CENTRO UNIVERSITÁRIO FAG

ELOÍSA DOS SANTOS LIMA
RENAN ROBERTO KAIZER

BENEFÍCIOS DO TREINAMENTO FUNCIONAL NO COMBATE AO SOBREPESO E OBESIDADE: UMA ABORDAGEM TEÓRICA

CASCAVEL
2024

CENTRO UNIVERSITÁRIO FAG

ELOÍSA DOS SANTOS LIMA
RENAN ROBERTO KAIZER

BENEFÍCIOS DO TREINAMENTO FUNCIONAL NO COMBATE AO SOBREPESO E OBESIDADE: UMA ABORDAGEM TEÓRICA

Trabalho de Conclusão de Curso TCC-Artigo para obtenção da aprovação e formação no Curso de Educação Física Bacharelado pelo Centro Universitário FAG.

Professor Orientador: Dr. Everton Paulo Roman

CASCAVEL
2024

CENTRO UNIVERSITÁRIO FAG

ELOÍSA DOS SANTOS LIMA
RENAN ROBERTO KAIZER

BENEFÍCIOS DO TREINAMENTO FUNCIONAL NO COMBATE AO SOBREPESO E OBESIDADE: UMA ABORDAGEM TEÓRICA

Trabalho de Conclusão de Curso TCC como requisito para a obtenção da formação no Curso de Educação Física Bacharelado do Centro Universitário FAG

BANCA EXAMINADORA

_____
Orientador Professor Doutor Everton Paulo Roman

_____
Professor Doutor Lissandro Moisés Dorst
Banca avaliadora

_____
Professora Mestra Francielle Cheuczuk
Banca avaliadora

BENEFÍCIOS DO TREINAMENTO FUNCIONAL NO COMBATE AO SOBREPESO E OBESIDADE: UMA ABORDAGEM TEÓRICA

Eloísa dos Santos LIMA[1]
Renan Roberto KAIZER[1]
Everton Paulo ROMAN[2]
eslima1@minha.fag.edu.br
rrkaizer@minha.fag.edu.br

RESUMO

Introdução: O sobrepeso e a obesidade têm se tornado uma preocupação global de saúde, afetando milhões de pessoas em todo o mundo. Nesse contexto, estratégias eficazes para combater esses problemas são essenciais para promover uma vida saudável e prevenir doenças associadas. E uma vertente de treinamento que vem cada vez mais ganhando espaço é o treinamento funcional. **Objetivo**: Relatar os benefícios do treinamento funcional no enfrentamento do sobrepeso e da obesidade com enfoque na sua influência na redução de peso, na capacidade funcional e na qualidade de vida dos praticantes. **Métodos**: Trata-se de uma pesquisa bibliográfica com base em referências teóricas publicadas em livros, revistas, periódicos, documentos e sites. **Resultados:** O treinamento funcional mostrou ser uma ótima ferramenta no combate ao sobrepeso e obesidade, promovendo um estilo de vida mais saudável e sustentável, podendo não somente ser usado para o emagrecimento, mas também de forma preventiva, evitando que problemas se tornem crônicos. **Considerações finais:** O treinamento funcional deve ser incorporado como uma estratégia prioritária, incentivando a colaboração entre profissionais de Educação Física, Nutrição e Psicologia para promover hábitos saudáveis e um suporte abrangente aos indivíduos que buscam melhorar sua saúde e bem-estar. Este estudo reforça a necessidade de abordagens multidisciplinares e sugere a continuidade de pesquisas sobre o impacto do treinamento funcional na saúde da população.

Palavras-chave: Treinamento funcional, sobrepeso, obesidade. excesso de peso.

[1]Acadêmicos do Curso de Educação Física Bacharelado do Centro Universitário Assis Gurgacz (FAG)
[2]Doutor em Saúde da Criança e do Adolescente pela Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP) e Docente do Centro Universitário Assis Gurgacz (FAG).

BENEFITS OF FUNCTIONAL TRAINING IN COMBATING OVERWEIGHT AND OBESITY: A THEORETICAL APPROACH

Eloísa dos Santos LIMA[1]
Renan Roberto KAIZER[1]
Everton Paulo ROMAN[2]
eslima1@minha.fag.edu.br
rrkaizer@minha.fag.edu.br

ABSTRACT

Overweight and obesity are becoming global health concerns, affecting millions of people worldwide. In this context, effective strategies to address these issues are essential for promoting a healthy lifestyle and preventing associated diseases. One training modality that is gaining increased recognition is functional training. Aim: This study reports the benefits of functional training in confronting overweight and obesity, with a focus on its impact on weight reduction, functional capabilities and quality of life for those who practice it. Methods: This is a bibliographic study based on theoretical references published in books, journals, articles, documents and websites. Results: Functional training has proven to be an effective tool in combating overweight and obesity, promoting a healthier and more sustainable lifestyle. It is used not only for weight loss but also in a preventive capacity, helping to avoid chronic disorders. Final Considerations: Functional training should be incorporated as a priority strategy, encouraging collaboration among professionals in physical education, nutrition and psychology to promote healthy habits and provide support to individuals seeking improved health and well-being. This study highlights the need for multidisciplinary approaches and recommends continued research on the impact of functional training on individuals' health

Key words: functional training, overweight, obesity, excess weight.

[1] Undergraduate students in the Bachelor's Degree Program in Physical Education at the Assis Gurgacz University Center (FAG).
[2]Ph.D. in Child and Adolescent Health from the State University of Campinas (UNICAMP) and Professor at the Assis Gurgacz University Center (FAG).

1 INTRODUÇÃO

Treinamento funcional é um método de exercício que envolve a simulação de movimentos e atividades do dia a dia para melhorar a capacidade funcional do corpo. Ele enfatiza o uso de exercícios multiarticulares e integrados que visam aprimorar a força, a estabilidade, a flexibilidade e o equilíbrio, proporcionando benefícios para a saúde e o desempenho esportivo (BOYLE, 2004).

Boyle (2004), ainda aponta que o treinamento funcional se fundamenta em movimentos básicos que imitam os padrões naturais do corpo humano, como puxar, empurrar, agachar e girar. Esses movimentos são cruciais para aprimorar a capacidade funcional e a eficiência nas atividades cotidianas, além de minimizar o risco de lesões. O diferencial do treinamento funcional é a integração de múltiplas cadeias musculares, em vez de trabalhar músculos de forma isolada, o que resulta em uma melhora global do desempenho físico e esportivo.

Uma questão deve ser compreendida. A aplicação correta do termo "funcional" deve estar associada ou se relacionar às funções do sistema psicobiológico humano, ou seja, um treinamento para ser considerado funcional deve contemplar exercícios selecionados tendo como critério a sua funcionalidade (SILVA-GRIGOLETTO, 2014).

Em relação ao sobrepeso e a obesidade, é uma doença que se caracteriza pelo excesso de acumulação de gordura corporal em um nível que traz diversos malefícios para a saúde (WHO,1998). De acordo com o Atlas Mundial da Obesidade de 2024, a taxa anual de crescimento da obesidade em crianças e adolescentes brasileiros entre 2020 e 2035 será de 1,8%. Segundo os dados, a prevalência de crianças e adolescentes com IMC (Índice de Massa Corporal) elevado era de 34% em 2020, com mais de 15 milhões de afetados. Em 2035, a projeção é de que essa taxa chegue a 50%, com mais de 20 milhões de crianças e adolescentes obesos ou com sobrepeso (MARACCINI, 2024).

Barbieri *et al.* (2012), realizaram uma revisão de literatura, na qual examinaram 75 artigos. Essa pesquisa apontou que os quatro principais fatores causadores do excesso de peso são, respectivamente: sedentarismo e alimentação inadequada, fatores genéticos, nível socioeconômico e fatores psicológicos. É sabido que é um grande problema e nesse contexto precisamos destacar que as condições físicas, sociais e psicológicas associadas com o excesso de peso são: osteoartrite, diabetes tipo II, hiperlipidemia, doença cardíaca, acidente vascular

cerebral, hipertensão, alguns tipos de câncer, doença da vesícula biliar, gota, distúrbios alimentares, distúrbios do sono e distúrbios de humor (BRAY, 2003).

A motivação para a realização dessa pesquisa é devido ao fato de que a investigação científica sobre os benefícios do treinamento funcional no combate ao sobrepeso e à obesidade é fundamental para o avanço do conhecimento, pois fornece uma base sólida para a prática baseada em evidências e facilita a criação e a implementação de programas de exercícios eficazes que podem beneficiar amplamente a sociedade.

Nesse sentido, os pesquisadores acreditam ser de grande importância a realização desta pesquisa contribuindo para o aumento do conhecimento científico para melhor entender e relatar os benefícios do treinamento funcional no enfrentamento do sobrepeso e da obesidade com enfoque na sua influência na redução de peso, na capacidade funcional e na qualidade de vida dos praticantes.

De acordo com os fatos expostos anteriormente e sabendo da relevância desse estudo para os profissionais que atuam na grande área da saúde, principalmente Educação Física e Nutrição, o objetivo dessa pesquisa foi relatar os benefícios do treinamento funcional no enfrentamento do sobrepeso e da obesidade com enfoque na sua influência na redução de peso, na capacidade funcional e na qualidade de vida dos praticantes,

2 MÉTODOS

Trata-se de uma pesquisa bibliográfica baseada nas principais fontes científicas dos benefícios do treinamento funcional como forma de combate ao sobrepeso e obesidade. Segundo Gil (2020), A pesquisa bibliográfica procura explicar e discutir um tema com base em referências teóricas publicadas em livros, revistas, periódicos e outros. Busca também, conhecer e analisar conteúdos científicos sobre determinado tema. Ainda em relação à pesquisa bibliográfica ou revisão da literatura, Marconi e Lakatos (2017), relatam que é um tipo de pesquisa que trata de uma análise crítica, meticulosa e ampla das publicações correntes em uma determinada área do conhecimento).

Para a coleta das informações foram utilizadas as bases de dados do Scielo, sites e também no *Google* Acadêmico.

Os estudos foram selecionados por dois revisores (ESL e RRK) e um terceiro revisor (EPR) estava disponível para resolver qualquer dúvida ou mesmo divergência. Primeiramente, os pesquisadores analisaram todos os títulos encontrados nos bancos de dados, foram lidos os resumos e em seguida o texto na íntegra. A partir disso, foram escolhidos os artigos e outros

materiais bibliográficos que se adequaram aos critérios de inclusão para fazer parte da pesquisa.

Foram utilizadas publicações que tinham relação com a temática abordada. Nesse sentido, incluem-se na lista de descritores as palavras (treinamento funcional) AND (sobrepeso) AND (obesidade) AND (excesso de peso) utilizando os filtros de buscas não foi determinando restrição de data para a pesquisa.

Foram selecionadas 53 publicações científicas que estavam de acordo com os objetivos traçados. Porém, utilizando os critérios de exclusão de nossa pesquisa, utilizamos 38 materiais bibliográficos.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para ampliarmos o nosso conhecimento em relação à pesquisa, é de fundamental importância sabermos qual é a definição de sobrepeso e obesidade. Oliveira *et al.,* (2009), define sobrepeso e obesidade pelo acúmulo de gordura corporal, excedendo os padrões aceitáveis de normalidade antropométrica em diferentes graus e integram o grupo das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT). Atuam como importantes fatores de risco para a morbimortalidade de populações adultas, associando-se a 63% do total global de mortes causadas pela DCNT.

Uma questão importante que deve ser abordada é em relação à prevalência dos índices de sobrepeso e obesidade. Ng *et.al.,* (2014), relatam que a prevalência mundial de sobrepeso/obesidade vem apresentando rápido e progressivo aumento nas últimas décadas, de modo que, atualmente, 2,1 bilhões de adultos estão nessa condição, o que representa quase 30% da população mundial. Destaca-se ainda que, de 1980 a 2013, o excesso de peso aumentou 27,5% entre os adultos**.**

No que se refere aos motivos dos índices de sobrepeso e obesidade, Silventoinen *et al.,* (2010), relatam que a predisposição genética desempenha um papel significativo no desenvolvimento da obesidade. Estudos indicam que cerca de 40-70% da variação no IMC pode ser atribuída a fatores genéticos.

Logicamente, não poderíamos deixar de mencionar a influência do ambiente nesse processo. Em relação a isso, Swinburn *et al.,* (2011), relatam em seu estudo que o ambiente moderno, caracterizado pela abundância de alimentos calóricos e pela falta de atividade física, é um fator importante no aumento da prevalência da obesidade. A dieta rica em gorduras e açúcares, associada a um estilo de vida sedentário, contribui significativamente para o ganho

de peso. Esse cenário deixa claro que, além dos fatores psicológicos e biológicos, o ambiente em que vivemos tem uma influência direta sobre o aumento dos casos de excesso de peso corporal. A disponibilidade constante de alimentos ultraprocessados e ricos em calorias, somada à escassez de locais adequados para a prática regular de atividades físicas, cria condições ideais para o ganho de peso. Isso destaca a urgência de implementar políticas públicas que promovam mudanças no ambiente, incentivando tanto uma alimentação mais equilibrada quanto a prática de exercícios, de modo a enfrentar essa questão de maneira mais ampla e eficaz.

Dentro de todo esse contexto, existem inúmeros fatores que acabam contribuindo para o desencadeamento do sobrepeso e da obesidade. Friedman (2019), aponta que alterações no metabolismo, como resistência à insulina e disfunções hormonais, também são importantes no desenvolvimento do sobrepeso e obesidade. A leptina e a grelina, hormônios que regulam a saciedade e a fome, respectivamente, podem estar desequilibrados em indivíduos obesos. Diante desse panorama, é fundamental compreender a relevância de exames médicos regulares para a identificação de possíveis alterações metabólicas. A avaliação dos níveis hormonais, incluindo a leptina e a grelina, pode fornecer *insights* valiosos sobre os mecanismos que contribuem para o sobrepeso e a obesidade. Ao detectar desequilíbrios hormonais precocemente, é possível implementar intervenções adequadas que promovam a regulação do apetite e a saciedade, além de facilitar a criação de estratégias de tratamento mais eficazes. Portanto, realizar exames de rotina não deve ser visto apenas como uma formalidade, mas como uma ferramenta valiosa na prevenção e no manejo da obesidade, possibilitando um acompanhamento mais completo e personalizado da saúde do indivíduo.

Pesquisa realizada por Cabrera *et al.,* (2014), com amostra de 402 escolares (crianças e adolescentes), e analisou a prevalência de sobrepeso e obesidade e do nível de atividade física em crianças e adolescentes de uma cidade do sudoeste de São Paulo, e obtiveram os seguintes resultados: 123 indivíduos (30,59%) tiveram como classificação sobrepeso, obesidade ou obesidade grave e que 251 indivíduos (62,44%) não realizam a prática da atividade física de forma adequada, e fica evidente a suma importância de um programa para estimular uma melhor alimentação, melhor qualidade de vida para essas crianças, tanto para a perda de peso quanto para a melhora da atividade física. Pois é mais fácil educar as crianças a comerem bem e terem uma vida ativa fisicamente do que reeducar adultos que já comem mal e tem uma vida sedentária.

O estilo de vida também interfere diretamente nesses índices. Em relação a esse fator, Barros *et al.,* (2021), evidenciaram em sua pesquisa que foi feita com 1.110

universitários, a prevalência do consumo irregular de frutas, consumo excessivo de álcool e que 27,7% dos universitários que participaram da pesquisa não realizam as recomendações nacionais mínimas de atividades físicas. Também, nesse sentido, Camargo e Añez (2020), relatam que a Organização Mundial da Saúde (OMS), faz a recomendação mínima de atividade física para adultos é de 150 a 300 minutos por semana de atividade física de intensidade moderada ou vigorosa. Esses achados revelam como o comportamento diário, especialmente entre estudantes universitários, está diretamente relacionado ao aumento de fatores que favorecem o ganho de peso e problemas de saúde. A ingestão insuficiente de alimentos saudáveis, associada ao consumo elevado de álcool e à baixa prática de exercícios, é um padrão preocupante. Embora a OMS recomende entre 150 e 300 minutos semanais de atividade física moderada a intensa, muitos jovens ainda não seguem essas orientações. Quando nos deparamos com esses dados, constatamos a urgência de promover a conscientização sobre a importância de um estilo de vida mais ativo e equilibrado, com foco na prevenção de condições crônicas.

Ainda em relação ao estilo de vida, uma pesquisa realizada em 2020 pela Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS), os dados mostraram que a prevalência de maior frequência no consumo de bebidas com teor alcoólico foi realizada por jovens. Ainda em seu estudo, Guimarães (2013), cita que uma vez que as associações positivas entre álcool e modificações nas medidas adiposas (conjunto de medidas que permitem avaliar a quantidade de gordura corporal) foram os resultados da pesquisa mais observados. Com isso, sugere-se que é possível que exista um efeito sobre a obesidade abdominal.

No que se refere a pesquisa realizada com adultos, uma informação deve ser destacada. Para tanto, Mazur e Navarro (2015), afirmam que existe uma relação direta entre a insegurança alimentar e a obesidade, de forma que a maior disponibilidade de alimentos não saudáveis e/ou o fácil acesso a esses itens pode contribuir para o ganho de peso e resultar em obesidade em adultos. A partir dessa observação, não podemos esquecer que a adoção de hábitos alimentares saudáveis pelos adultos não só contribui para a sua própria saúde, mas também serve de exemplo crucial para as gerações mais jovens, ao promover um ambiente doméstico onde a alimentação saudável é priorizada, os adultos podem ajudar a prevenir o desenvolvimento da obesidade e outros problemas de saúde nas crianças, criando uma base sólida para que elas cresçam com hábitos mais saudáveis e conscientes.

Já para a população idosa, Vieira *et al.,* (2015), realizaram uma pesquisa com 30 idosos obesos, e os principais fatores identificados associados à obesidade foram o uso de álcool, dieta hiperlipídica e falta de atividade física. E essa falta de atividade física leva ao

sedentarismo que representa um risco pessoal de doenças e contribui significativamente para o declínio das funções orgânicas. Ele está associado ao aparecimento de problemas de saúde, como doenças cardiovasculares, hipertensão, diabetes mellitus e obesidade.

Em relação às informações que constam no parágrafo anterior, é essencial que, com o envelhecimento, os idosos se conscientizem de que a prática regular de atividades físicas reduz os fatores de risco típicos da terceira idade, favorecendo um envelhecimento saudável e bem-sucedido (GOMES NETO, 2012).

Em relação ao treinamento funcional, Melo (2014), relata que o mesmo enfatiza o movimento sobre os músculos, integrando diversas capacidades físicas, como força, equilíbrio, flexibilidade e coordenação, através de exercícios que envolvem múltiplas articulações e planos de movimento, preparando o corpo de forma mais completa para os desafios do dia a dia, garantindo uma maior adaptabilidade do corpo aos diferentes tipos de demandas físicas.

Para tanto, convém abordar que o treinamento funcional tem como finalidade refinar a capacidade funcional do corpo humano. Para isto é fundamental o treinamento da região central do corpo (core). Na complexidade do trabalho de treinamento funcional, entende-se que primeiro seja necessário fortalecer o centro (core) para depois mobilizar as extremidades (NOVAES, 2014).

