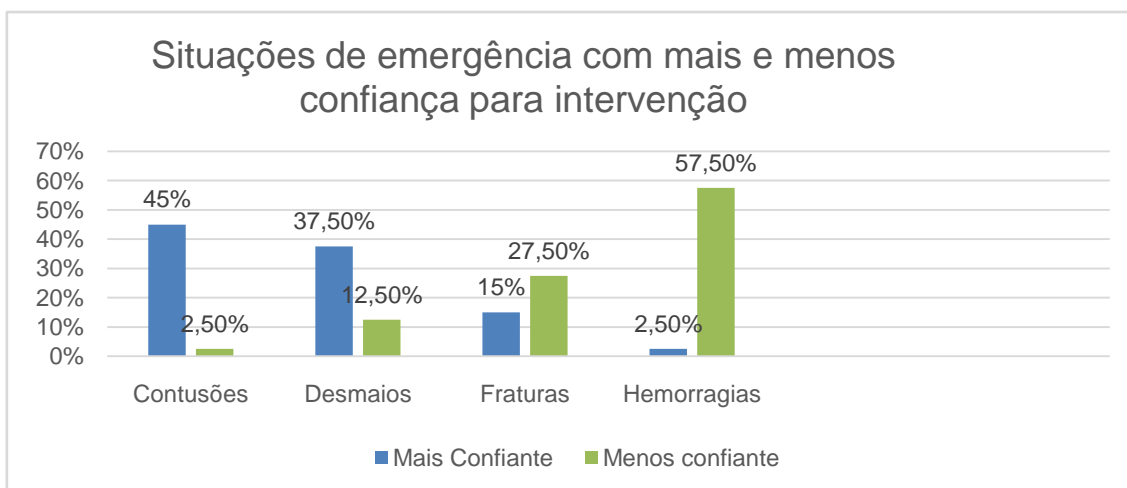
este, se a vítima tem ou não sinais vitais, objetivando identificar qual o nível de prioridade que a situação necessita.

Quando perguntado aos participantes da pesquisa se sabiam quantas massagens cardíacas por minuto deveriam ser realizadas em um adulto, e quantas seriam, 37,5% dos profissionais afirmaram não saber quantas repetições devem ser executadas, 27,5% afirmaram que deveriam ser executadas até a chegada do socorro especializado, 100 repetições. Foram relatados também variações entre 100 e 120 massagens por minuto.

Outra parte dos entrevistados afirmaram ser executadas em dois ciclos durante 60 segundos, sendo entre 20 e 40 repetições por cada ciclo, ocorrendo uma ventilação em cada intervalo de repetições de massagens na altura do tórax, região do esterno.

No “Gráfico 01” são apresentadas situações de emergência onde profissionais se sentem mais e menos seguros para intervir, sendo as contusões e desmaios citados com um maior nível de confiança, e menos confiantes em casos de fraturas e hemorragias.

Gráfico 01 – Emergências com mais e menos confiança para intervenção



Fonte: Próprio autor

Quadro 01 – Perguntas realizadas.

Perguntas	Resposta Correta	Respostas Erradas	Não sei
¹ . Como verificar se a vítima está respirando?	62,5%	37,5%	- -
² . Quando uma pessoa estiver convulsionando, o que devo fazer?	92,5%	5%	2,5 %

³ . Como é possível facilitar a respiração da vítima, caso não haja suspeita de fratura (quebra da coluna vertebral)?	62,5%	25%	12,5 %
⁴ . Como se realiza a respiração boca a boca?	92,5%	--	7,5 %
⁵ . Qual o local do corpo adequado para se realizar a massagem cardíaca?	74,4%	23%	2,6 %
⁶ . Quais os sinais e sintomas e como proceder diante de uma contusão, até o atendimento especializado?	47,4%	44,7%	7,9 %
⁷ . Como proceder diante de uma distensão muscular, até o atendimento especializado?	76,9%	12,8%	10,3 %
⁸ . Quais são os sinais e sintomas das entorses?	66,7%	30,8%	2,5 %
⁹ . Como proceder em caso de luxação, até o socorro especializado?	84,6%	10,2%	5,2 %
¹⁰ . Como proceder em caso de suspeita de fratura, até o socorro especializado?	39,5%	49,9%	10,6 %
¹¹ . Como proceder diante de hemorragia?	20,5%	64,1%	15,4 %
¹² . Como proceder em caso de desmaio ou estado de choque, até a chegada do socorro especializado?	38,5%	59%	2,5 %
¹³ . Como proceder em caso de afogamento, até a chegada de socorro especializado?	82,1%	15,4%	2,5 %