Nesse sentido, Freitas, Alves e Silva (2022), apontam que o treinamento funcional pode ser reconhecido como uma ferramenta muito eficaz para aliviar e até mesmo evitar muitas doenças comuns em nossa sociedade. Concluem também que o treinamento funcional é potencialmente benéfico para seus participantes, e atrelado a uma rotina de bons hábitos alimentares e tendo um acompanhamento profissional é uma boa solução para o combate à obesidade. Esses hábitos não apenas potencializam os resultados, mas também promovem uma saúde integral.

No que se refere ao treinamento funcional, é sabido que ele proporciona inúmeros benefícios para os seus praticantes, dentre eles: melhora da resistência, força, agilidade, crescimento do tônus muscular, ele se torna algo prazeroso, queima as calorias e condiciona o corpo com diferentes vertentes de exercício sendo assim melhorando a qualidade de vida da pessoa (DUARTE *et al.,* 2018).

Nesse sentido, o treinamento funcional é recomendado para diversas faixas etárias. No caso das crianças com sobrepeso, ele pode ser eficaz não apenas na prevenção do sedentarismo, mas também no enfrentamento da obesidade já estabelecida, devido à significativa queima calórica proporcionada por esse tipo de exercício. Dessa forma, torna-se

uma ferramenta valiosa na prevenção e na reversão do quadro de obesidade infantil (ANTUNES e BERTOLO, 2017).

Em relação à faixa etária para a realização da prática do treinamento funcional, Lucatan (2020), diz que não há contraindicações da prática do treinamento funcional em nenhuma faixa etária e que o treinamento funcional tem a capacidade de auxiliar tanto no controle de peso quanto no combate ao sedentarismo, assim auxiliando no combate também da obesidade. Ainda sobre a faixa etária, Carvalho *et al.,* (2023), diz que implementar o treinamento funcional na rotina das crianças e adolescentes é uma estratégia interessante, que irá estimular a prática de atividade física de diversas maneiras. Esses estudos ressaltam a versatilidade do treinamento funcional, que pode ser adaptado para diferentes idades, desde crianças até idosos.

Pesquisa com jovens obesos, realizada por Cayres *et al*., (2014), apontou que o treinamento funcional reduziu 76,9% a ocorrência da EHNA (esteatose hepática não alcoólica), uma diminuição da gordura corporal em 4,97%, redução da gordura intra-abdominal em 19.90% e aumento da massa muscular em 4,18% em 20 semanas de treinamento, que foram divididas em 4 semanas de adaptação e 16 semanas de sobrecarga de treinamento.

No que diz respeito aos idosos, em sua pesquisa, Moreira *et al.,* (2020), citam que no tratamento de idosos obesos, o treinamento funcional interferiu de maneira positiva na composição corporal dos mesmos, sendo uma estratégia eficaz para o combate ao sobrepeso e obesidade.

Em relação a essa afirmação, estudo realizado por Neves *et al*., (2014), em um grupo de 38 mulheres menopausadas (acima de 60 anos), notou uma diminuição na gordura do tronco, na gordura corporal e na massa corporal após 8 semanas de treinamento funcional, se mostrando assim uma ótima estratégia.

Martins (2020), também realizou um estudo acerca do treinamento funcional em mulheres classificadas com sobrepeso ou obesidade, participaram 40 voluntárias do sexo feminino com idade entre 40 e 59 anos de idade, e que o treinamento funcional junto com o treino intervalado de alta intensidade (HIIT) impactaram positivamente na composição corporal das participantes, e exalta ainda que a atividade física pode vir a reduzir o peso corporal, ganho de massa magra, liberação de endorfina e melhoria do humor, tornando o processo de emagrecimento mais sustentável e prazeroso. Ainda sobre a liberação de endorfina e melhora do humor, Costa (2007), diz que a prática regular de exercícios não traz apenas benefícios fisiológicos, mas também promove melhorias psicológicas, como maior

sensação de bem-estar, elevação do humor e da autoestima, além de contribuir para a redução da ansiedade, tensão e depressão

Outro estudo realizado por Correa (2022), teve a amostra de 28 mulheres idosas, que foram divididas em treinamento funcional e grupo controle, e após 36 aulas de treinamento funcional que duraram por 12 semanas concluiu que as idosas participantes apresentaram uma melhora significativa na flexibilidade de membros inferiores, percepção de dor, resistência de força e capacidade cardiorrespiratória.

O treinamento funcional é muito importante no processo de emagrecimento, junto com uma dieta prescrita por um profissional da área, pois um fator auxilia o outro no objetivo principal (CRUZ, 2022). Seguindo este pensamento, Generoso Junior (2017), realizou um estudo que teve a participação de 12 mulheres praticantes de treinamento funcional, e buscou comparar durante 3 meses um grupo sem acompanhamento nutricional com um grupo com acompanhamento de um profissional de nutrição. Ao fim desse estudo constatou-se que as mulheres de ambos os grupos passaram por mudanças significativas na composição corporal. No entanto, o grupo que contou com a intervenção nutricional obteve melhorias ainda mais acentuadas em termos absolutos, atribuídas a alterações na rotina alimentar, como a divisão das refeições e a qualidade dos alimentos ingeridos. Para tanto, concluiu-se que o acompanhamento nutricional é eficiente na redução do percentual de gordura, o que contribui para a prevenção de doenças, a preservação da saúde e o aumento da qualidade de vida das mulheres.

Convém abordar que o treinamento funcional, quando bem planejado, se torna um método eficiente na redução de gordura corporal, porém é importante destacar que o tratamento da obesidade não se resume a uma única causa. É fundamental identificar cada fator contribuinte para que múltiplas abordagens possam ser aplicadas, com o objetivo de aprimorar a qualidade de vida das pessoas obesas e aquelas com excesso de peso (COELHO NETTO, 2016). Portanto, a combinação de treinamento funcional com uma alimentação equilibrada, suporte psicológico e orientação médica é crucial para garantir resultados efetivos e duradouros. Essa abordagem integrada não só visa a perda de peso, mas também o fortalecimento da autoestima e a promoção de hábitos saudáveis que contribuam para uma melhor qualidade de vida a longo prazo

Como já citado no presente trabalho, fatores psicológicos são um dos principais fatores causadores de obesidade, Oliveira (2019), realizou um estudo que buscava analisar o efeito de um programa de treinamento funcional sobre a ansiedade e a autoestima de idosas, e obteve como resultado que o treinamento funcional é um método eficaz para prevenir ou

reduzir os distúrbios físicos e mentais em pessoas idosas. Esses resultados evidenciam a relevância do treinamento funcional não apenas para a melhora da condição física, mas também para o bem-estar mental, especialmente em populações idosas. Isso reforça a ideia de que o combate ao excesso de peso corporal deve englobar estratégias que atuem tanto no corpo quanto na mente, abordando fatores como a ansiedade e a autoestima. Portanto, ao considerar o sobrepeso e a obesidade sob essa perspectiva mais ampla, é possível oferecer intervenções mais eficazes e duradouras que auxiliem não apenas na perda de peso, mas também na melhora da qualidade de vida dos indivíduos.

Apesar dos inúmeros benefícios associados ao treinamento funcional no combate ao sobrepeso e a obesidade, este estudo apresenta alguns fatores limitantes. Um deles é de que algumas pesquisas apresentam um tempo de acompanhamento relativamente “curto”. Nesse sentido, seria interessante estudos com intervenções com maior tempo para maiores análises. Outro ponto importante é a ausência de uma comparação com outros métodos de intervenção, o que restringe a análise da eficácia do treinamento funcional em relação a outras abordagens. Além disso, o suporte psicológico é crucial, pois pode ajudar a abordar fatores emocionais e comportamentais que afetam a adesão a programas de emagrecimento.

Sugere-se que futuros estudos explorem de maneira mais aprofundada a relação entre o treinamento funcional e o combate ao sobrepeso e à obesidade, levando em consideração variáveis ainda pouco abordadas. Pesquisas que envolvam amostras maiores e mais diversificadas, incluindo diferentes faixas etárias, condições de saúde e níveis de atividade física, podem proporcionar uma visão mais abrangente dos efeitos desse tipo de treinamento. Além disso, seria interessante investigar o impacto de protocolos de treinamento funcional combinados com intervenções nutricionais controladas, a fim de avaliar a sinergia entre exercício e alimentação no processo de perda de peso. Estudos de longo prazo também são necessários para avaliar a sustentabilidade dos resultados obtidos com o treinamento funcional, assim como a comparação com outras modalidades de exercício, como o treinamento aeróbico e de resistência, para determinar qual abordagem oferece melhores resultados no combate ao sobrepeso e a obesidade, que sem dúvidas são um dos maiores problemas de saúde pública no século XXI.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho teve como objetivo analisar os benefícios do treinamento funcional como uma abordagem eficaz no combate ao sobrepeso e à obesidade, ressaltando sua importância em um cenário de crescente prevalência desses problemas de saúde. A pesquisa demonstrou que os exercícios funcionais, baseados em movimentos naturais e integrados, não apenas favorecem a queima de calorias, mas também fortalecem a musculatura, aumentam a resistência cardiovascular e melhoram a coordenação motora. Esses benefícios contribuem para uma melhor qualidade de vida, pois a prática regular não se limita à estética, mas abrange questões fundamentais, dentre eles os aspectos físicos, emocionais e sociais, promovendo um estilo de vida mais saudável e sustentável.

Além de seu papel no tratamento do sobrepeso e da obesidade, o treinamento funcional também se destaca como uma importante ferramenta preventiva. Ao trabalhar movimentos integrados que melhoram a coordenação, força e resistência cardiovascular, ele contribui para a manutenção de um peso saudável e evita o desenvolvimento de condições associadas ao excesso de peso, como doenças cardiovasculares e metabólicas. A prática regular desde cedo pode reduzir significativamente os riscos de ganho de peso excessivo, promovendo hábitos saudáveis que podem ser mantidos ao longo da vida. Nesse sentido, o treinamento funcional deve ser incentivado como parte de programas de saúde pública, atuando de forma proativa na prevenção desses problemas de saúde, antes que se tornem crônicos.

Finalizando, o treinamento funcional se destaca por sua flexibilidade e adaptabilidade, tornando-se uma alternativa viável para diferentes perfis de indivíduos. Essa abordagem inclusiva facilita a adesão a longo prazo, essencial para a efetividade no combate ao sobrepeso e à obesidade. Dessa forma, conclui-se que o treinamento funcional deve ser incorporado como uma estratégia prioritária, incentivando a colaboração entre profissionais de Educação Física, Nutrição e Psicologia para promover hábitos saudáveis e um suporte abrangente aos indivíduos que buscam melhorar sua saúde e bem-estar. Este estudo reforça a necessidade de abordagens multidisciplinares e sugere a continuidade de pesquisas sobre o impacto do treinamento funcional na saúde da população.

REFERÊNCIAS

ANTUNES, R.M; BERTOLO, M. Treinamento funcional e obesidade infantil: possibilidades de práticas e seus benefícios. **Revista Corpus Hippocraticum**, v. 1, n. 1, 2017. Disponível em: https://revistas.unilago.edu.br/index.php/revista-medicina/article/view/6. Acesso em: 13 out. 2024.

BARBIERI, A.F.; MELLO, R.A. **As causas da obesidade: uma análise sob a perspectiva materialista histórica**. Conexões, v. 10, n. 1, p. 35-48, 2012. Disponível em: https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/conexoes/article/view/8637693/5384. Acesso em: 1 out. 2024.

BARROS, G.R.; SANTOS, S.F.S.; ANDAKI, A.C.R.; SOUSA, T.F. Sobrepeso e obesidade em universitários: prevalências e fatores associados. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde,** [S. l.], v. 26, p. 1–9, 2021. Disponível em: https://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/14616. Acesso em: 12 out. 2014.

BOYLE, M. **Functional Training for Sports: Superior Conditioning for Today's Athlete**. Champaign: Human Kinetics, 2004.

BRAY, G. A. Sobrepeso, Mortalidade e Morbidade. In: Bouchard, C. (ORG.). **Atividade física e obesidade**. São Paulo: Manole, 2003. p. 35-62.

CABRERA, Thays Fernanda Castilho et al. Análise da prevalência de sobrepeso e obesidade e do nível de atividade física em crianças e adolescentes de uma cidade do sudoeste de São Paulo**. Journal of Human Growth and Development**, v. 24, n. 1, p. 67-72, 2014.Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0104-12822014000100010&lng=pt. Acesso em: 02 out. 2024.

CAMARGO, E.M.; ANEZ, C.R.R. **Diretrizes da OMS para atividade física e comportamento sedentário.** Disponível em: www.who.int/iris/bitstream/handle. Acesso em: 03 de out 2024.

CARVALHO, A. S; SILVA, L. S. L; ABDALLA, P. P. et al. Treinamento funcional para crianças e adolescentes: uma breve revisão. **Revista CPAQV - Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida**, [S. l.], v. 15, n. 1, 2023. Disponível em: https://revista.cpaqv.org/index.php/CPAQV/article/view/1094/783. Acesso em: 03 out. 2024.

CAYRES, S. U., CHRISTOFARO, D. G. D., OLIVEIRA, B. A. P; ANTUNES, B. DE M. M., SILVEIRA, L. S., JÚNIOR, I. F. F. (2014). Treinamento concorrente e o treinamento funcional promovem alterações benéficas na composição corporal e esteatose hepática não alcoólica de jovens obesos. **Revista da Educação Física UEM**, 2014. Disponível em: https://www.scielo.br/j/refuem/a/fvymG8G7z8pCngMZkzLspzF/?lang=pt#. Acesso em: 03 out. 2024.

COELHO NETTO, J. S; APTEKMANN, N. P. Efeitos do treinamento funcional sobre a composição corporal: um estudo em alunos fisicamente ativos de academia. **Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício**, v. 15, n. 2, p. 1-10, maio 2016. Disponível em: https://convergenceseditorial.com.br/index.php/revistafisiologia/article/view/143. Acesso em: 3 out. 2024.

CORREA, L. P., BENTO, T. P. F., GUARIGLIA, D. A., RODRIGUES, G. F.; CONTI, M. H. S. D. Effects of functional training on pain and functional capacity in elderly women. **Fisioterapia em Movimento,** 35, e35149, 2022. Disponível em: https://www.scielo.br/j/fm/a/tBHGknq67wJKFrXcP3LJWLc/?lang=pt#. Acesso em: 03 out. 2024.

COSTA, R. A; SOARES, H. L. R.; TEIXEIRA, J. A. C. Benefícios da atividade física e do exercício físico na depressão. **Revista do Departamento de Psicologia**, v. 19, n. 1, p. 269-276, 2007.Disponível em: https://www.scielo.br/j/rdpsi/a/RpX434mLxwCh976f4b3dKqw. Acesso em: 13 out. 2024.

CRUZ, A.L.; SANTANA, C.M.; SANTOS, A.C.S.; LÚCIO, G.A.C.; HARDMANN JUNIOR, A. A importância do treinamento funcional na saúde e na qualidade de vida. **Revista FAIPE**, v. 6, n. 1, p. 27-35, 2022. Disponível em: https://portal.periodicos.faipe.edu.br/ojs/index.php/rfaipe/article/view/27/26. Acesso em: 01 out. 2024.

DUARTE, A.L.; GONÇALVES, G.I, C. Treinamento funcional e seus benefícios. **REVISTA DE TRABALHOS ACADÊMICOS-CAMPUS NITERÓI**, América do Norte, 1, ago. 2018. Disponível em: http://revista.universo.edu.br/index.php?journal=1reta2&page=article&op=view&path%5B%5D=6659&path%5B%5D=3584. Acesso em: 02 Out. 2024.

FREITAS, J. O.; ALVES, P. D.; SILVA, A. C. A importância do treinamento funcional no tratamento da obesidade. Intercontinental **Journal on Physical Education**, v. 4, n. 3, e2020039, 2022. Disponível em: https://app.periodikos.com.br/journal/ijpe/article/doi/10.51995/2675-0333.v4i3e2020039. Acesso em: 3 out. 2024.

FRIEDMAN, J. M. Leptin and the endocrine control of energy balance. **Nature Metabolism,** v. 1, n. 8, p. 754-764, 2019.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. São Paulo, SP: Atlas, 2020.

GENEROSO JÚNIOR, A. C.; SILVEIRA, J. Q. A influência do acompanhamento nutricional para a redução de gordura corporal e aumento de massa magra em mulheres praticantes de treinamento funcional. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 11, n. 64, p. 485-493, 12 jun. 2017. Disponível em: https://www.rbne.com.br/index.php/rbne/article/view/839. Acesso em: 3 out. 2024.

GOMES NETO, M.; CASTRO, M. F. Estudo comparativo da independência funcional e qualidade de vida entre idosos ativos e sedentários. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, 18(4), 234-237, 2012. Disponível em: https://www.scielo.br/j/rbme/a/Fjn4WN9cz6pFFcqccdS3sLb/. Acesso em: 03 out. 2024.

GUIMARÃES, N. S.; AGUIAR, A. S.; FAUSTO, M. A. Influência do consumo de álcool nas alterações antropométricas: uma revisão sistemática. **Revista Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria**, v. 33, p. 68-73, 2013. Disponível em: https://www.repositorio.ufop.br/items/3f9e8830-7a81-4914-bf7f-d998735b5fd9. Acesso em: 03 out. 2024.

LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. A. **Metodologia do trabalho científico: projetos de pesquisa, pesquisa bibliográfica, teses de doutorado, dissertações de mestrado, trabalhos de conclusão de curso**. 8. ed. – São Paulo: Atlas, 2017.

LUCATAN, MLD. **A contribuição do Treinamento Funcional para a diminuição da obesidade infantil. 2020;** Disponível em: https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/handle/123456789/572. Acesso em: 03 out. 2024.

MARACCINI**. Brasil pode ter 50% de crianças e adolescentes obesos ou com sobrepeso em 2035.** CNN Brasil, 01 mar. 2024. Disponível em: https://www.cnnbrasil.com.br/saude/brasil-pode-ter-50-de-criancas-e-adolescentes-obesos-ou-com-sobrepeso-em-2035/. Acesso em: 01 out. 2024.

MARTINS, E. G. **Efeito de dois diferentes modelos de treinamento (treinamento funcional e hiit) na composição corporal e resistência cardiorrespiratória em mulheres com sobrepeso e obesidade**. 2020. Disponível em: https://rdu.unicesumar.edu.br/handle/123456789/8937. Acesso em: 03 out. 2024.

MAZUR, C. E.; NAVARRO, F. **Insegurança alimentar e obesidade em adultos: qual a relação?** Portal de Periódicos Eletrônicos da UFSM, v. 41, n. 2, p. 35-44, 16 jul. 2015. Disponível em: https://periodicos.ufsm.br/revistasaude/article/view/11290. Acesso em: 03 out. 2024.

MELO, R. **Treinamento Funcional: Conceitos e Aplicações.** Porto Alegre: Artmed, 2014.

MOREIRA, A. L.; NICOLAI, A. C.; SANT'ANA, P. G. Treinamento funcional na prevenção e redução da obesidade em idosos. **Revistas Publicadas FIJ** - até 2022, [S. l.], v. 2, n. 1, 2020. Disponível em: http://portal.fundacaojau.edu.br:8077/journal/index.php/revistasanteriores/article/view/343. Acesso em: 03 out. 2024.

NEVES, L. M.; FORTALEZA, A.C.S.; ROSSI, F. E.; DINIZ, T. A.; CASTRO, M. R. DE ARO, B. L.; FREITAS JÚNIOR, I. F. Efeito de um programa de treinamento funcional de curta duração sobre a composição corporal de mulheres na pós-menopausa. **Revista Brasileira De Ginecologia e Obstetrícia**, 36(9), 404-409, 2014. Disponível em: https://www.scielo.br/j/rbgo/a/QLdDB3H7wz5wnDwznL4sfNs/abstract/?lang=en#. Acesso em: 03 out. 2024.

NG, M.; FLEMING, T.; ROBINSON, M.; THOMSON, B.; GRAETZ, N.; MARGONO, C. Global, regional, and national prevalence of overweight and obesity in children and adults during 1980-2013: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2013. **The Lancet,** 384(9945): 766-81, 2014.

NOVAES, Jefferson; GIL, Ana; RODRIGUES, Gabriel. Condicionamento Físico e Treino funcional: Revisando alguns conceitos e posicionamentos. **Revista Uniandrade**, v. 15, n. 2, p. 87-93, 2014. Disponível em: https://revistahom.uniandrade.br/index.php/revistauniandrade/article/view/136/120. Acesso em: 6 out. 2024.

OLIVEIRA, L.P.M.; ASSIS, A.M.O.; SILVA, M.C.M.; SANTANA, M.L.P.; SANTOS, N.S.; PINHEIRO, S.M.C. et al. **Fatores associados a excesso de peso e concentração de gordura abdominal em adultos na cidade de Salvador, Bahia, Brasil**. Cad Saúde Pública 2009; 25(3): 570-82. Disponível em: https://www.scielo.br/j/csp/a/PQ3GbJn6QdZd73jcPrWcqjS/abstract/?lang=pt. Acesso em: 03 out. 2024.

OLIVEIRA, D. V.; CAMPOS, R. S.; ANTUNES, M. D.; BATISTA, R. P. R.; NASCIMENTO JÚNIOR, J. R. A. Efeito de um programa de treinamento funcional sobre a ansiedade e autoestima de idosas. **Revista Brasileira de Psicologia do Esporte**, v. 9, n. 1, p. 1-11, jul. 2019. Disponível em: https://www.scielo.br/j/csp/a/PQ3GbJn6QdZd73jcPrWcqjS/abstract/?lang=pt#. Acesso em: 03 out. 2024.

ORGANIZAÇÃO PANAMERICANA DA SAÚDE. (2020). **Uso de álcool durante a pandemia de COVID-19 na América Latina e no Caribe Brasília.** https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/52936/OPASNMHMHCOVID19200042_por.pdf?sequence=5&isAllowed=y

SILVA-GRIGOLETTO, M.E.D.; BRITO, C. J., Heredia, J. R. (2014). Functional training: functional for what and for whom? **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano** 16(6), 714-719,2014. Disponível em: https://www.scielo.br/j/rbcdh/a/x33v57LLnJQPz9cSdqPwhfK/?lang=pt#. Acesso em: 3 out. 2014.

SILVENTOINEN, K. et al. Genetic and environmental effects on body mass index from infancy to the onset of adulthood. **International Journal of Obesity,** v. 34, n. 4, p. 641-648, 2010.

SWINBURN, B. A. *et al.* The global obesity pandemic: shaped by global drivers and local environments. **The Lancet,** v. 378, n. 9793, p. 804-814, 2011.

VIEIRA, K. F. L. et al. Fatores de risco e as repercussões da obesidade na vida de idosos obesos. **Revista da Enfermagem UFPE online**, v. 9, n. 1, p. 8-14, 2015. Disponível em: https://periodicos.ufpe.br/revistas/index.php/revistaenfermagem/article/view/10300. Acesso em 03 out. 2024.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Obesity: Preventing and managing the global epidemic. Report of a WHO Consultation on Obesity** Geneva: WHO; 1998.

Relatório DOCxWEB DOCXWEB.COM Ajuda

Título: **obeneficios do treinamento funcional no combate ao**
Data: 28/10/2024 13:15
Usuário: Renan Roberto
Email: renan.kaizer@hotmail.com Revisão: 1

Observações:
- Caso tenha dúvia na interpretação do relatório, acione o botão 'Ajuda'.
- Caso tenha recebido este relatório de outra pessoa e exista a suspeita de violação das informações mais sensíveis apresentadas abaixo, use o texto da pesquisa e realize uma nova pesquisa no docxweb.com.
- As demais informações estão disponíveis no restante das abas expansíveis do relatório.

Autenticidade em relação a INTERNET

Autenticidade Calculada: **82 %**

Ocorrência de Links:

2 % https://www.scielosp.org/article/rbepid/2020.v23/e200036/
2 % https://www.scielo.br/j/rbepid/a/d3Mg79yX3bTkDBS3hc55LLw/?lang=pt
2 % http://scielosp.org/article/rbepid/2020.v23/e200036/
2 % https://www.scielo.br/j/rbepid/a/d3Mg79yX3bTkDBS3hc55LLw/
1 % http://www.avm.edu.br/docpdf/monografias_publicadas/posdistancia/53087...
1 % https://abran.org.br/essencea/admeventos/admcj/congresso2019/home/anai...
1 % http://scielosp.org/pdf/rbepid/2020.v23/e200036/pt
1 % https://www.researchgate.net/publication/267331797_Condicionamento_Fis...
1 % https://www.cnnbrasil.com.br/saude/brasil-pode-ter-50-de-criancas-e-ad...
1 % http://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/6349.pdf

Autenticidade em relação a INTERNET

%	Ocorrência de Links	
2	https://www.scielosp.org/article/rbepid/2020.v23/e200036/	
2	https://www.scielo.br/j/rbepid/a/d3Mg79yX3bTkDBS3hc55LLw/?lang=pt	
2	http://scielosp.org/article/rbepid/2020.v23/e200036/	
2	https://www.scielo.br/j/rbepid/a/d3Mg79yX3bTkDBS3hc55LLw/	
1	http://www.avm.edu.br/docpdf/monografias_publicadas/posdistancia/53087.pdf	
1	https://abran.org.br/essencea/admeventos/admcj/congresso20	

%	Ocorrência de Links	
	19/home/anais/anais_congresso_2019.pdf	
1	http://scielosp.org/pdf/rbepid/2020.v23/e200036/pt	
1	https://www.researchgate.net/publication/267331797_Condicionamento_Fisico_e_Treino_Funcional_Revisando_Alguns_Conceitos_e_Posicionamentos	
1	https://www.cnnbrasil.com.br/saude/brasil-pode-ter-50-de-criancas-e-adolescentes-obesos-ou-com-sobrepeso-em-2035/	
1	http://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/6349.pdf	
1	https://periodicos.unifor.br/RBPS/article/download/3533/pdf	
1	https://rubiacristinafernandes.jusbrasil.com.br/artigos/795238413/a-violencia-promovida-ao-docente-pelo-aluno-nas-escolas-publicas	
1	http://editorarealize.com.br/editora/anais/conedu/2021/TRABALHO_EV150_MD1_SA105_ID876_29072021200720.pdf	
1	https://www.rasbran.com.br/rasbran/issue/download/17/20	
1	https://www.passeidireto.com/arquivo/65746590/artigotese/2	
1	http://revista.uninga.br/uninga/article/download/327/1875/7722	
1	https://www.hospitaloswaldocruz.org.br/imprensa/hospital-na-midia/brasil-pode-ter-50-de-criancas-e-adolescentes-obesos-ou-com-sobrepeso-em-2035/	
1	https://repositorio.ufmg.br/bitstream/1843/BUBD-9CXH34/1/tcc_liana_sousa_v._gonalves.pdf	
1	https://www.researchgate.net/publication/370828626_A_IMPORTANCIA_DO_TREINAMENTO_FUNCIONAL_NO_COTIDIANO_DAS_ACADEMIAS_UMA_REVISAO_SISTEMATICA_DE_LITERATURA	
1	http://rd.uffs.edu.br/bitstream/prefix/1296/1/KAWALEK.pdf	
1	http://revistavalore.emnuvens.com.br/valore/article/download/972/773	

%	Ocorrência de Links	
1	https://revistavalore.emnuvens.com.br/valore/article/download/972/773	
1	https://ftramonmartins.files.wordpress.com/2016/09/tratado-de-geriatria-e-gerontologia-3c2aa-ed.pdf	
1	http://jus.com.br/artigos/83067/o-codigo-penal-e-o-sistema-prisional-brasileiro-quanto-aos-psicopatas	
1	http://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/2405.pdf	
1	http://www.fibbauru.br/custom/561/uploads/EDUCACAO_FISICA.pdf	
1	https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/2405.pdf	
1	http://repositorio.ufmg.br/bitstream/1843/BUBD-9CXH34/1/tcc_liana_sousa_v._gonalves.pdf	

Texto Pesquisado (Internet)

1 INTRODUÇÃO

Treinamento funcional é um método de exercício que envolve a simulação de movimentos e atividades do dia a dia para melhorar a capacidade funcional do corpo. Ele enfatiza o uso de exercícios multiarticulares e integrados que visam aprimorar a força, a estabilidade, a flexibilidade e o equilíbrio, proporcionando benefícios para a saúde e o desempenho esportivo (BOYLE, 2004).
Boyle (2004), ainda aponta que o treinamento funcional se fundamenta em movimentos básicos que imitam os padrões naturais do corpo humano, como puxar, empurrar, agachar e girar. Esses movimentos são cruciais para aprimorar a capacidade funcional e a eficiência nas atividades cotidianas, além de minimizar o risco de lesões. O diferencial do treinamento funcional é a integração de múltiplas cadeias musculares, em vez de trabalhar músculos de forma isolada, o que resulta em uma melhora global do desempenho físico e esportivo.
Uma questão deve ser compreendida. A aplicação correta do termo “funcional” deve estar associada ou se relacionar às funções do sistema psico-biológico humano, ou seja, um treinamento para ser considerado funcional deve contemplar exercícios selecionados tendo como critério a sua funcionalidade (SILVA-GRIGOLETTO, 2014).
Em relação ao sobrepeso e a obesidade, é uma doença que se caracteriza pelo excesso de acumulação de gordura corporal em um nível que traz diversos malefícios para a saúde (WHO,1998). De acordo com o Atlas Mundial da Obesidade de 2024, a taxa anual de crescimento da obesidade em crianças e adolescentes brasileiros entre 2020 e 2035 será de 1,8%. Segundo os dados, a prevalência de crianças e adolescentes com IMC (Índice de Massa Corporal) elevado era de 34% em 2020, com mais de 15 milhões de afetados. Em 2035, a projeção é de que essa taxa chegue a 50%, com mais de 20 milhões de crianças e adolescentes obesos ou com sobrepeso (MARACCINI, 2024).
Barbieri et al. (2012), realizaram uma revisão de literatura, na qual examinaram 75 artigos.

Essa pesquisa apontou que os quatro principais fatores causadores do excesso de peso são, respectivamente: sedentarismo e alimentação inadequada, fatores genéticos, nível socioeconômico e fatores psicológicos. É sabido que é um grande problema e nesse contexto precisamos destacar que as condições físicas, sociais e psicológicas associadas com o excesso de peso são: osteoartrite, diabetes tipo II, hiperlipidemia, doença cardíaca, acidente vascular cerebral, hipertensão, alguns tipos de câncer, doença da vesícula biliar, gota, distúrbios alimentares, distúrbios do sono e distúrbios de humor (BRAY, 2003).
A motivação para a realização dessa pesquisa é devido ao fato de que a investigação científica sobre os benefícios do treinamento funcional no combate ao sobrepeso e à obesidade é fundamental para o avanço do conhecimento, pois fornece uma base sólida para a prática baseada em evidências e facilita a criação e a implementação de programas de exercícios eficazes que podem beneficiar amplamente a sociedade.
Nesse sentido, os pesquisadores acreditam ser de grande importância a realização desta pesquisa contribuindo para o aumento do conhecimento científico para melhor entender e relatar os benefícios do treinamento funcional no enfrentamento do sobrepeso e da obesidade com enfoque na sua influência na redução de peso, na capacidade funcional e na qualidade de vida dos praticantes.
De acordo com os fatos expostos anteriormente e sabendo da relevância desse estudo para os profissionais que atuam na grande área da saúde, principalmente Educação Física e Nutrição, o objetivo dessa pesquisa foi relatar os benefícios do treinamento funcional no enfrentamento do sobrepeso e da obesidade com enfoque na sua influência na redução de peso, na capacidade funcional e na qualidade de vida dos praticantes.

2 MÉTODOS

Trata-se de uma pesquisa bibliográfica baseada nas principais fontes científicas dos benefícios do treinamento funcional como forma de combate ao sobrepeso e obesidade. Segundo Gil (2020), A pesquisa bibliográfica procura explicar e discutir um tema com base em referências teóricas publicadas em livros, revistas, periódicos e outros. Busca também, conhecer e analisar conteúdos científicos sobre determinado tema. Ainda em relação à pesquisa bibliográfica ou revisão da literatura, Marconi e Lakatos (2017), relatam que é um tipo de pesquisa que trata de uma análise crítica, meticulosa e ampla das publicações correntes em uma determinada área do conhecimento).
Para a coleta das informações foram utilizadas as bases de dados do Scielo, sites e também no Google Acadêmico.
Os estudos foram selecionados por dois revisores (ESL e RRK) e um terceiro revisor (EPR) estava disponível para resolver qualquer dúvida ou mesmo divergência. Primeiramente, os pesquisadores analisaram todos os títulos encontrados nos bancos de dados, foram lidos os resumos e em seguida o texto na íntegra. A partir disso, foram escolhidos os artigos e outros materiais bibliográficos que se adequaram aos critérios de inclusão para fazer parte da pesquisa.
Foram utilizadas publicações que tinham relação com a temática abordada. Nesse sentido, incluem-se na lista de descritores as palavras (treinamento funcional) AND (sobrepeso) AND (obesidade) AND (excesso de peso) utilizando os filtros de buscas não foi determinando restrição de data para a pesquisa.
Foram selecionadas 53 publicações científicas que estavam de acordo com os objetivos traçados. Porém, utilizando os critérios de exclusão de nossa pesquisa, utilizamos 38 materiais bibliográficos.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para ampliarmos o nosso conhecimento em relação à pesquisa, é de fundamental importância sabermos qual é a definição de sobrepeso e obesidade. Oliveira et al., (2009), define sobrepeso e obesidade pelo acúmulo de gordura corporal, excedendo os padrões aceitáveis de normalidade antropométrica em diferentes graus e integram o grupo das

doenças crônicas não transmissíveis (DCNT). Atuam como importantes fatores de risco para a morbimortalidade de populações adultas, associando-se a 63% do total global de mortes causadas pela DCNT.

Uma questão importante que deve ser abordada é em relação à prevalência dos índices de sobrepeso e obesidade. Ng et.al., (2014), relatam que a prevalência mundial de sobrepeso/obesidade vem apresentando rápido e progressivo aumento nas últimas décadas, de modo que, atualmente, 2,1 bilhões de adultos estão nessa condição, o que representa quase 30% da população mundial. Destaca-se ainda que, de 1980 a 2013, o excesso de peso aumentou 27,5% entre os adultos.

No que se refere aos motivos dos índices de sobrepeso e obesidade, Silventoinen et al., (2010), relatam que a predisposição genética desempenha um papel significativo no desenvolvimento da obesidade. Estudos indicam que cerca de 40-70% da variação no IMC pode ser atribuída a fatores genéticos.

Logicamente, não poderíamos deixar de mencionar a influência do ambiente nesse processo. Em relação a isso, Swinburn et al., (2011), relatam em seu estudo que o ambiente moderno, caracterizado pela abundância de alimentos calóricos e pela falta de atividade física, é um fator importante no aumento da prevalência da obesidade. A dieta rica em gorduras e açúcares, associada a um estilo de vida sedentário, contribui significativamente para o ganho de peso. Esse cenário deixa claro que, além dos fatores psicológicos e biológicos, o ambiente em que vivemos tem uma influência direta sobre o aumento dos casos de excesso de peso corporal. A disponibilidade constante de alimentos ultraprocessados e ricos em calorias, somada à escassez de locais adequados para a prática regular de atividades físicas, cria condições ideais para o ganho de peso. Isso destaca a urgência de implementar políticas públicas que promovam mudanças no ambiente, incentivando tanto uma alimentação mais equilibrada quanto a prática de exercícios, de modo a enfrentar essa questão de maneira mais ampla e eficaz.

Dentro de todo esse contexto, existem inúmeros fatores que acabam contribuindo para o desencadeamento do sobrepeso e da obesidade. Friedman (2019), aponta que alterações no metabolismo, como resistência à insulina e disfunções hormonais, também são importantes no desenvolvimento do sobrepeso e obesidade. A leptina e a grelina, hormônios que regulam a saciedade e a fome, respectivamente, podem estar desequilibrados em indivíduos obesos. Diante desse panorama, é fundamental compreender a relevância de exames médicos regulares para a identificação de possíveis alterações metabólicas. A avaliação dos níveis hormonais, incluindo a leptina e a grelina, pode fornecer insights valiosos sobre os mecanismos que contribuem para o sobrepeso e a obesidade. Ao detectar desequilíbrios hormonais precocemente, é possível implementar intervenções adequadas que promovam a regulação do apetite e a saciedade, além de facilitar a criação de estratégias de tratamento mais eficazes. Portanto, realizar exames de rotina não deve ser visto apenas como uma formalidade, mas como uma ferramenta valiosa na prevenção e no manejo da obesidade, possibilitando um acompanhamento mais completo e personalizado da saúde do indivíduo.

Pesquisa realizada por Cabrera et al., (2014), com amostra de 402 escolares (crianças e adolescentes), e analisou a prevalência de sobrepeso e obesidade e do nível de atividade física em crianças e adolescentes de uma cidade do sudoeste de São Paulo, e obtiveram os seguintes resultados: 123 indivíduos (30,59%) tiveram como classificação sobrepeso, obesidade ou obesidade grave e que 251 indivíduos (62,44%) não realizam a prática da atividade física de forma adequada, e fica evidente a suma importância de um programa para estimular uma melhor aliment ação, melhor qualidade de vida para essas crianças, tanto para a perda de peso quanto para a melhora da atividade física. Pois é mais fácil educar as crianças a comerem bem e terem uma vida ativa fisicamente do que reeducar adultos que já comem mal e tem uma vida sedentária.

O estilo de vida também interfere diretamente nesses índices. Em relação a esse fator, Barros et al., (2021), evidenciaram em sua pesquisa que foi feita com 1.110 universitários, a prevalência do consumo irregular de frutas, consumo excessivo de álcool e que 27,7% dos universitários que participaram da pesquisa não realizam as recomendações nacionais

mínimas de atividades físicas. Também, nesse sentido, Camargo e Añez (2020), relatam que a Organização Mundial da Saúde (OMS), faz a recomendação mínima de atividade física para adultos é de 150 a 300 minutos por semana de atividade física de intensidade moderada ou vigorosa. Esses achados revelam como o comportamento diário, especialmente entre estudantes universitários, está diretamente relacionado ao aumento de fatores que favorecem o ganho de peso e problemas de saúde. A ingestão insuficiente de alimentos saudáveis, associada ao consumo elevado de álcool e à baixa prática de exercícios, é um padrão preocupante. Embora a OMS recomende entre 150 e 300 minutos semanais de atividade física moderada a intensa, muitos jovens ainda não seguem essas orientações. Quando nos deparamos com esses dados, constatamos a urgência de promover a conscientização sobre a importância de um estilo de vida mais ativo e equilibrado, com foco na prevenção de condições crônicas.