Fonte: Próprio autor

Quadro 02 – Respostas corretas

Respostas corretas
¹ . Utilizando os sentidos ver, ouvir e sentir.
² . Afastá-la de locais perigosos e proteger sua cabeça que deve estar, preferencialmente, lateralizada.
³ . Levantando o queixo da vítima.
⁴ . Inclinando a cabeça da vítima para trás, tampando o nariz e abrindo a boca; após encher o peito de ar, insuflando dentro da boca da vítima, protegendo a boca.
⁵ . Sobre o osso do meio do peito (tórax) na altura dos mamilos.
⁶ . Equimoses, dor, edema e hematomas, devendo não movimentar a região.
⁷ . Imobilizar o local ou membro e aplicar compressas frias.
⁸ . Dor ao movimentar-se, deformidade da articulação, inchaço, ocasional perda de mobilidade.
⁹ . Imobilizar o local, aplicar gelo.
¹⁰ . Imobilizar a região, elevar o membro lesionado, aplicar gelo.
¹¹ . Estancar com pano limpo, elevar e flexionar o membro atingido colocando um chumaço de pano de algodão ou papel atrás da articulação flexionada, comprimir com panos limpos se for em outros locais.
¹² . Verificar sinais vitais, afrouxar a roupa da vítima, repousar e aquecer a mesma.

¹³. Tentar retirar a vítima com corda, boia ou outro material, se souber nadar bem aproximar-se da vítima por trás e retirá-la da água.

Fonte: Próprio autor

O “*Quadro 01*” traz o percentual de acerto de cada questionamento proposto, sendo as respostas corretas descritas no “*Quadro 02*” subsequente.

DISCUSSÃO

Quando questionados na pesquisa sobre os atendimentos em que se sentem mais e menos confiantes ao serem solicitados a intervir, 85% dos entrevistados relataram que hemorragias e fraturas lhes trariam mais insegurança, confirmando a mesma afirmação da pesquisa encontrada por Cavalcante (2015), onde aproximadamente 80% dos entrevistados relaram a mesma insegurança nas ocorrências de fraturas e hemorragias.

A consolidação desta afirmação foi concretizada na questão onde 64,1% das respostas foram erradas e 15,4% não saberiam como proceder em casos de hemorragias. Provavelmente devido ao grande grau de complexidade e diferentes formas de conter uma hemorragia, esta insegurança é compreendida como normal para pessoas que não lidam frequentemente com situações atípicas como esta.

Porém, na questão onde disseram que estariam mais seguros para intervir, que seria principalmente nas contusões e desmaios, a questão que questionava sobre os principais sinais e sintomas e como proceder, mostrou a negativa quanto ao que seria considerado correto. Do total de respostas, 52,6% não souberam responder ou responderam de forma errada, o que foi contrário à afirmação anterior.

Ocasionalmente, o procedimento poderia até ser realizado de forma errada, porém, não seria repassado a vítima a insegurança nos procedimentos, por estimarem estarem executando o atendimento correto.

Em outra ocasião, diferentemente da anterior, os profissionais se mostraram preparados para atender situações de convulsões, o que foi demonstrado com a taxa de 92,5% de acerto da questão que tratava do assunto.

Um estudo realizado por Paiano, Ressurreição e Lacerda (2014) apresentou resultados parecidos quando entrevistado profissionais de dança não graduados em Educação Física, onde 80% deram alternativa exata, contra outros 60% de acertos dos graduados.

Portanto, acaba sendo um pouco divergente do resultado encontrado pela pesquisa realizada com os profissionais que atuam em academias, uma vez que os profissionais de dança graduados talvez não tenham cursado a disciplina de primeiros socorros durante sua formação, refletindo sobre o baixo percentual de acerto.

Em outra perspectiva, quando analisado os resultados obtidos na pesquisa de Batista *et al.* (2013), onde 83% dos professores de Educação Física acertaram uma alternativa que testava o conhecimento sobre quais eram os sinais e sintomas das entorses, há uma notável diferença entre os resultados analisados nesta pesquisa.

Somente 66,7% dos entrevistados responderam satisfatoriamente à pergunta, o que leva a entender que os profissionais da pesquisa de Batista *et al.* estariam teoricamente mais capacitados para lidar com a situação interrogada.

Em contraditório a negativa apresentada sobre os profissionais da questão anterior, quando avaliados sobre os procedimentos em casos de luxações, 84,6% afirmaram satisfatoriamente a alternativa que apresentava a conduta ideal nestes casos.

Valores com tamanha expressividade também foi encontrado na pesquisa de Batista *et al.* (2013), onde 94,4% dos professores de Educação Física responderam de acordo com as assertivas que descreviam os corretos procedimentos em casos de luxação. Pode se estimar que devido aos procedimentos na prática serem mais simples de serem memorizados, tornaram os procedimentos teóricos mais difíceis de serem assinalados nas alternativas propostas.

Em outro questionamento, quando avaliados sobre o local adequado do corpo para se realizar a massagem cardíaca, 74,4% das respostas foram corretas. Já no trabalho de Dal-Bó (2013) essa questão teve 80,9% acertos. Esse resultado se mostrou bastante convincente, pois a realização da massagem cardíaca em um lugar errado pode trazer riscos como: fratura nas costelas, separação da cartilagem das costelas, contusão pulmonar e lacerações no fígado. (Hafen; Karren; Frandsen, 2002).