Ainda em relação ao estilo de vida, uma pesquisa realizada em 2020 pela Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS), os dados mostraram que a prevalência de maior frequência no consumo de bebidas com teor alcoólico foi realizada por jovens. Ainda em seu estudo, Guimarães (2013), cita que uma vez que as associações positivas entre álcool e modificações nas medidas adiposas (conjunto de medidas que permitem avaliar a quantidade de gordura corporal) foram os resultados da pesquisa mais observados. Com isso, sugere-se que é possível que exista um efeito sobre a obesidade abdominal.

No que se refere a pesquisa realizada com adultos, uma informação deve ser destacada. Para tanto, Mazur e Navarro (2015), afirmam que existe uma relação direta entre a insegurança alimentar e a obesidade, de forma que a maior disponibilidade de alimentos não saudáveis e/ou o fácil acesso a esses itens pode contribuir para o ganho de peso e resultar em obesidade em adultos. A partir dessa observação, não podemos esquecer que a adoção de hábitos alimentares saudáveis pelos adultos não só contribui para a sua própria saúde, mas também serve de exemplo crucial para as gerações mais jovens, ao promover um ambiente doméstico onde a alimentação saudável é priorizada, os adultos podem ajudar a prevenir o desenvolvimento da obesidade e outros problemas de saúde nas crianças, criando uma base sólida para que elas cresçam com hábitos mais saudáveis e conscientes.

Já para a população idosa, Vieira et al., (2015), realizaram uma pesquisa com 30 idosos obesos, e os principais fatores identificados associados à obesidade foram o uso de álcool, dieta hiperlipídica e falta de atividade física. E essa falta de atividade física leva ao sedentarismo que representa um risco pessoal de doenças e contribui significativamente para o declínio das funções orgânicas. Ele está associado ao aparecimento de problemas de saúde, como doenças cardiovasculares, hipertensão, diabetes mellitus e obesidade.

Em relação às informações que constam no parágrafo anterior, é essencial que, com o envelhecimento, os idosos se conscientizem de que a prática regular de atividades físicas reduz os fatores de risco típicos da terceira idade, favorecendo um envelhecimento saudável e bem-sucedido (GOMES NETO, 2012).

Em relação ao treinamento funcional, Melo (2014), relata que o mesmo enfatiza o movimento sobre os músculos, integrando diversas capacidades físicas, como força, equilíbrio, flexibilidade e coordenação, através de exercícios que envolvem múltiplas articulações e planos de movimento, preparando o corpo de forma mais completa para os desafios do dia a dia, garantindo uma maior adaptabilidade do corpo aos diferentes tipos de demandas físicas.

Para tanto, convém abordar que o treinamento funcional tem como finalidade refinar a capacidade funcional do corpo humano. Para isto é fundamental o treinamento da região central do corpo (core). Na complexidade do trabalho de treinamento funcional, entende-se que primeiro seja necessário fortalecer o centro (core) para depois mobilizar as extremidades (NOVAES, 2014).

Nesse sentido, Freitas, Alves e Silva (2022), apontam que o treinamento funcional pode ser reconhecido como uma ferramenta muito eficaz para aliviar e até mesmo evitar muitas doenças comuns em nossa sociedade. Concluem também que o treinamento funcional é potencialmente benéfico para seus participantes, e atrelado a uma rotina de bons hábitos alimentares e tendo um acompanhamento profissional é uma boa solução para o combate à

obesidade. Esses hábitos não apenas potencializam os resultados, mas também promovem uma saúde integral.

No que se refere ao treinamento funcional, é sabido que ele proporciona inúmeros benefícios para os seus praticantes, dentre eles: melhora da resistência, força, agilidade, crescimento do tônus muscular, ele se torna algo prazeroso, queima as calorias e condiciona o corpo com diferentes vertentes de exercício sendo assim melhorando a qualidade de vida da pessoa (DUARTE et al., 2018).

Nesse sentido, o treinamento funcional é recomendado para diversas faixas etárias. No caso das crianças com sobrepeso, ele pode ser eficaz não apenas na prevenção do sedentarismo, mas também no enfrentamento da obesidade já estabelecida, devido à significativa queima calórica proporcionada por esse tipo de exercício. Dessa forma, torna-se uma ferramenta valiosa na prevenção e na reversão do quadro de obesidade infantil (ANTUNES e BERTOLO, 2017).

Em relação à faixa etária para a realização da prática do treinamento funcional, Lucatan (2020), diz que não há contraindicações da prática do treinamento funcional em nenhuma faixa etária e que o treinamento funcional tem a capacidade de auxiliar tanto no controle de peso quanto no combate ao sedentarismo, assim auxiliando no combate também da obesidade. Ainda sobre a faixa etária, Carvalho et al., (2023), diz que implementar o treinamento funcional na rotina das crianças e adolescentes é uma estratégia interessante, que irá estimular a prática de atividade física de diversas maneiras. Esses estudos ressaltam a versatilidade do treinamento funcional, que pode ser adaptado para diferentes idades, desde crianças até idosos.

Pesquisa com jovens obesos, realizada por Cayres et al., (2014), apontou que o treinamento funcional reduziu 76,9% a ocorrência da EHNA (esteatose hepática não alcoólica), uma diminuição da gordura corporal em 4,97%, redução da gordura intra-abdominal em 19.90% e aumento da massa muscular em 4,18% em 20 semanas de treinamento, que foram divididas em 4 semanas de adaptação e 16 semanas de sobrecarga de treinamento.

No que diz respeito aos idosos, em sua pesquisa, Moreira et al., (2020), citam que no tratamento de idosos obesos, o treinamento funcional interferiu de maneira positiva na composição corporal dos mesmos, sendo uma estratégia eficaz para o combate ao sobrepeso e obesidade.

Em relação a essa afirmação, estudo realizado por Neves et al., (2014), em um grupo de 38 mulheres menopausadas (acima de 60 anos), notou uma diminuição na gordura do tronco, na gordura corporal e na massa corporal após 8 semanas de treinamento funcional, se mostrando assim uma ótima estratégia.

Martins (2020), também realizou um estudo acerca do treinamento funcional em mulheres classificadas com sobrepeso ou obesidade, participaram 40 voluntárias do sexo feminino com idade entre 40 e 59 anos de idade, e que o treinamento funcional junto com o treino intervalado de alta intensidade (HIIT) impactaram positivamente na composição corporal das participantes, e exalta ainda que a atividade física pode vir a reduzir o peso corporal, ganho de massa magra, liberação de endorfina e melhoria do humor, tornando o processo de emagrecimento mais sustentável e prazeroso. Ainda sobre a liberação de endorfina e melhora do humor, Costa (2007), diz que a prática regular de exercícios não traz apenas benefícios fisiológicos, mas também promove melhorias psicológicas, como maior sensação de bem-estar, elevação do humor e da autoestima, além de contribuir para a redução da ansiedade, tensão e depressão

Outro estudo realizado por Correa (2022), teve a amostra de 28 mulheres idosas, que foram divididas em treinamento funcional e grupo controle, e após 36 aulas de treinamento funcional que duraram por 12 semanas concluiu que as idosas participantes apresentaram uma melhora significativa na flexibilidade de membros inferiores, percepção de dor, resistência de força e capacidade cardiorrespiratória.

O treinamento funcional é muito importante no processo de emagrecimento, junto com uma dieta prescrita por um profissional da área, pois um fator auxilia o outro no objetivo principal (CRUZ, 2022). Seguindo este pensamento, Generoso Junior (2017), realizou um estudo que teve a participação de 12 mulheres praticantes de treinamento funcional, e buscou comparar

durante 3 meses um grupo sem acompanhamento nutricional com um grupo com acompanhamento de um profissional de nutrição. Ao fim desse estudo constatou-se que as mulheres de ambos os grupos passaram por mudanças significativas na composição corporal. No entanto, o grupo que contou com a intervenção nutricional obteve melhorias ainda mais acentuadas em termos absolutos, atribuídas a alterações na rotina alimentar, como a divisão das refeições e a qualidade dos alimentos ingeridos. Para tanto, concluiu-se que o acompanhamento nutricional é eficiente na redução do percentual de gordura, o que contribui para a prevenção de doenças, a preservação da saúde e o aumento da qualidade de vida das mulheres.

Convém abordar que o treinamento funcional, quando bem planejado, se torna um método eficiente na redução de gordura corporal, porém é importante destacar que o tratamento da obesidade não se resume a uma única causa. É fundamental identificar cada fator contribuinte para que múltiplas abordagens possam ser aplicadas, com o objetivo de aprimorar a qualidade de vida das pessoas obesas e aquelas com excesso de peso (COELHO NETTO, 2016). Portanto, a combinação de treinamento funcional com uma alimentação equilibrada, suporte psicológico e orientação médica é crucial para garantir resultados efetivos e duradouros. Essa abordagem integrada não só visa a perda de peso, mas também o fortalecimento da autoestima e a promoção de hábitos saudáveis que contribuam para uma melhor qualidade de vida a longo prazo

Como já citado no presente trabalho, fatores psicológicos são um dos principais fatores causadores de obesidade, Oliveira (2019), realizou um estudo que buscava analisar o efeito de um programa de treinamento funcional sobre a ansiedade e a autoestima de idosas, e obteve como resultado que o treinamento funcional é um método eficaz para prevenir ou reduzir os distúrbios físicos e mentais em pessoas idosas. Esses resultados evidenciam a relevância do treinamento funcional não apenas para a melhora da condição física, mas também para o bem-estar mental, especialmente em populações idosas. Isso reforça a ideia de que o combate ao excesso de peso corporal deve englobar estratégias que atuem tanto no corpo quanto na mente, abordando fatores como a ansiedade e a autoestima. Portanto, ao considerar o sobrepeso e a obesidade sob essa perspectiva mais ampla, é possível oferecer intervenções mais eficazes e duradouras que auxiliem não apenas na perda de peso, mas também na melhora da qualidade de vida dos indivíduos.

Apesar dos inúmeros benefícios associados ao treinamento funcional no combate ao sobrepeso e a obesidade, este estudo apresenta alguns fatores limitantes. Um deles é de que algumas pesquisas apresentam um tempo de acompanhamento relativamente “curto”. Nesse sentido, seria interessante estudos com intervenções com maior tempo para maiores análises. Outro ponto importante é a ausência de uma comparação com outros métodos de intervenção, o que restringe a análise da eficácia do treinamento funcional em relação a outras abordagens. Além disso, o suporte psicológico é crucial, pois pode ajudar a abordar fatores emocionais e comportamentais que afetam a adesão a programas de emagrecimento.

Sugere-se que futuros estudos explorem de maneira mais aprofundada a relação entre o treinamento funcional e o combate ao sobrepeso e à obesidade, levando em consideração variáveis ainda pouco abordadas. Pesquisas que envolvam amostras maiores e mais diversificadas, incluindo diferentes faixas etárias, condições de saúde e níveis de atividade física, podem proporcionar uma visão mais abrangente dos efeitos desse tipo de treinamento. Além disso, seria interessante investigar o impacto de protocolos de treinamento funcional combinados com intervenções nutricionais controladas, a fim de avaliar a sinergia entre exercício e alimentação no processo de perda de peso. Estudos de longo prazo também são necessários para avaliar a sustentabilidade dos resultados obtidos com o treinamento funcional, assim como a comparação com outras modalidades de exercício, como o treinamento aeróbico e de resistência, para determinar qual abordagem oferece melhores resultados no combate ao sobrepeso e a obesidade, que sem dúvidas são um dos maiores problemas de saúde pública no século XXI.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho teve como objetivo analisar os benefícios do treinamento funcional como uma abordagem eficaz no combate ao sobrepeso e à obesidade, ressaltando sua importância em um cenário de crescente prevalência desses problemas de saúde. A pesquisa demonstrou que os exercícios funcionais, baseados em movimentos naturais e integrados, não apenas favorecem a queima de calorias, mas também fortalecem a musculatura, aumentam a resistência cardiovascular e melhoram a coordenação motora. Esses benefícios contribuem para uma melhor qualidade de vida, pois a prática regular não se limita à estética, mas abrange questões fundamentais, dentre eles os aspectos físicos, emocionais e sociais, promovendo um estilo de vida mais saudável e sustentável.

Além de seu papel no tratamento do sobrepeso e da obesidade, o treinamento funcional também se destaca como uma importante ferramenta preventiva. Ao trabalhar movimentos integrados que melhoram a coordenação, força e resistência cardiovascular, ele contribui para a manutenção de um peso saudável e evita o desenvolvimento de condições associadas ao excesso de peso, como doenças cardiovasculares e metabólicas. A prática regular desde cedo pode reduzir significativamente os riscos de ganho de peso excessivo, promovendo hábitos saudáveis que podem ser mantidos ao longo da vida. Nesse sentido, o treinamento funcional deve ser incentivado como parte de programas de saúde pública, atuando de forma proativa na prevenção desses problemas de saúde, antes que se tornem crônicos.

Finalizando, o treinamento funcional se destaca por sua flexibilidade e adaptabilidade, tornando-se uma alternativa viável para diferentes perfis de indivíduos. Essa abordagem inclusiva facilita a adesão a longo prazo, essencial para a efetividade no combate ao sobrepeso e à obesidade. Dessa forma, conclui-se que o treinamento funcional deve ser incorporado como uma estratégia prioritária, incentivando a colaboração entre profissionais de Educação Física, Nutrição e Psicologia para promover hábitos saudáveis e um suporte abrangente aos indivíduos que buscam melhorar sua saúde e bem-estar. Este estudo reforça a necessidade de abordagens multidisciplinares e sugere a continuidade de pesquisas sobre o impacto do treinamento funcional na saúde da população.

Links por Ocorrência (Internet)

Fragmento: pelo acúmulo de gordura corporal, excedendo os padrões aceitáveis de normalidade antropométrica em diferentes graus e integram o grupo das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT). Atuam como importantes fatores de risco para a morbimortalidade de populações adultas, associando-se a 63% do total global de mortes causadas pela DCNT.
http://scielosp.org/article/rbepid/2020.v23/e200036/
https://www.scielosp.org/article/rbepid/2020.v23/e200036/
https://www.scielo.br/j/rbepid/a/d3Mg79yX3bTkDBS3hc55LLw/?lang=pt
https://www.scielo.br/j/rbepid/a/d3Mg79yX3bTkDBS3hc55LLw/

Fragmento: de sobrepeso/obesidade vem apresentando rápido e progressivo aumento nas últimas décadas, de modo que, atualmente, 2,1 bilhões de adultos estão nessa condição, o que representa quase 30% da população mundial. Destaca-se ainda que, de 1980 a 2013, o excesso de peso aumentou 27,5%
http://scielosp.org/article/rbepid/2020.v23/e200036/
https://www.scielosp.org/article/rbepid/2020.v23/e200036/
https://www.scielo.br/j/rbepid/a/d3Mg79yX3bTkDBS3hc55LLw/?lang=pt
https://www.scielo.br/j/rbepid/a/d3Mg79yX3bTkDBS3hc55LLw/
http://scielosp.org/pdf/rbepid/2020.v23/e200036/pt

Fragmento: A pesquisa bibliográfica procura explicar e discutir um tema com base em referências teóricas publicadas em livros, revistas, periódicos e outros. Busca também, conhecer e analisar conteúdos científicos sobre determinado tema.
https://repositorio.ufmg.br/bitstream/1843/BUBD-9CXH34/1/tcc_liana_sousa_v._gonalves.pdf
https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/2405.pdf
http://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/2405.pdf
https://rubiacristinafernandes.jusbrasil.com.br/artigos/795238413/a-violencia-promovida-ao-docente-pelo-aluno-nas-escolas-publicas
http://repositorio.ufmg.br/bitstream/1843/BUBD-9CXH34/1/tcc_liana_sousa_v._gonalves.pdf
http://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/6349.pdf
http://rd.uffs.edu.br/bitstream/prefix/1296/1/KAWALEK.pdf
http://rd.uffs.edu.br/bitstream/prefix/1296/1/KAWALEK.pdf
http://editorarealize.com.br/editora/anais/conedu/2021/TRABALHO_EV150_MD1_SA105_ID876_29072021200720.pdf
http://revista.uninga.br/uninga/article/download/327/1875/7722
http://jus.com.br/artigos/83067/o-codigo-penal-e-o-sistema-prisional-brasileiro-quanto-aos-psicopatas
https://www.passeidireto.com/arquivo/65746590/artigotese/2
http://www.avm.edu.br/docpdf/monografias_publicadas/posdistancia/53087.pdf
http://www.nucleodoconhecimento.com.br/educacao/ensino-do-corpo
https://acervodigital.ufpr.br/bitstream/handle/1884/42387/R - E - MAURO LUIZ SAMPAIO FILHO.pdf?sequence=1&isAllowed=y
http://www.ufrb.edu.br/gestaopublica/images/imagens/Politicas_publicas_e_democracia/RAVENA_Desafios_da_inclusão_de_nec_espec_auditivas.pdf
http://multivix.edu.br/wp-content/uploads/2018/12/avaliacao-suas-modalidades-e-o-reflexo-no-ambiente-escolar.pdf
http://multivix.edu.br/wp-content/uploads/2018/12/avaliacao-suas-modalidades-e-o-reflexo-no-ambiente-escolar.pdf
http://www.ufrb.edu.br/gestaopublica/images/imagens/Politicas_publicas_e_democracia/RAVENA_Desafios_da_inclusão_de_nec_espec_auditivas.pdf
https://repository.ufrpe.br/bitstream/123456789/3924/1/tcc_luannabritoesuzankellysilva.pdf
http://revistaea.org/artigo.php?idartigo=3735
http://ulbra-to.br/bibliotecadigital/uploads/document5e2743f8d1cab.pdf

Fragmento: A aplicação correta do termo “funcional” deve estar associada ou se relacionar às funções do sistema psico-biológico humano,
https://www.researchgate.net/publication/370828626_A_IMPORTANCIA_DO_TREINAMENTO_FUNCIONAL_NO_COTIDIANO_DAS_ACADEMIAS_UMA_REVISAO_SISTEMATICA_DE_LITERATURA
https://revistavalore.emnuvens.com.br/valore/article/download/972/773
http://revistavalore.emnuvens.com.br/valore/article/download/972/773
http://o2personal.blogspot.com/
http://www.scielo.br/pdf/rbcdh/v16n6/pt_1980-0037-rbcdh-16-06-00714.pdf
http://cienciadotreinamento.com.br/wp-content/uploads/2017/04/TREINAMENTO-FUNCIONAL-FUNCIONAL-PARA-QUE-E-PARA-QUEM.pdf
https://periodicos.ufsc.br/index.php/rbcdh/article/download/1980-0037.2014v16n6p714/27953
https://periodicos.ufsc.br/index.php/rbcdh/article/download/1980-0037.2014v16n6p714/27953/119272

Fragmento: para ser considerado funcional deve contemplar exercícios selecionados tendo como critério a sua funcionalidade
https://www.researchgate.net/publication/370828626_A_IMPORTANCIA_DO_TREINAMENTO_FUNCIONAL_NO_COTIDIANO_DAS_ACADEMIAS_UMA_REVISAO_SISTEMATICA_DE

_LITERATURA
https://revistavalore.emnuvens.com.br/valore/article/download/972/773
http://revistavalore.emnuvens.com.br/valore/article/download/972/773
https://repositorio.pgsscogna.com.br/bitstream/123456789/37542/1/ANA SAMARA PERES FARIAS.pdf
http://o2personal.blogspot.com/
https://periodicos.ufsc.br/index.php/rbcdh/article/download/1980-0037.2014v16n6p714/27953
http://www.scielo.br/pdf/rbcdh/v16n6/pt_1980-0037-rbcdh-16-06-00714.pdf
http://cienciadotreinamento.com.br/wp-content/uploads/2017/04/TREINAMENTO-FUNCIONAL-FUNCIONAL-PARA-QUE-E-PARA-QUEM.pdf
https://periodicos.ufsc.br/index.php/rbcdh/article/download/1980-0037.2014v16n6p714/27953/119272
https://pdfs.semanticscholar.org/990d/4fcab95b3e6e76a94a6f2bd3df919656c5aa.pdf

Fragmento: análise crítica, meticulosa e ampla das publicações correntes em uma determinada área do conhecimento).
https://repositorio.ufmg.br/bitstream/1843/BUBD-9CXH34/1/tcc_liana_sousa_v._gonalves.pdf
http://rd.uffs.edu.br/bitstream/prefix/1296/1/KAWALEK.pdf
https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/2405.pdf
http://editorarealize.com.br/editora/anais/conedu/2021/TRABALHO_EV150_MD1_SA105_ID876_29072021200720.pdf
http://revista.uninga.br/uninga/article/download/327/1875/7722
http://jus.com.br/artigos/83067/o-codigo-penal-e-o-sistema-prisional-brasileiro-quanto-aos-psicopatas
https://rubiacristinafernandes.jusbrasil.com.br/artigos/795238413/a-violencia-promovida-ao-docente-pelo-aluno-nas-escolas-publicas
http://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/6349.pdf
http://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/2405.pdf
http://repositorio.ufmg.br/bitstream/1843/BUBD-9CXH34/1/tcc_liana_sousa_v._gonalves.pdf
https://www.passeidireto.com/arquivo/65746590/artigotese/2
http://www.avm.edu.br/docpdf/monografias_publicadas/posdistancia/53087.pdf
http://saude.ufpr.br/portal/medtrab/wp-content/uploads/sites/25/2018/04/Elis_Biron_Artigo_otoemissões.pdf
http://www.saude.ufpr.br/portal/medtrab/wp-content/uploads/sites/25/2018/04/Elis_Biron_Artigo_otoemissões.pdf
https://repositorio.ufmg.br/bitstream/1843/BUBD-9DCFEZ/1/monografia_cleber_frank_alkimim_dias.pdf
http://dicionario.sensagent.com/revisão bibliográfica/pt-pt/
https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/2898.pdf
http://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/2898.pdf
https://www.trabalhosfeitos.com/ensaios/Paralelo-Entre-o-Que-é-Revisão/5550.html
http://www.trabalhosfeitos.com/ensaios/Paralelo-Entre-o-Que-é-Revisão/5550.html
https://www.passeidireto.com/arquivo/99308125/tcc-1-pre-projeto/2
https://junioralexandre.files.wordpress.com/2011/12/pesquisa-ti.pdf
http://www.veredas.favip.edu.br/ojs/index.php/veredas1/article/download/96/209
https://www.bccl.unicamp.br/wp-content/uploads/2020/02/Saberesessenciaisparapesquisanagraduacao.docx
https://www.nucleodoconhecimento.com.br/meio-ambiente/socioambiental-conservacao
http://www.nucleodoconhecimento.com.br/engenharia-civil/pavimento-permeavel
http://euquerosabertudo.com/perguntas-e-respostas/21465.html
https://pt.wikipedia.org/wiki/Revisão_(desambiguação)
https://www.trabalhosfeitos.com/ensaios/Ava-Aula-5/52148429.html
https://www.webartigos.com/artigos/relacao-professor-aluno-na-pratica-docente-no-ensino-superior/156531

http://srv02.fainor.com.br/revista/index.php/memorias/article/download/178/137
http://www.novoscursos.ufv.br/graduacao/caf/agn/www/wp-content/uploads/2013/11/Regulamento-TCC-Curso-de-Agronomia-UFV-CAF-versao-final-aprovada-em-05-11-2013.pdf

Fragmento: a prevalência de sobrepeso e obesidade e do nível de atividade física em crianças e adolescentes de uma
http://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/657

Fragmento: entre estudantes universitários, está diretamente relacionado ao aumento
https://abran.org.br/essencea/admeventos/admcj/congresso2019/home/anais/anais_congresso_2019.pdf

Fragmento: Esses benefícios contribuem para uma melhor qualidade de vida
http://www.terra.com.br/vida-e-estilo/valesaude/os-impactos-positivos-da-atividade-fisica-regular-na-saude-geral,ee6538a9131e5d2c70c8381f05302a9fykejhci0.html
http://blogeducacaofisica.com.br/carreira-do-profissional-de-educacao-fisica/
https://blogeducacaofisica.com.br/carreira-do-profissional-de-educacao-fisica/

Fragmento: da obesidade em crianças e adolescentes brasileiros entre
https://www.hospitaloswaldocruz.org.br/imprensa/hospital-na-midia/brasil-pode-ter-50-de-criancas-e-adolescentes-obesos-ou-com-sobrepeso-em-2035/
https://www.cnnbrasil.com.br/saude/brasil-pode-ter-50-de-criancas-e-adolescentes-obesos-ou-com-sobrepeso-em-2035/
https://www.cnnbrasil.com.br/saude/veja-8-fatores-determinantes-para-a-obesidade-segundo-pesquisa-brasileira/

Fragmento: doença cardíaca, acidente vascular cerebral, hipertensão,
https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/conexoes/article/download/8637727/5418
http://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/conexoes/article/download/8637727/5418
http://www.luzimarteixeira.com.br/wp-content/uploads/2010/10/atividade-fisica-e-obesidade-infantil.pdf

Fragmento: no enfrentamento do sobrepeso e da obesidade com
http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/perspectivas_desafios_cuidado_pessoas_obesidade.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/perspectivas_desafios_cuidado_pessoas_obesidade.pdf

Fragmento: no enfrentamento do sobrepeso e da obesidade com
http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/perspectivas_desafios_cuidado_pessoas_obesidade.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/perspectivas_desafios_cuidado_pessoas_obesidade.pdf

Fragmento: Trata-se de uma pesquisa bibliográfica baseada
http://www.ojs.ufpi.br/index.php/rics/article/download/6341/3720
http://pos.unifacef.com.br/wp-content/uploads/2018/01/ENCPESQ_E-BOOK_desafios.pdf

Fragmento: para uma melhor qualidade de vida a longo prazo
https://ftramonmartins.files.wordpress.com/2016/09/tratado-de-geriatria-e-gerontologia-3c2aa-ed.pdf

Fragmento: na melhora da qualidade de vida dos indivíduos.
https://www.saude.sp.gov.br/resources/instituto-de-saude/homepage/temas-saude-coletiva/pdfs/temas29okweb.pdf

Fragmento: de um programa de treinamento funcional sobre a
http://ibict.unifeob.edu.br:8080/jspui/bitstream/prefix/4363/1/O IMPACTO DO TREINAMENTO FUNCIONAL NAS.pdf
http://www.researchgate.net/publication/367721653_A_RELEVANCIA_DO_TREINAMENTO_FUNCIONAL_PARA_AS_CAPACIDADES_FISICAS_FUNCIONAIS_E_ASPECTOS_DA_SAUDE_DE_IDOSOS
https://www.researchgate.net/publication/367721653_A_RELEVANCIA_DO_TREINAMENTO_FUNCIONAL_PARA_AS_CAPACIDADES_FISICAS_FUNCIONAIS_E_ASPECTOS_DA_SAUDE_DE_IDOSOS

Fragmento: Nesse sentido, o treinamento funcional deve ser
http://www.researchgate.net/publication/343015366_Treinamento_funcional_Conceitos_e_beneficios
https://www.researchgate.net/publication/343015366_Treinamento_funcional_Conceitos_e_beneficios

Fragmento: de implementar políticas públicas que promovam
https://www2.camara.leg.br/a-camara/altosestudos/pdf/obra-avancos-do-marco-legal-da-primeira-infancia

Fragmento: são um dos maiores problemas de saúde pública
https://abeso.org.br/wp-content/uploads/2020/01/vigitel-brasil-2018.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/vigitel_brasil_2019_vigilancia_fatores_risco.pdf

Fragmento: sobre os benefícios do treinamento funcional
http://www.fibbauru.br/custom/561/uploads/EDUCACAO_FISICA.pdf
https://repositorio.pgsscogna.com.br/bitstream/123456789/37542/1/ANA SAMARA PERES FARIAS.pdf
https://www.unicesumar.edu.br/wp-content1/uploads/degustacao/ebook/ebook-material-didatico-educacao-fisica-bacharelado.pdf

Fragmento: como doenças cardiovasculares e metabólicas.
https://www.rasbran.com.br/rasbran/issue/download/17/20

Fragmento: promovendo um estilo de vida mais saudável
https://sbafs.org.br/admin/files/papers/file_IlduWnhVZnP7.pdf

Fragmento: no tratamento do sobrepeso e da obesidade,
https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2020/11/20201113_Relatorio_PCDT_567_Sobrepeso_e_Obesidade_em_adultos.pdf
https://abeso.org.br/wp-content/uploads/2022/11/posicionamento_2022-alterado-nov-22-1.pdf
https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/7826573/mod_resource/content/1/ABESO-POSICIONAMENTO SOBRE O TRATAMENTO NUTRICIONAL DO SOBREPESO E DA OBESIDADE.pdf
https://www.saude.pr.gov.br/sites/default/arquivos_restritos/files/documento/2022-06/linha_de_cuidado_sobrepeso_e_obesidade_diagramada_final.pdf
http://conitec.gov.br/images/Consultas/Relatorios/2020/Relatorio_PCDT_Sobrepeso_Obesidade_em_Adultos_CP_25_2020.pdf
https://www.gov.br/conitec/pt-br/midias/consultas/relatorios/2020/relatorio_pcdt_sobrepeso_obesidade_em_adultos_cp_25_2020.pdf

Fragmento: que a Organização Mundial da Saúde (OMS),
https://www.rasbran.com.br/rasbran/issue/download/17/20

https://repositorio.ufpe.br/bitstream/123456789/27516/1/ALMEIDA, R. M., 2018.pdf
https://www.arca.fiocruz.br/bitstream/icict/24828/2/ernani_costa.pdf
https://www.univates.br/bdu/bitstream/10737/835/1/2015JuliaMarmittZen.pdf
https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/49057/9789275720059_por.pdf?sequence=5
http://tede2.pucrs.br/tede2/bitstream/tede/2565/1/403021.pdf
https://esesp.es.gov.br/media/esesp/apostilas/apostila_gestaoqualvida16.pdf

Fragmento: o treino intervalado de alta intensidade
https://www.saude.pr.gov.br/sites/default/arquivos_restritos/files/documento/2022-06/linha_de_cuidado_sobrepeso_e_obesidade_diagramada_final.pdf

Fragmento: bibliográfica ou revisão da literatura,
https://repositorio.ufmg.br/bitstream/1843/BUBD-9CXH34/1/tcc_liana_sousa_v._gonalves.pdf
https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/2405.pdf
http://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/2405.pdf
http://rd.uffs.edu.br/bitstream/prefix/1296/1/KAWALEK.pdf
http://editorarealize.com.br/editora/anais/conedu/2021/TRABALHO_EV150_MD1_SA105_ID876_29072021200720.pdf
http://revista.uninga.br/uninga/article/download/327/1875/7722
http://jus.com.br/artigos/83067/o-codigo-penal-e-o-sistema-prisional-brasileiro-quanto-aos-psicopatas
https://rubiacristinafernandes.jusbrasil.com.br/artigos/795238413/a-violencia-promovida-ao-docente-pelo-aluno-nas-escolas-publicas
http://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/6349.pdf
http://repositorio.ufmg.br/bitstream/1843/BUBD-9CXH34/1/tcc_liana_sousa_v._gonalves.pdf
https://www.passeidireto.com/arquivo/65746590/artigotese/2
http://saude.ufpr.br/portal/medtrab/wp-content/uploads/sites/25/2018/04/Elis_Biron_Artigo_otoemissões.pdf
http://www.saude.ufpr.br/portal/medtrab/wp-content/uploads/sites/25/2018/04/Elis_Biron_Artigo_otoemissões.pdf
http://fate.edu.br/documentos/universo-ateneu/anais-vi-uni-ateneu-sede-messejana-e-lagoa-faculdade-ateneu.pdf
https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/2898.pdf
http://dicionario.sensagent.com/revisão bibliográfica/pt-pt/
http://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/2898.pdf
https://www.trabalhosfeitos.com/ensaios/Paralelo-Entre-o-Que-é-Revisão/5550.html
http://www.trabalhosfeitos.com/ensaios/Paralelo-Entre-o-Que-é-Revisão/5550.html
https://www.passeidireto.com/arquivo/99308125/tcc-1-pre-projeto/2
https://junioralexandre.files.wordpress.com/2011/12/pesquisa-ti.pdf
http://www.nucleodoconhecimento.com.br/engenharia-civil/pavimento-permeavel
https://pt.wikipedia.org/wiki/Revisão_bibliográfica
http://pt.wikipedia.org/wiki/Revisão_bibliográfica
https://todasasrespostas.pt/o-que-revisao-bibliografica
http://todasasrespostas.pt/o-que-revisao-bibliografica
http://todasasrespostas.pt/o-que-e-uma-revisao-de-literatura
https://portal.ifba.edu.br/camacari/ensino/documentos-estudante/manuais/2017_estagio_relatoriofinalestagio.pdf
http://repositorio.ufu.br/bitstream/123456789/22306/1/CriseSistemaPrisional.pdf
https://www.passeidireto.com/arquivo/93369484/modelo-tcc-pos-novo-correto
https://edisciplinas.usp.br/mod/resource/view.php?id=72208
https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/128744/mod_resource/content/2/Revisão-Bibliográfica-Sistematica-Tecnologia da Informação nas Organizações de Saúde.pdf

Fragmento: adoção de hábitos alimentares saudáveis
https://www.rasbran.com.br/rasbran/issue/download/17/20

http://189.28.128.100/dab/docs/eventos/mostra/pe_parte_3.pdf
https://unp.br/arquivos/pdf/cursos/pesquisa/congressocientifico/anais2012.pdf
https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2020/11/20201113_Relatorio_PCDT_567_Sobrepeso_e_Obesidade_em_adultos.pdf
http://ibict.unifeob.edu.br:8080/jspui/bitstream/prefix/4363/1/O IMPACTO DO TREINAMENTO FUNCIONAL NAS.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/evelhecimento_saude_pessoa_idosa.pdf
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_saude_pessoa_idosa_n19.pdf
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/evelhecimento_saude_pessoa_idosa.pdf
http://189.28.128.100/dab/docs/publicacoes/cadernos_ab/abcad19.pdf
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/abcad19.pdf
https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/7826573/mod_resource/content/1/ABESO-POSICIONAMENTO SOBRE O TRATAMENTO NUTRICIONAL DO SOBREPESO E DA OBESIDADE.pdf
https://abeso.org.br/wp-content/uploads/2022/11/posicionamento_2022-alterado-nov-22-1.pdf
http://www.ibfan.org.br/site/wp-content/uploads/2020/02/ANAIS-ENAM-ENACS-WBC-WCFC-2019-2edicao.pdf
http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/guia_alimentar2015.pdf
https://www.fef.unicamp.br/fef/sites/uploads/deafa/qvaf/alimen_saudavel_completo.pdf
https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/Manual_de_Obesidade_-_3a_Ed_web_compressed.pdf
http://200.214.130.94/consultapublica/display/dsp_print_completo.php?d=5428
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/promocao_saude_prevencao_riscos_doencas.pdf
https://www.saude.pr.gov.br/sites/default/arquivos_restritos/files/documento/2022-06/linha_de_cuidado_sobrepeso_e_obesidade_diagramada_final.pdf
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/relatorio_iii_forum_monitoramento_plano.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/promocao_saude_prevencao_riscos_doencas.pdf
http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/documentos/relatorio_consulta_publica.pdf
https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2017/09/oms.pdf
http://189.28.128.100/nutricao/docs/geral/regula_comerc_alimentos.pdf
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/10001021631.pdf
http://189.28.128.100/dab/docs/eventos/mostra/pe_parte_2.pdf
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/manual_atencao_mulher_climaterio.pdf
https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/1934.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/manual_atencao_mulher_climaterio.pdf
http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/desmistificando_duvidas_alimentacao.pdf
https://repositorio.unb.br/bitstream/10482/9043/1/2010_SarahGuerraGamaTinoco.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/desmistificando_duvidas_sobre_alimentação_nutricao.pdf
https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/publicacoes-para-promocao-a-saude/promocao_alimentacao_saudavel_ensino_fundamental_ii.pdf/@@download/file
https://www.scielo.br/j/sdeb/a/XStjVSCzJvFMLtLDsLzgtXz/
http://departamentos.cardiol.br/sbc-dha/profissional/revista/21-2.pdf

Fragmento: que o treinamento funcional, quando bem
https://www.researchgate.net/publication/370828626_A_IMPORTANCIA_DO_TREINAMENTO_FUNCIONAL_NO_COTIDIANO_DAS_ACADEMIAS_UMA_REVISAO_SISTEMATICA_DE_LITERATURA
http://www.fibbauru.br/custom/561/uploads/EDUCACAO_FISICA.pdf
https://revistavalore.emnuvens.com.br/valore/article/download/972/773
http://revistavalore.emnuvens.com.br/valore/article/download/972/773

Fragmento: que o treinamento funcional é um método
http://www.researchgate.net/publication/343015366_Treinamento_funcional_Conceitos_e_beneficios
https://www.researchgate.net/publication/343015366_Treinamento_funcional_Conceitos_e_beneficios
https://www.univates.br/bduserver/api/core/bitstreams/2445828d-f762-44dd-b06f-0e5eb7f9f3ce/content
http://www.univates.br/bdu/bitstreams/2445828d-f762-44dd-b06f-0e5eb7f9f3ce/download
http://www.univates.br/bduserver/api/core/bitstreams/2445828d-f762-44dd-b06f-0e5eb7f9f3ce/content
http://www.nucleodoconhecimento.com.br/educacao-fisica/treinamento-funcional
https://www.nucleodoconhecimento.com.br/wp-content/uploads/2020/06/treinamento-funcional.pdf
http://www.nucleodoconhecimento.com.br/wp-content/uploads/2020/06/treinamento-funcional.pdf
http://ibict.unifeob.edu.br:8080/jspui/bitstream/prefix/4363/1/O IMPACTO DO TREINAMENTO FUNCIONAL NAS.pdf
https://www.efdeportes.com/efd202/a-eficiencia-do-treinamento-funcional.htm

Fragmento: aspectos físicos, emocionais e sociais,
https://www.scielo.br/j/csc/a/6C3YyYwLDLgrh6SdC5jDqBn/

Fragmento: reduzir significativamente os riscos de
https://sbafs.org.br/admin/files/papers/file_IlduWnhVZnP7.pdf

Fragmento: sedentarismo e alimentação inadequada,
https://sbafs.org.br/admin/files/papers/file_IlduWnhVZnP7.pdf
http://www.gov.br/saude/pt-br/acesso-a-informacao/participacao-social/consultas-publicas/2020/arquivos/PlanoDANTversoConsultapblica.pdf
https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/svsa/doencas-cronicas-nao-transmissiveis-dcnt/09-plano-de-dant-2022_2030.pdf
http://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/publicacoes-svs/doencas-cronicas-nao-transmissiveis-dcnt/09-plano-de-dant-2022_2030.pdf
https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/publicacoes-svs/doencas-cronicas-nao-transmissiveis-dcnt/09-plano-de-dant-2022_2030.pdf/
http://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/cartilhas/2021/09-plano-de-dant-2022_2030.pdf
http://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/svsa/doencas-cronicas-nao-transmissiveis-dcnt/09-plano-de-dant-2022_2030.pdf
https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/publicacoes-svs/doencas-cronicas-nao-transmissiveis-dcnt/09-plano-de-dant-2022_2030.pdf
http://189.28.128.100/dab/docs/eventos/mostra/pe_parte_2.pdf
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-711X2021000100013

Fragmento: para a prática baseada em evidências e
https://biblioteca.ufpb.br/biblioteca/contents/noticias/biblioteca-central-disponibiliza-novos-titulos-de-acervo-digital/MinhaBibliotecaCatlogoAtualizadoabril2019.xlsx

Fragmento: os benefícios do treinamento funcional
http://www.fibbauru.br/custom/561/uploads/EDUCACAO_FISICA.pdf
https://repositorio.pgsscogna.com.br/bitstream/123456789/37542/1/ANA SAMARA PERES FARIAS.pdf
http://www.researchgate.net/publication/343015366_Treinamento_funcional_Conceitos_e_beneficios
https://www.researchgate.net/publication/343015366_Treinamento_funcional_Conceitos_e_b

eneficios
http://www.nucleodoconhecimento.com.br/educacao-fisica/treinamento-funcional
https://www.nucleodoconhecimento.com.br/wp-content/uploads/2020/06/treinamento-funcional.pdf
http://www.nucleodoconhecimento.com.br/wp-content/uploads/2020/06/treinamento-funcional.pdf
https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstreams/c3bfc297-dcbe-4182-9fe7-7628cdf9abbb/download
https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/bitstream/123456789/572/1/A Contribuicao do Treinamento Funcional para a diminuicao da obesidade infantil .pdf
http://studiomedinaplus.com.br/o-que-e-treinamento-funcional/
http://revistas.unilago.edu.br/index.php/revista-medicina/article/view/6/3
https://www.grupounibra.com/repositorio/EDFIS/2023/treinamento-funcional-e-seus-beneficios-para-a-saude-dos-idosos.pdf
https://institutolorentz.com.br/treinamento-funcional-e-seus-beneficios/
https://repositorio.uniceub.br/jspui/bitstream/235/10763/1/21313137.pdf
http://portal.periodicos.faipe.edu.br/ojs/index.php/rfaipe/article/view/27
https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstream/ANIMA/24954/1/Rodrigo_Nyer.pdf
https://www.unicesumar.edu.br/wp-content1/uploads/degustacao/ebook/ebook-material-didatico-educacao-fisica-bacharelado.pdf

Fragmento: os benefícios do treinamento funcional
http://www.fibbauru.br/custom/561/uploads/EDUCACAO_FISICA.pdf
https://repositorio.pgsscogna.com.br/bitstream/123456789/37542/1/ANA SAMARA PERES FARIAS.pdf
http://www.researchgate.net/publication/343015366_Treinamento_funcional_Conceitos_e_beneficios
https://www.researchgate.net/publication/343015366_Treinamento_funcional_Conceitos_e_beneficios
http://www.nucleodoconhecimento.com.br/educacao-fisica/treinamento-funcional
https://www.nucleodoconhecimento.com.br/wp-content/uploads/2020/06/treinamento-funcional.pdf
http://www.nucleodoconhecimento.com.br/wp-content/uploads/2020/06/treinamento-funcional.pdf
https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstreams/c3bfc297-dcbe-4182-9fe7-7628cdf9abbb/download
https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/bitstream/123456789/572/1/A Contribuicao do Treinamento Funcional para a diminuicao da obesidade infantil .pdf
http://studiomedinaplus.com.br/o-que-e-treinamento-funcional/
http://revistas.unilago.edu.br/index.php/revista-medicina/article/view/6/3
https://www.grupounibra.com/repositorio/EDFIS/2023/treinamento-funcional-e-seus-beneficios-para-a-saude-dos-idosos.pdf
https://institutolorentz.com.br/treinamento-funcional-e-seus-beneficios/
https://repositorio.uniceub.br/jspui/bitstream/235/10763/1/21313137.pdf
http://portal.periodicos.faipe.edu.br/ojs/index.php/rfaipe/article/view/27
https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstream/ANIMA/24954/1/Rodrigo_Nyer.pdf
https://www.unicesumar.edu.br/wp-content1/uploads/degustacao/ebook/ebook-material-didatico-educacao-fisica-bacharelado.pdf

Fragmento: os benefícios do treinamento funcional
http://www.fibbauru.br/custom/561/uploads/EDUCACAO_FISICA.pdf
https://repositorio.pgsscogna.com.br/bitstream/123456789/37542/1/ANA SAMARA PERES FARIAS.pdf
http://www.researchgate.net/publication/343015366_Treinamento_funcional_Conceitos_e_beneficios

https://www.researchgate.net/publication/343015366_Treinamento_funcional_Conceitos_e_beneficios
http://www.nucleodoconhecimento.com.br/educacao-fisica/treinamento-funcional
https://www.nucleodoconhecimento.com.br/wp-content/uploads/2020/06/treinamento-funcional.pdf
http://www.nucleodoconhecimento.com.br/wp-content/uploads/2020/06/treinamento-funcional.pdf
https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstreams/c3bfc297-dcbe-4182-9fe7-7628cdf9abbb/download
https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/bitstream/123456789/572/1/A Contribuicao do Treinamento Funcional para a diminuicao da obesidade infantil .pdf
http://studiomedinaplus.com.br/o-que-e-treinamento-funcional/
http://revistas.unilago.edu.br/index.php/revista-medicina/article/view/6/3
https://www.grupounibra.com/repositorio/EDFIS/2023/treinamento-funcional-e-seus-beneficios-para-a-saude-dos-idosos.pdf
https://institutolorentz.com.br/treinamento-funcional-e-seus-beneficios/
https://repositorio.uniceub.br/jspui/bitstream/235/10763/1/21313137.pdf
http://portal.periodicos.faipe.edu.br/ojs/index.php/rfaipe/article/view/27
https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstream/ANIMA/24954/1/Rodrigo_Nyer.pdf
https://www.unicesumar.edu.br/wp-content1/uploads/degustacao/ebook/ebook-material-didatico-educacao-fisica-bacharelado.pdf

Fragmento: prática regular de atividades físicas,
https://www.rasbran.com.br/rasbran/issue/download/17/20
http://www.fibbauru.br/custom/561/uploads/EDUCACAO_FISICA.pdf
https://www.researchgate.net/publication/370828626_A_IMPORTANCIA_DO_TREINAMENTO_FUNCIONAL_NO_COTIDIANO_DAS_ACADEMIAS_UMA_REVISAO_SISTEMATICA_DE_LITERATURA
https://ftramonmartins.files.wordpress.com/2016/09/tratado-de-geriatria-e-gerontologia-3c2aa-ed.pdf
https://abran.org.br/essencea/admeventos/admcj/congresso2019/home/anais/anais_congresso_2019.pdf
https://revistavalore.emnuvens.com.br/valore/article/download/972/773
http://revistavalore.emnuvens.com.br/valore/article/download/972/773
https://sbafs.org.br/admin/files/papers/file_IIduWnhVZnP7.pdf
http://189.28.128.100/dab/docs/eventos/mostra/pe_parte_3.pdf
http://sistemas.unicesumar.edu.br/cpd/projetoCientifico/relatorioProjetosPref.php
http://www.ggbs.gr.unicamp.br/pdf/a_ciencia_e_a_pesquisa_em_acao.pdf
https://www.ans.gov.br/images/stories/Materiais_para_pesquisa/Materiais_por_assunto/ProdEditorialANS_Manual_Tecnico_de_Promocao_da_saude_no_setor_de_SS.pdf
http://www.usjt.br/biblioteca/mono_disser/mono_diss/2012/188.pdf
http://www.saude.sp.gov.br/resources/instituto-de-saude/homepage/temas-saude-coletiva/pdfs/velhices_envelhecimento_ativo_pdf.pdf
http://unifacex.com.br/wp-content/uploads/2016/10/anais_jornada_enfermagem_15.pdf
https://www.fef.unicamp.br/fef/sites/uploads/deafa/qvaf/cultura_alimentarcompleto.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_brasil_2018_analise_situacao_saude_doencas_agravos_cronicos_desafios_perspectivas.pdf
https://www.crefsp.gov.br/storage/app/arquivos/7e02a5c44298e22ad31dce23f52948b9.pdf
https://www.ufsm.br/app/uploads/sites/820/2021/04/Textos-para-Discussao-27-Educacao-Fisica-e-Saude-em-Tempos-de-COVID.pdf
https://www.grupounibra.com/repositorio/EDFIS/2023/treinamento-funcional-e-seus-beneficios-para-a-saude-dos-idosos.pdf
https://repositorio.ufpe.br/bitstream/123456789/27516/1/ALMEIDA, R. M., 2018.pdf
http://temasemsaude.com/wp-content/uploads/2018/04/181.pdf
https://www.ffclrp.usp.br/divulgacao/diretoria/Relatorio_Gestao/parte2/projetos - Ensinar com

Pesquisa/Resumo_PEP_07_09.doc
http://bibliodigital.unijui.edu.br:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/3389/tcc- estilo de vida, conhecimento e motivos de adesÃƒo ao exercÃ©cio fÃ©sico dos idosos participantes do programa saÃšde em movimento do municÃ©pio de boa vista do buricÃ©-rs.pdf?sequence=1
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/estrategias_cuidado_pessoa_doenca_cronica_cab35.pdf
https://paginas.uepa.br/ccbs/edfisica/files/2011.2/RENAN_BARBOSA.pdf
http://www.educadores.diaadia.pr.gov.br/modules/mydownloads_01/visit.php?cid=70&lid=3119
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/estrategias_cuidado_doenca_cronica_obesidade_cab38.pdf
https://revistaft.com.br/o-papel-da-educacao-fisica-no-bem-estar-mental-e-fisico-na-sociedade-moderna/
http://www.saude.ba.gov.br/wp-content/uploads/2017/11/boletimDCNT_nº01_-2020.pdf
https://periodicorease.pro.br/rease/article/download/11156/4848/18776
http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/caderno_38.pdf
http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/caderno_35.pdf
http://unifafibe.com.br/revistasonline/arquivos/revistaeducacaofisica/sumario/39/19122015132503.pdf
http://bdm.unb.br/bitstream/10483/6095/1/2013_MarcosRibas.pdf
http://scielo.iec.gov.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2176-62232014000400008
http://189.28.128.100/nutricao/docs/geral/doc_obesidade.pdf
https://www.nestle.com.br/nestlenutrisaude/conteudo/diretriz/atencao_obesidade.pdf

Fragmento: Nesse sentido, o treinamento funcional
http://www.researchgate.net/publication/343015366_Treinamento_funcional_Conceitos_e_beneficios
https://www.researchgate.net/publication/343015366_Treinamento_funcional_Conceitos_e_beneficios
https://portalrevistas.ucb.br/index.php/rbcm/article/download/6564/4616
https://portalrevistas.ucb.br/index.php/rbcm/article/download/6564/pdf
http://blogeducacaofisica.com.br/guia-completo-do-treinamento-funcional-tudo-sobre-essa-modalidade/

Fragmento: significativas na composição corporal.
http://www.fibbauru.br/custom/561/uploads/EDUCACAO_FISICA.pdf
https://abran.org.br/essencea/admeventos/admcj/congresso2019/home/anais/anais_congresso_2019.pdf
https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstreams/c3bfc297-dcbe-4182-9fe7-7628cdf9abbb/download
http://www.ufrgs.br/textecc/textped/arquivos/Artigosped.txt
http://temasemsaude.com/wp-content/uploads/2018/04/181.pdf

Fragmento: contribui para a prevenção de doenças,
https://sigaa.ufpi.br/sigaa/public/programa/defesas.jsf?lc=pt_BR&id=345
https://www.rasbran.com.br/rasbran/article/download/541/133
http://www.terra.com.br/vida-e-estilo/valesaude/os-impactos-positivos-da-atividade-fisica-regular-na-saude-geral,ee6538a9131e5d2c70c8381f05302a9fykejhci0.html
http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/documentos/estrat_prev_contobesidade.pdf
http://repositorioinstitucional.uninga.br/bitstream/handle/123456789/221/MARCOS HENRIQUE BORGES HASSELMANN DE BASTOS.pdf?sequence=1

Fragmento: no combate ao sobrepeso e a obesidade,
http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/perspectivas_desafios_cuidado_pesso

as_obesidade.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/perspectivas_desafios_cuidado_pessoas_obesidade.pdf

Fragmento: no combate ao sobrepeso e a obesidade,
http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/perspectivas_desafios_cuidado_pessoas_obesidade.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/perspectivas_desafios_cuidado_pessoas_obesidade.pdf

Fragmento: os benefícios do treinamento funcional
http://www.fibbauru.br/custom/561/uploads/EDUCACAO_FISICA.pdf
https://repositorio.pgsscogna.com.br/bitstream/123456789/37542/1/ANA SAMARA PERES FARIAS.pdf
http://www.researchgate.net/publication/343015366_Treinamento_funcional_Conceitos_e_beneficios
https://www.researchgate.net/publication/343015366_Treinamento_funcional_Conceitos_e_beneficios
http://www.nucleodoconhecimento.com.br/educacao-fisica/treinamento-funcional
https://www.nucleodoconhecimento.com.br/wp-content/uploads/2020/06/treinamento-funcional.pdf
http://www.nucleodoconhecimento.com.br/wp-content/uploads/2020/06/treinamento-funcional.pdf
https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstreams/c3bfc297-dcbe-4182-9fe7-7628cdf9abbb/download
https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/bitstream/123456789/572/1/A Contribuicao do Treinamento Funcional para a diminuicao da obesidade infantil .pdf
http://studiomedinaplus.com.br/o-que-e-treinamento-funcional/
http://revistas.unilago.edu.br/index.php/revista-medicina/article/view/6/3
https://www.grupounibra.com/repositorio/EDFIS/2023/treinamento-funcional-e-seus-beneficios-para-a-saude-dos-idosos.pdf
https://institutolorentz.com.br/treinamento-funcional-e-seus-beneficios/
https://repositorio.uniceub.br/jspui/bitstream/235/10763/1/21313137.pdf
http://portal.periodicos.faipe.edu.br/ojs/index.php/rfaipe/article/view/27
https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstream/ANIMA/24954/1/Rodrigo_Nyer.pdf
https://www.unicesumar.edu.br/wp-content1/uploads/degustacao/ebook/ebook-material-didatico-educacao-fisica-bacharelado.pdf

Fragmento: conclui-se que o treinamento funcional
https://repositorio.pgsscogna.com.br/bitstream/123456789/37542/1/ANA SAMARA PERES FARIAS.pdf
https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstreams/c3bfc297-dcbe-4182-9fe7-7628cdf9abbb/download
http://ibict.unifeob.edu.br:8080/jspui/bitstream/prefix/4363/1/O IMPACTO DO TREINAMENTO FUNCIONAL NAS.pdf
https://portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/200/04-Treinamento_funcional_e_sua_importYncia_na_reabilitaYYo_fYsica.pdf
https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstream/ANIMA/24954/1/Rodrigo_Nyer.pdf

Fragmento: no combate ao sobrepeso e à obesidade
http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/perspectivas_desafios_cuidado_pessoas_obesidade.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/perspectivas_desafios_cuidado_pessoas_obesidade.pdf

Fragmento: foram utilizadas as bases de dados do
https://www.scielo.br/j/csc/a/V3j7Hg8qP9WF63KXjqWV3Dv/?lang=pt
http://www.scielo.br/j/csc/a/V3j7Hg8qP9WF63KXjqWV3Dv/

Fragmento: a conscientização sobre a importância
https://www.rasbran.com.br/rasbran/issue/download/17/20
http://pos.unifacef.com.br/wp-content/uploads/2018/01/ENCPESQ_E-BOOK_desafios.pdf
https://revistaft.com.br/psicoeducacao-e-saude-mental-ferramentas-de-prevencao-ao-suicidio/

Fragmento: praticantes de treinamento funcional,
http://www.fibbauru.br/custom/561/uploads/EDUCACAO_FISICA.pdf
https://www.univates.br/bduserver/api/core/bitstreams/2445828d-f762-44dd-b06f-0e5eb7f9f3ce/content
http://www.univates.br/bdu/bitstreams/2445828d-f762-44dd-b06f-0e5eb7f9f3ce/download
http://www.univates.br/bduserver/api/core/bitstreams/2445828d-f762-44dd-b06f-0e5eb7f9f3ce/content
http://repositorio.unesc.net/bitstream/1/4336/1/Manuela Scheffer de Amorim.pdf
https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/bitstream/123456789/572/1/A Contribuicao do Treinamento Funcional para a diminuicao da obesidade infantil .pdf
http://studiomedinaplus.com.br/o-que-e-treinamento-funcional/
https://repositorio.uniceub.br/jspui/bitstream/235/10763/1/21313137.pdf
http://portal.periodicos.faipe.edu.br/ojs/index.php/rfaipe/article/view/27
https://www.grupounibra.com/repositorio/EDFIS/2022/a-relevancia-do-treinamento-funcional-para-adolescentes-obesos-uma-revisao-de-literatura38.pdf

Fragmento: com acompanhamento de um profissional
https://www.rasbran.com.br/rasbran/issue/download/17/20
https://www.ufsm.br/app/uploads/sites/820/2021/04/Textos-para-Discussao-27-Educacao-Fisica-e-Saude-em-Tempos-de-COVID.pdf

Fragmento: no combate ao sobrepeso e à obesidade
http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/perspectivas_desafios_cuidado_pessoas_obesidade.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/perspectivas_desafios_cuidado_pessoas_obesidade.pdf

Fragmento: no combate ao sobrepeso e à obesidade
http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/perspectivas_desafios_cuidado_pessoas_obesidade.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/perspectivas_desafios_cuidado_pessoas_obesidade.pdf

Fragmento: é uma doença que se caracteriza pelo
https://www.rasbran.com.br/rasbran/issue/download/17/20
http://www.fibbauru.br/custom/561/uploads/EDUCACAO_FISICA.pdf
http://189.28.128.100/dab/docs/eventos/mostra/pe_parte_3.pdf
http://repositorioinstitucional.uninga.br/bitstream/handle/123456789/221/MARCOS HENRIQUE BORGES HASSELMANN DE BASTOS.pdf?sequence=1

Fragmento: de acordo com os objetivos traçados.
https://unp.br/arquivos/pdf/cursos/pesquisa/congressocientifico/anais2012.pdf
http://pos.unifacef.com.br/wp-content/uploads/2018/01/ENCPESQ_E-BOOK_desafios.pdf
https://www.bccl.unicamp.br/wp-content/uploads/2020/02/Saberesessenciaisparapesquisanagraduacao.docx

http://189.28.128.100/dab/docs/eventos/mostra/pe_parte_1.pdf

Fragmento: minutos semanais de atividade física
https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2020/11/20201113_Relatorio_PCDT_567_Sobrepeso_e_Obesidade_em_adultos.pdf
https://abeso.org.br/wp-content/uploads/2020/01/vigitel-brasil-2018.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/vigitel_brasil_2019_vigilancia_fatores_risco.pdf
http://www.usjt.br/biblioteca/mono_disser/mono_diss/2012/188.pdf
https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/7826573/mod_resource/content/1/ABESO-POSICIONAMENTO SOBRE O TRATAMENTO NUTRICIONAL DO SOBREPESO E DA OBESIDADE.pdf
https://abeso.org.br/wp-content/uploads/2022/11/posicionamento_2022-alterado-nov-22-1.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_brasil_2018_analise_situacao_saude_doencas_agravos_cronicos_desafios_perspectivas.pdf
https://www.sns.gov.pt/wp-content/uploads/2017/10/DGS_PNPAF2017_V7.pdf
https://revistaft.com.br/impacto-da-atividade-fisica-na-gestacao-influencia-na-saude-materna-e-no-desenvolvimento-fetal/
http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/documentos/curso_aperfeicoamento_academia.pdf
http://scielo.iec.gov.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-49742015000200004
https://repositorio.unb.br/bitstream/10482/9043/1/2010_SarahGuerraGamaTinoco.pdf
http://scielo.iec.gov.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-49742013000100016
https://www.scielosp.org/article/csc/2021.v26suppl2/3853-3863/
http://scielo.iec.gov.br/pdf/ess/v22n1/v22n1a16.pdf
https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9814800/
http://conitec.gov.br/images/Consultas/Relatorios/2020/Relatorio_PCDT_Sobrepeso_Obesidade_em_Adultos_CP_25_2020.pdf
https://www.gov.br/conitec/pt-br/midias/consultas/relatorios/2020/relatorio_pcdt_sobrepeso_obesidade_em_adultos_cp_25_2020.pdf

Fragmento: pode contribuir para o ganho de peso
http://www.minhavida.com.br/saude/temas/obesidade
https://www.saudemolecular.com/saude/sedentarismo/

Fragmento: que o treinamento funcional tem como
https://repositorio.pgsscogna.com.br/bitstream/123456789/37542/1/ANA SAMARA PERES FARIAS.pdf

Fragmento: que o treinamento funcional pode ser
https://www.researchgate.net/publication/370828626_A_IMPORTANCIA_DO_TREINAMENTO_FUNCIONAL_NO_COTIDIANO_DAS_ACADEMIAS_UMA_REVISAO_SISTEMATICA_DE_LITERATURA
https://revistavalore.emnuvens.com.br/valore/article/download/972/773
http://revistavalore.emnuvens.com.br/valore/article/download/972/773
http://www.researchgate.net/publication/343015366_Treinamento_funcional_Conceitos_e_beneficios
https://www.researchgate.net/publication/343015366_Treinamento_funcional_Conceitos_e_beneficios
https://www.univates.br/bduserver/api/core/bitstreams/2445828d-f762-44dd-b06f-0e5eb7f9f3ce/content
http://www.univates.br/bdu/bitstreams/2445828d-f762-44dd-b06f-0e5eb7f9f3ce/download
http://www.univates.br/bduserver/api/core/bitstreams/2445828d-f762-44dd-b06f-0e5eb7f9f3ce/content
http://www.nucleodoconhecimento.com.br/educacao-fisica/treinamento-funcional
https://www.nucleodoconhecimento.com.br/wp-content/uploads/2020/06/treinamento-funcion

al.pdf
http://www.nucleodoconhecimento.com.br/wp-content/uploads/2020/06/treinamento-funcional.pdf
https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstreams/c3bfc297-dcbe-4182-9fe7-7628cdf9abbb/download
https://www.nucleodoconhecimento.com.br/educacao-fisica/treinamento-funcional
http://studiomedinaplus.com.br/o-que-e-treinamento-funcional/
http://studiomedinaplus.com.br/o-que-e-treinamento-funcional/
http://revistas.unilago.edu.br/index.php/revista-medicina/article/view/6/3
https://unisalesiano.com.br/lins/wp-content/uploads/2021/12/ART-19-PROF-DAGNOU-ED.FISICA.pdf
https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstream/ANIMA/24954/1/Rodrigo_Nyer.pdf
http://blogeducacaofisica.com.br/guia-completo-do-treinamento-funcional-tudo-sobre-essa-modalidade/

Fragmento: da prática do treinamento funcional,
https://repositorio.pgsscogna.com.br/bitstream/123456789/37542/1/ANA SAMARA PERES FARIAS.pdf
https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/bitstream/123456789/572/1/A Contribuicao do Treinamento Funcional para a diminuicao da obesidade infantil .pdf
https://www.grupounibra.com/repositorio/EDFIS/2023/treinamento-funcional-e-seus-beneficios-para-a-saude-dos-idosos.pdf
https://monografias.ufma.br/jspui/bitstream/123456789/5584/1/ADENILSONSILVACHAVES.pdf

Fragmento: do treinamento funcional em mulheres
http://www.researchgate.net/publication/343015366_Treinamento_funcional_Conceitos_e_beneficios
https://www.researchgate.net/publication/343015366_Treinamento_funcional_Conceitos_e_beneficios
https://www.nucleodoconhecimento.com.br/wp-content/uploads/2020/06/treinamento-funcional.pdf
http://www.nucleodoconhecimento.com.br/wp-content/uploads/2020/06/treinamento-funcional.pdf
http://www.nucleodoconhecimento.com.br/educacao-fisica/treinamento-funcional
https://www.nucleodoconhecimento.com.br/educacao-fisica/treinamento-funcional

Fragmento: além de contribuir para a redução da
http://www.ibfan.org.br/site/wp-content/uploads/2020/02/ANAIS-ENAM-ENACS-WBC-WCFC-2019-2edicao.pdf
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_vigilancia_epidemiologica_7ed.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/plano_nacional_saude_2020_2023.pdf
https://repositorio.unb.br/bitstream/10482/10208/1/2011_VeronicaCortezGianani.pdf
http://www.sgc.goias.gov.br/upload/arquivos/2014-05/diretrizes-sbd-2014.pdf

Fragmento: Treinamento funcional é um método
http://www.researchgate.net/publication/343015366_Treinamento_funcional_Conceitos_e_beneficios
https://www.researchgate.net/publication/343015366_Treinamento_funcional_Conceitos_e_beneficios
https://www.univates.br/bduserver/api/core/bitstreams/2445828d-f762-44dd-b06f-0e5eb7f9f3ce/content
http://www.univates.br/bdu/bitstreams/2445828d-f762-44dd-b06f-0e5eb7f9f3ce/download
http://www.univates.br/bduserver/api/core/bitstreams/2445828d-f762-44dd-b06f-0e5eb7f9f3ce/content

https://www.nucleodoconhecimento.com.br/wp-content/uploads/2020/06/treinamento-funcional.pdf
http://www.nucleodoconhecimento.com.br/wp-content/uploads/2020/06/treinamento-funcional.pdf
http://www.nucleodoconhecimento.com.br/educacao-fisica/treinamento-funcional
http://ibict.unifeob.edu.br:8080/jspui/bitstream/prefix/4363/1/O IMPACTO DO TREINAMENTO FUNCIONAL NAS.pdf
http://repositorio.unesc.net/bitstream/1/4336/1/Manuela Scheffer de Amorim.pdf
https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/bitstream/123456789/572/1/A Contribuicao do Treinamento Funcional para a diminuicao da obesidade infantil .pdf
https://www.researchgate.net/publication/348129742_EXERCICIO_FISICO_E_SEUS_BENEFICIOS_PARA_A_SAUDE_DAS_CRIANCAS_UMA_REVISAO_NARRATIVA
https://www.efdeportes.com/efd202/a-eficiencia-do-treinamento-funcional.htm
http://portal.periodicos.faipe.edu.br/ojs/index.php/rfaipe/article/view/27

Fragmento: que existe uma relação direta entre
https://arquivosbrasil.blob.core.windows.net/insulas/anexos/cogecont_31_10_2016-277500-418116.pdf

Fragmento: associados ao treinamento funcional
https://www.researchgate.net/publication/370828626_A_IMPORTANCIA_DO_TREINAMENTO_FUNCIONAL_NO_COTIDIANO_DAS_ACADEMIAS_UMA_REVISAO_SISTEMATICA_DE_LITERATURA
https://revistavalore.emnuvens.com.br/valore/article/download/972/773
http://revistavalore.emnuvens.com.br/valore/article/download/972/773
http://o2personal.blogspot.com/
https://periodicos.ufsc.br/index.php/rbcdh/article/download/1980-0037.2014v16n6p714/27953/119272
http://cienciadotreinamento.com.br/wp-content/uploads/2017/04/TREINAMENTO-FUNCIONAL-FUNCIONAL-PARA-QUE-E-PARA-QUEM.pdf
http://www.scielo.br/pdf/rbcdh/v16n6/pt_1980-0037-rbcdh-16-06-00714.pdf
https://periodicos.ufsc.br/index.php/rbcdh/article/download/1980-0037.2014v16n6p714/27953
http://repositorio.unesc.net/bitstream/1/4336/1/Manuela Scheffer de Amorim.pdf

Fragmento: uma revisão de literatura, na qual
http://www.ojs.ufpi.br/index.php/rics/article/download/6341/3720
https://portalrevistas.ucb.br/index.php/rmsbr/article/download/9308/5557
http://unifacex.com.br/wp-content/uploads/2016/10/anais_jornada_enfermagem_15.pdf
https://revistaft.com.br/obesidade-e-desnutricao-infantil-de-0-a-5-anos/

Fragmento: Organização Pan-Americana da Saúde
http://scielosp.org/article/rbepid/2020.v23/e200036/
https://www.scielosp.org/article/rbepid/2020.v23/e200036/
https://www.scielo.br/j/rbepid/a/d3Mg79yX3bTkDBS3hc55LLw/?lang=pt
https://www.scielo.br/j/rbepid/a/d3Mg79yX3bTkDBS3hc55LLw/
http://scielosp.org/pdf/rbepid/2020.v23/e200036/pt
https://www.rasbran.com.br/rasbran/issue/download/17/20
https://periodicos.unifor.br/RBPS/article/download/3533/pdf
https://ftramonmartins.files.wordpress.com/2016/09/tratado-de-geriatria-e-gerontologia-3c2aa-ed.pdf
http://www.ojs.ufpi.br/index.php/rics/article/download/6341/3720
http://sistemas.unicesumar.edu.br/cpd/projetoCientifico/relatorioProjetosPref.php
https://www.arca.fiocruz.br/bitstream/icict/18277/2/2017melo-spsc[1].pdf
https://unp.br/arquivos/pdf/cursos/pesquisa/congressocientifico/anais2012.pdf

https://biblioteca.ufpb.br/biblioteca/contents/noticias/biblioteca-central-disponibiliza-novos-titulos-de-acervo-digital/MinhaBibliotecaCatlogoAtualizadoabril2019.xlsx
http://www.ggbs.gr.unicamp.br/pdf/a_ciencia_e_a_pesquisa_em_acao.pdf
https://portalrevistas.ucb.br/index.php/rmsbr/article/download/9308/5557
https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2020/11/20201113_Relatorio_PCDT_567_Sobrepeso_e_Obesidade_em_adultos.pdf
http://temasemsaude.com/wp-content/uploads/2016/08/162.pdf
https://www.udesc.br/arquivos/ceo/id_cpmenu/1752/anais_2_CONSAI_1MICENF_15293511791346_1752.pdf
http://temasemsaude.com/wp-content/uploads/2017/05/5congrefip.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/perspectivas_desafios_cuidado_pessoas_obesidade.pdf
http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/perspectivas_desafios_cuidado_pessoas_obesidade.pdf
http://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/657
https://www.researchgate.net/publication/366330030_Efeito_do_treinamento_funcional_na_dor_e_capacidade_funcional_de_mulheres_idosas
https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2021/02/Ebook-Atualizações-e-debates-sobre-Segurança-Alimentar-e-Nutricional-1.pdf
http://www.ufrgs.br/textecc/textped/arquivos/Artigosped.txt
https://www.ans.gov.br/images/stories/Materiais_para_pesquisa/Materiais_por_assunto/ProdEditorialANS_Manual_Tecnico_de_Promocao_da_saude_no_setor_de_SS.pdf
https://abeso.org.br/wp-content/uploads/2020/01/vigitel-brasil-2018.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/vigitel_brasil_2019_vigilancia_fatores_risco.pdf
http://www.cienciasmedicas.com.br/uploads/attachments/57f3c75474eb9f4f290000fb/ANAIS_11_2014_ebook.pdf
https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/7826573/mod_resource/content/1/ABESO-POSICIONAMENTO SOBRE O TRATAMENTO NUTRICIONAL DO SOBREPESO E DA OBESIDADE.pdf
https://abeso.org.br/wp-content/uploads/2022/11/posicionamento_2022-alterado-nov-22-1.pdf
http://www.ibfan.org.br/site/wp-content/uploads/2020/02/ANAIS-ENAM-ENACS-WBC-WCFC-2019-2edicao.pdf
http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/guia_alimentar2015.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prc0002_03_10_2017.html
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2008.pdf
http://www.saude.sp.gov.br/resources/instituto-de-saude/homepage/temas-saude-coletiva/pdfs/velhices_envelhecimento_ativo_pdf.pdf
http://unifacex.com.br/wp-content/uploads/2016/10/anais_jornada_enfermagem_15.pdf
https://arquivosbrasil.blob.core.windows.net/insulas/anexos/anais-cogecont-2017-(1)-562003.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira.pdf
https://www2.camara.leg.br/a-camara/altosestudos/pdf/obra-avancos-do-marco-legal-da-primeira-infancia
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2008.pdf
https://www.fef.unicamp.br/fef/sites/uploads/deafa/qvaf/cultura_alimentarcompleto.pdf
https://rasbran.com.br/rasbran/article/download/982/193/2736
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_brasil_2018_analise_situacao_saude_doencas_agravos_cronicos_desafios_perspectivas.pdf
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/promocao_saude_prevencao_riscos_doencas.pdf
http://www.veredas.favip.edu.br/ojs/index.php/veredas1/article/download/96/209
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/relatorio_iii_forum_monitoramento_plano.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/promocao_saude_prevencao_riscos_doencas.pdf
http://11cnps.iscte-iul.pt/sites/default/files/docs/livro_atas.pdf

http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prc0002_03_10_2017.html
https://hq892qzdgr1cn4n8hhv8d1f9-wpengine.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/2020/10/E-book-3-O-Conhecimento-na-Competência-da-Teoria-e-da-Prática-em-Enfermagem-3.pdf
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_vigilancia_epidemiologica_7ed.pdf
https://cancri.ead.unesp.br/sigeve/evento_imagens/arq_apoio_20_1508332749.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cuidado_condicoes_atencao_primaria_saude.pdf
http://189.28.128.100/dab/docs/eventos/mostra/pe_parte_2.pdf
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_vigilancia_epidemiologica_7ed.pdf
https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/28583/9789275718667-por.pdf?sequence=1&isAllowed=y
https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/publicacoes-svs/doencas-cronicas-nao-transmissiveis-dcnt/09-plano-de-dant-2022_2030.pdf
https://www.mds.gov.br/webarquivos/publicacao/Brasil_Amigo_Pesso_Idosa/Orientacoes_Implementacao_Linha_Cuidado_AtencaoIntegral_Saude_Pessoa_Idosa_SUS.pdf
https://www.epsjv.fiocruz.br/sites/default/files/seguranca_alimentar_vigilancia_0.pdf
https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/49108/9789275718162-por.pdf?sequence=1&isAllowed=y
https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2017/09/oms.pdf
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/10001021631.pdf
http://www.ans.gov.br/images/stories/noticias/pdf/20110822notatecnicapromocooeprevencao.pdf
https://repositorio.ufsm.br/bitstream/handle/1/15720/TCCE_EFIAI_EaD_2015_CECCAGNO_DIONEIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/plano_nacional_saude_2020_2023.pdf
http://189.28.128.100/nutricao/docs/geral/regula_comerc_alimentos.pdf
https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/svsa/doencas-cronicas-nao-transmissiveis-dcnt/09-plano-de-dant-2022_2030.pdf
http://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/publicacoes-svs/doencas-cronicas-nao-transmissiveis-dcnt/09-plano-de-dant-2022_2030.pdf
https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/publicacoes-svs/doencas-cronicas-nao-transmissiveis-dcnt/09-plano-de-dant-2022_2030.pdf/
http://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/cartilhas/2021/09-plano-de-dant-2022_2030.pdf
http://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/svsa/doencas-cronicas-nao-transmissiveis-dcnt/09-plano-de-dant-2022_2030.pdf
https://www.fce.edu.br/pdf/ED18-FINAL-03.pdf
http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/caderno_40.pdf
http://www.editorarealize.com.br/editora/ebooks/cintedi/2020/040220211132_E-BOOK--CONSTRUINDO-DIALOGOS-NA-EDUCACAO-INCLUSIVA--ACESSIBILIDADE--DIVERSIDADE-E-DIREITOS-HUMANOS.pdf
https://www.fnde.gov.br/index.php/centrais-de-conteudos/publicacoes/category/116-alimentacao-escolar?download=12530:caderno-de-legislação-2021
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/estrategias_cuidado_pessoa_doenca_cronica_cab35.pdf
https://www.pucsp.br/sites/default/files/download/posgraduacao/programas/gerontologia/ebook_-_livro_o_envelhecimento_ativo_e_seus_fundamentos.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/linha_cuidado_atencao_pessoa_idosa.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/manual_atencao_mulher_climaterio.pdf
http://www.uece.br/ppsacwp/wp-content/uploads/sites/37/2016/04/PLANEJAMENTO-GESTAO-E-AVALIACAO-NAS-PRATICAS-DE-SAUDE-EBOOK-548pg.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/estrategias_cuidado_doenca_cronica_obesidade_cab38.pdf
http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/documentos/curso_aperfeicoamento_academia.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_brasil_2017_analise_situacao_saude_de

safios_objetivos_desenvolvimento_sustetantavel.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/caderno_atencao_basica_diretrizes_nasf.pdf
https://ufsj.edu.br/portal2-repositorio/File/ppgpsi/ebooks/Aspectos_Biopsicossociais_do_envelhecimento.pdf
https://www.cff.org.br/userfiles/file/livro.pdf
https://www.scielo.br/j/csc/a/6C3YyYwLDLgrh6SdC5jDqBn/
http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/instrutivo_metodologia_trabalho_nutricao_ab.pdf
https://www.unicesumar.edu.br/presencial/wp-content/uploads/sites/2/2017/04/LUDMILA-LOPES-MACIEL-BOLSONI.pdf
https://gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/publicacoes/livros/caderno-tematico-do-programa-saude-na-escola-promocao-da-atividade-fisica
https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/u/contribuicoes-para-o-uso-racional-de-medicamentos.pdf
http://bibliodigital.unijui.edu.br:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/3389/tcc- estilo de vida, conhecimento e motivos de adesÃƒo ao exercÃ©cio fÃ©sico dos idosos participantes do programa saÃšde em movimento do municÃ©pio de boa vista do buricÃ©-rs.pdf?sequence=1
http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/caderno_35.pdf
http://www.cff.org.br/userfiles/file/livro.pdf
http://publicacoes.cardiol.br/consenso/2013/Diretriz_Prevencao_Cardiovascular.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diretrizes_do_nasf_nucleo.pdf
http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/caderno_38.pdf
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/manual_atencao_mulher_climaterio.pdf
https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/1934.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_brasil_2014_analise_situacao.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_crianca_crescimento_desenvolvimento.pdf
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prc0003_03_10_2017.html
http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44575/9788564047020_por.pdf
http://189.28.128.100/dab/docs/geral/plano_dcnt.pdf
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/plano_acoes_enfrent_dcnt_2011.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/pesquisa_especial_tabagismo_petab.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_crianca_crescimento_desenvolvimento_1ed.pdf
https://www.ifpi.edu.br/noticias/eBook_PsicologiaEscolar.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diretrizes_cuidado_pessoa_idosa_sus.pdf
http://tede2.pucrs.br/tede2/bitstream/tede/2565/1/403021.pdf
https://www.scielo.br/j/motriz/a/fFxf4W5HZ6bWvxpshvwrkHj/?lang=pt&format=pdf
https://www.conass.org.br/biblioteca/pdf/A-Atencao-Primaria-e-as-Redes-de-Atencao-a-Saude.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cadernos_atencao_basica_24.pdf
https://www.conasems.org.br/wp-content/uploads/2021/02/manual_do_gestor_2021_F02-1.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prc0003_03_10_2017.html
https://criancaeconsumo.org.br/wp-content/uploads/2014/02/Crianca-e-Consumo_10-anos-de-transformacao.pdf
https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6882425/
https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/49057/9789275720059_por.pdf?sequence=5
https://www.scielo.br/j/csp/a/Nmx8hyghp4WChJWtLKwnDpc/
http://scielo.iec.gov.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-49742011000400002
http://scielo.iec.gov.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-49742015000200004
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diretrizes_recomendacoes_cuidado_doencas_cronicas.pdf
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diretrizes_recomendacoes_cuidado_doencas_cro

nicas.pdf
http://scielo.iec.gov.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-49742013000100016
http://scielo.iec.gov.br/pdf/ess/v22n1/v22n1a16.pdf
https://www.scielosp.org/article/csp/2021.v37suppl1/e00150220/
http://scielo.iec.gov.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-49742014000400002
https://www.scielo.br/j/motriz/a/fFxf4W5HZ6bWvxpshvwrkHj/
http://scielo.iec.gov.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2176-62232014000400008
http://www.researchgate.net/publication/325591759_Qualidade_de_vida_conceito_e_variaveis_relacionadas
http://scielosp.org/article/csc/2023.v28n5/1549-1562/
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/desmistificando_duvidas_sobre_alimentação_nutricao.pdf
https://unasus2.moodle.ufsc.br/pluginfile.php/11071/mod_resource/content/3/Modulo5_DoencasCronicas.pdf
http://189.28.128.100/dab/docs/publicacoes/cadernos_ab/caderno_33.pdf
http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/desmistificando_duvidas_alimentacao.pdf
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/plano_acoes_enfrent_dcnt_2011.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_controle_tabaco_relatorio_gestao.pdf
https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/publicacoes-para-promocao-a-saude/promocao_alimentacao_saudavel_ensino_fundamental_ii.pdf/@@download/file
https://esesp.es.gov.br/media/esesp/apostilas/apostila_gestaoqualvida16.pdf
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cadernos_atencao_basica_24.pdf
http://189.28.128.100/dab/docs/publicacoes/cadernos_ab/abcad24.pdf
https://repositorio.unb.br/bitstream/10482/9043/1/2010_SarahGuerraGamaTinoco.pdf
http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/cab13.pdf
http://actbr.org.br/uploads/conteudo/918_cartilha_dcnt.pdf
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/controle_canceres_colo_utero_2013.pdf
http://departamentos.cardiol.br/sbc-dha/profissional/revista/21-2.pdf
http://www.saude.sp.gov.br/resources/instituto-de-saude/homepage/outras-publicacoes/politicas_de_saude_mental_capa_e_miolo_site.pdf
http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44575/9788564047020_por.pdf

Fragmento: contribui significativamente para
https://www.rasbran.com.br/rasbran/issue/download/17/20
https://ftramonmartins.files.wordpress.com/2016/09/tratado-de-geriatria-e-gerontologia-3c2aa-ed.pdf
http://www.ojs.ufpi.br/index.php/rics/article/download/6341/3720
http://sistemas.unicesumar.edu.br/cpd/projetoCientifico/relatorioProjetosPref.php
https://acervodigital.ufpr.br/bitstream/handle/1884/42387/R - E - MAURO LUIZ SAMPAIO FILHO.pdf?sequence=1&isAllowed=y
https://biblioteca.ufpb.br/biblioteca/contents/noticias/biblioteca-central-disponibiliza-novos-titulos-de-acervo-digital/MinhaBibliotecaCatlogoAtualizadoabril2019.xlsx
https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2020/11/20201113_Relatorio_PCDT_567_Sobrepeso_e_Obesidade_em_adultos.pdf
http://temasemsaude.com/wp-content/uploads/2016/08/162.pdf
https://www.udesc.br/arquivos/ceo/id_cpmenu/1752/anais_2_CONSAI_1MICENF_15293511791346_1752.pdf
http://www.ppgedufpa.com.br/anpednorte/ANAIS_ANPED_NORTE_compressed.pdf
http://pos.unifacef.com.br/wp-content/uploads/2018/01/ENCPESQ_E-BOOK_desafios.pdf
https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2021/02/Ebook-Atualizações-e-debates-sobre-Segurança-Alimentar-e-Nutricional-1.pdf
http://www.ufrgs.br/textecc/textped/arquivos/Artigosped.txt
https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/7826573/mod_resource/content/1/ABESO-POSICIO

NAMENTO SOBRE O TRATAMENTO NUTRICIONAL DO SOBREPESO E DA OBESIDADE.pdf
https://abeso.org.br/wp-content/uploads/2022/11/posicionamento_2022-alterado-nov-22-1.pdf
http://www.ibfan.org.br/site/wp-content/uploads/2020/02/ANAIS-ENAM-ENACS-WBC-WCFC-2019-2edicao.pdf
https://arquivosbrasil.blob.core.windows.net/insulas/anexos/cogecont_31_10_2016-277500-418116.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/marco_referencia_vigilancia_alimentar.pdf
https://hq892qzdgr1cn4n8hhv8d1f9-wpengine.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/2020/10/E-book-3-O-Conhecimento-na-Competência-da-Teoria-e-da-Prática-em-Enfermagem-3.pdf
https://www.ffclrp.usp.br/divulgacao/diretoria/Relatorio_Gestao/parte2/projetos - Ensinar com Pesquisa/Resumo_PEP_07_09.doc
https://www.fce.edu.br/pdf/ED18-FINAL-03.pdf
https://cptl.ufms.br/files/2018/06/Anais-XIX-Semana-de-Educação.pdf
https://revistaft.com.br/o-papel-da-educacao-fisica-no-bem-estar-mental-e-fisico-na-sociedade-moderna/
http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/caderno_40.pdf
http://www.petenfermagem.ufc.br/wp-content/uploads/ANAIS-IX-MOSTRA-1.pdf
https://educapes.capes.gov.br/bitstream/capes/602583/2/eBook-Desafios-da-Educacao.pdf
https://www.pucsp.br/sites/default/files/download/posgraduacao/programas/gerontologia/ebook_-_livro_o_envelhecimento_ativo_e_seus_fundamentos.pdf
http://www.fce.edu.br/pdf/Educar-FCE-Abril-2018.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diretrizes_cuidado_pessoa_idosa_sus.pdf
http://bdm.unb.br/bitstream/10483/6095/1/2013_MarcosRibas.pdf
https://core.ac.uk/download/pdf/78550507.pdf

Fragmento: a quantidade de gordura corporal)
https://www.rasbran.com.br/rasbran/article/download/541/133
https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/Manual_de_Obesidade_-_3a_Ed_web_compressed.pdf
https://www.fef.unicamp.br/fef/sites/uploads/deafa/qvaf/alimen_saudavel_completo.pdf
http://www.minhavida.com.br/saude/temas/obesidade
https://www.researchgate.net/publication/348129742_EXERCICIO_FISICO_E_SEUS_BENEFICIOS_PARA_A_SAUDE_DAS_CRIANCAS_UMA_REVISAO_NARRATIVA
https://gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/publicacoes/livros/caderno-tematico-do-programa-saude-na-escola-promocao-da-atividade-fisica
https://unisalesiano.com.br/lins/wp-content/uploads/2021/12/ART-19-PROF-DAGNOU-ED.FISICA.pdf
http://repositorioinstitucional.uninga.br/bitstream/handle/123456789/221/MARCOS HENRIQUE BORGES HASSELMANN DE BASTOS.pdf?sequence=1
https://ppgfarmacia.ufms.br/files/2017/06/THALITA-VIEIRA-DO-NASCIMENTO.pdf

Fragmento: contribui significativamente para
https://www.rasbran.com.br/rasbran/issue/download/17/20
https://ftramonmartins.files.wordpress.com/2016/09/tratado-de-geriatria-e-gerontologia-3c2aa-ed.pdf
http://www.ojs.ufpi.br/index.php/rics/article/download/6341/3720
http://sistemas.unicesumar.edu.br/cpd/projetoCientifico/relatorioProjetosPref.php
https://acervodigital.ufpr.br/bitstream/handle/1884/42387/R - E - MAURO LUIZ SAMPAIO FILHO.pdf?sequence=1&isAllowed=y
https://biblioteca.ufpb.br/biblioteca/contents/noticias/biblioteca-central-disponibiliza-novos-titulos-de-acervo-digital/MinhaBibliotecaCatlogoAtualizadoabril2019.xlsx
https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2020/11/20201113_Relatorio_PCDT_567_Sobrepeso_e_Obesidade_em_adultos.pdf

http://temasemsaude.com/wp-content/uploads/2016/08/162.pdf
https://www.udesc.br/arquivos/ceo/id_cpmenu/1752/anais_2_CONSAI_1MICENF_15293511791346_1752.pdf
http://www.ppgedufpa.com.br/anpednorte/ANAIS_ANPED_NORTE_compressed.pdf
http://pos.unifacef.com.br/wp-content/uploads/2018/01/ENCPESQ_E-BOOK_desafios.pdf
https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2021/02/Ebook-Atualizações-e-debates-sobre-Segurança-Alimentar-e-Nutricional-1.pdf
http://www.ufrgs.br/textecc/textped/arquivos/Artigosped.txt
https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/7826573/mod_resource/content/1/ABESO-POSICIONAMENTO SOBRE O TRATAMENTO NUTRICIONAL DO SOBREPESO E DA OBESIDADE.pdf
https://abeso.org.br/wp-content/uploads/2022/11/posicionamento_2022-alterado-nov-22-1.pdf
http://www.ibfan.org.br/site/wp-content/uploads/2020/02/ANAIS-ENAM-ENACS-WBC-WCFC-2019-2edicao.pdf
https://arquivosbrasil.blob.core.windows.net/insulas/anexos/cogecont_31_10_2016-277500-418116.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/marco_referencia_vigilancia_alimentar.pdf
https://hq892qzdgr1cn4n8hhv8d1f9-wpengine.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/2020/10/E-book-3-O-Conhecimento-na-Competência-da-Teoria-e-da-Prática-em-Enfermagem-3.pdf
https://www.ffclrp.usp.br/divulgacao/diretoria/Relatorio_Gestao/parte2/projetos - Ensinar com Pesquisa/Resumo_PEP_07_09.doc
https://www.fce.edu.br/pdf/ED18-FINAL-03.pdf
https://cptl.ufms.br/files/2018/06/Anais-XIX-Semana-de-Educação.pdf
https://revistaft.com.br/o-papel-da-educacao-fisica-no-bem-estar-mental-e-fisico-na-sociedade-moderna/
http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/caderno_40.pdf
http://www.petenfermagem.ufc.br/wp-content/uploads/ANAIS-IX-MOSTRA-1.pdf
https://educapes.capes.gov.br/bitstream/capes/602583/2/eBook-Desafios-da-Educacao.pdf
https://www.pucsp.br/sites/default/files/download/posgraduacao/programas/gerontologia/ebook_-_livro_o_envelhecimento_ativo_e_seus_fundamentos.pdf
http://www.fce.edu.br/pdf/Educar-FCE-Abril-2018.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diretrizes_cuidado_pessoa_idosa_sus.pdf
http://bdm.unb.br/bitstream/10483/6095/1/2013_MarcosRibas.pdf
https://core.ac.uk/download/pdf/78550507.pdf

Fragmento: melhorando a qualidade de vida da
https://ftramonmartins.files.wordpress.com/2016/09/tratado-de-geriatria-e-gerontologia-3c2aa-ed.pdf
http://189.28.128.100/dab/docs/eventos/mostra/pe_parte_3.pdf
https://portalrevistas.ucb.br/index.php/rmsbr/article/download/9308/5557
http://189.28.128.100/dab/docs/eventos/mostra/pe_parte_5.pdf
http://www.ibfan.org.br/site/wp-content/uploads/2020/02/ANAIS-ENAM-ENACS-WBC-WCFC-2019-2edicao.pdf
http://www.ans.gov.br/images/stories/noticias/pdf/20110822notatecnicapromocooeprevencao.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/plano_nacional_saude_2020_2023.pdf
http://189.28.128.100/dab/docs/eventos/mostra/pe_parte_2.pdf

Fragmento: é muito importante no processo de
http://www.fce.edu.br/pdf/Educar-FCE-Abril-2018.pdf

Fragmento: treinamento funcional, assim como
http://o2personal.blogspot.com/

Fragmento: contribui para a manutenção de um
http://www.terra.com.br/vida-e-estilo/valesaude/os-impactos-positivos-da-atividade-fisica-regular-na-saude-geral,ee6538a9131e5d2c70c8381f05302a9fykejhci0.html

Fragmento: a colaboração entre profissionais
https://revistaft.com.br/obesidade-e-comorbidades-analise-dos-fatores-de-risco-prevencao-e-tratamento-uma-revisao-integrativa/

Fragmento: para a realização dessa pesquisa
https://abran.org.br/essencea/admeventos/admcj/congresso2019/home/anais/anais_congresso_2019.pdf
http://www.ppgedufpa.com.br/anpednorte/ANAIS_ANPED_NORTE_compressed.pdf
http://189.28.128.100/dab/docs/eventos/mostra/pe_parte_1.pdf
https://www.arca.fiocruz.br/bitstream/icict/24828/2/ernani_costa.pdf
https://www.ffclrp.usp.br/divulgacao/diretoria/Relatorio_Gestao/parte2/projetos - Ensinar com Pesquisa/Resumo_PEP_07_09.doc

Fragmento: funcional e na qualidade de vida
https://ftramonmartins.files.wordpress.com/2016/09/tratado-de-geriatria-e-gerontologia-3c2aa-ed.pdf
http://bdm.unb.br/bitstream/10483/6095/1/2013_MarcosRibas.pdf

Fragmento: funcional e na qualidade de vida
https://ftramonmartins.files.wordpress.com/2016/09/tratado-de-geriatria-e-gerontologia-3c2aa-ed.pdf
http://bdm.unb.br/bitstream/10483/6095/1/2013_MarcosRibas.pdf

Fragmento: de atividade física para adultos
http://www.ojs.ufpi.br/index.php/rics/article/download/6341/3720
https://sbafs.org.br/admin/files/papers/file_IlduWnhVZnP7.pdf
https://www.sns.gov.pt/wp-content/uploads/2017/10/DGS_PNPAF2017_V7.pdf
https://gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/publicacoes/livros/caderno-tematico-do-programa-saude-na-escola-promocao-da-atividade-fisica

Fragmento: a prática de atividade física de
https://www.rasbran.com.br/rasbran/issue/download/17/20
http://www.ojs.ufpi.br/index.php/rics/article/download/6341/3720
https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2020/11/20201113_Relatorio_PCDT_567_Sobrepeso_e_Obesidade_em_adultos.pdf
https://www.crefsp.gov.br/storage/app/arquivos/f58239b565002414a9e152ba29a05395.pdf
https://www.rasbran.com.br/rasbran/article/download/541/133
https://www.ufsm.br/app/uploads/sites/820/2021/04/Textos-para-Discussao-27-Educacao-Fisica-e-Saude-em-Tempos-de-COVID.pdf
https://repositorio.ufsm.br/bitstream/handle/1/15720/TCCE_EFIAI_EaD_2015_CECCAGNO_DIONEIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
https://gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/publicacoes/livros/caderno-tematico-do-programa-saude-na-escola-promocao-da-atividade-fisica
http://www.educadores.diaadia.pr.gov.br/modules/mydownloads_01/visit.php?cid=70&lid=3119
https://www.scielo.br/j/motriz/a/fFxf4W5HZ6bWvxpshvwrkHj/?lang=pt&format=pdf
https://www.scielo.br/j/motriz/a/fFxf4W5HZ6bWvxpshvwrkHj/
http://scielo.iec.gov.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2176-62232014000400008
http://conitec.gov.br/images/Consultas/Relatorios/2020/Relatorio_PCDT_Sobrepeso_Obesidade_em_Adultos_CP_25_2020.pdf
https://www.gov.br/conitec/pt-br/midias/consultas/relatorios/2020/relatorio_pcdt_sobrepeso_o

besidade_em_adultos_cp_25_2020.pdf

Fragmento: do sexo feminino com idade entre
https://www.rasbran.com.br/rasbran/issue/download/17/20
https://abran.org.br/essencea/admeventos/admcj/congresso2019/home/anais/anais_congresso_2019.pdf
http://189.28.128.100/dab/docs/eventos/mostra/pe_parte_3.pdf
http://sistemas.unicesumar.edu.br/cpd/projetoCientifico/relatorioProjetosPref.php
https://unp.br/arquivos/pdf/cursos/pesquisa/congressocientifico/anais2012.pdf
https://www.researchgate.net/publication/366330030_Efeito_do_treinamento_funcional_na_dor_e_capacidade_funcional_de_mulheres_idosas
https://sigaa.ufpi.br/sigaa/public/programa/defesas.jsf?lc=pt_BR&id=345
https://www.rasbran.com.br/rasbran/article/download/