Em determinados momentos que não tenham materiais apropriados para fazer a imobilização de membros de forma correta, quando questionados sobre o que não seria correto utilizar, 52,6% acertaram a afirmativa que apresentava objetos indevidos para uso.

Na pesquisa de Dal-Bó (2013), os resultados foram ainda mais insatisfatórios, onde somente 33% dos entrevistados acertaram a alternativa. A interpretação de que os objetos mais confortáveis poderiam ser melhores estabilizadores acabou por induzir os participantes a errarem mais esta alternativa.

CONCLUSÃO

Com base nos resultados apresentados, conclui-se que os profissionais de Educação Física de Montes Claros e região estão preparados para as prováveis e necessárias intervenções em primeiros socorros nas academias, salientando que devido a sua formação da área da saúde, deverão obrigatoriamente prestar os primeiros atendimentos em emergências.

Como conseguem intervir em grande parte das emergências com segurança e profissionalismo, fica comprovado que os alunos estão sendo supervisionados por profissionais que poderão garantir a sua integridade física em caso de algum problema que venha a acontecer durante seus exercícios nas academias.

Além desta segurança, foi possível identificar que em situações já relatadas por estes profissionais, as suas intervenções foram primordiais para a melhor recuperação das pessoas que precisaram de um atendimento no ambiente da musculação, o que demonstra que além de estarem preparados, já obtiveram êxitos em intervenções passadas e continuam com a atualização de seus protocolos em atendimentos primários em casos de acidentes nas academias ou mesmo maus súbitos imprevisíveis que podem acontecer com qualquer indivíduo que esteja submetido a condições estressoras durante os exercícios físicos.

REFERÊNCIAS

- BATISTA, M. N. P. *et al.* Nível de conhecimento em primeiros socorros de professores de Educação Física. **E F Deportes.com, Revista digital**. Buenos Aires, año 18, Nº 186, Noviembre de 2013. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd186/conhecimento-em-primeiros-socorros.htm>. Acesso em: 09 de out. de 2021.
- CAVALCANTE, J. L. **Avaliação do nível de conhecimento em primeiros socorros de acadêmicos do curso de Educação Física da UFRN**. 2015. 76 f. Monografia (Bacharelado em Educação Física) Universidade Federal do Rio Grande do Norte – UFRN, Natal, 2015.

DAL-BÓ, H. Q. **Avaliação do nível de conhecimento dos Profissionais de Educação Física em possíveis situações emergenciais durante o exercício físico**. 2013. 57 f. Monografia (Bacharelado em Educação Física) – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2013.

DALFOVO, M. S.; LANA, R. A.; SILVEIRA, A. Métodos quantitativos e qualitativos: um resgate teórico. **Revista Interdisciplinar Científica Aplicada**, Blumenau, v.2, n.4, p.01-13, 2008.

DE LIZ C .M., ANDRADE A. Análise qualitativa dos motivos de adesão e desistência da musculação em academias. **Revista Brasileira Ciências do Esporte**. 2016;38(3):267–74.

GOBBI, S. Atividade Física para pessoas idosas e Recomendações da Organização Mundial de Saúde de 1996. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, v. 2, n. 2, p. 41- 49, 1997.

GODOY, A. S. Introdução à pesquisa qualitativa e suas possibilidades. **Revista de Administração de Empresas**, Rio de Janeiro, v. 35, n. 2, p. 57-63, mar./abr., 1995.

HAFEN, B. Q.; KARREN, K. J.; FRANDSEN, K. J. **Guia de primeiros socorros para Estudantes**. 7. Ed. São Paulo: Malone, 2002.

HERNANDES JÚNIOR., B. D. O. **Musculação**: montagem da academia, gerenciamento pessoal, prescrição de treinamento. 2. ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2000.

IHRSA GLOBAL REPORT 2020. **The State of The Health Club Industry**. Disponível em: <http://www.https://www.ihrsa.org/publications/the-2020-ihrsa-global-report.html>. Acesso em: 11 de mar. de 2021.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Manual de Primeiros Socorros**. Rio de Janeiro. Fundação Oswaldo Cruz, p, 207, 2003. Disponível em: <http://www.fiocruz.br/biosseguranca/Bis/manuais/biosseguranca/manualdeprimeirosocorros.pdf>. Acesso em: 23 de mar. de 2021.

MURER, E. Epidemiologia da Musculação. **Saúde Coletiva & Atividade Física**: conceitos e aplicações dirigidos à graduação em Educação Física. Campinas: [s.n.], 2007.

PAIANO, R.; RESSUREIÇÃO, K. S.; LACERDA, C. S. Conhecimentos sobre primeiros socorros entre profissionais da dança com e sem graduação em Educação Física. **BIOMOTRIZ-Revista Científica da Universidade de Cruz Alta**, v. 8, n. 1, 2014.

SADANIANTZ A, *et al*. The problem of sudden death in athletes as illustrated by case studies. **Sports Med**. 1990; 9:199-204.

SELL. F. **Avaliação do nível de conhecimento de acadêmicos em Educação Física da UFSC sobre emergências**. 2010. Monografia (Bacharelado em Educação Física). Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis.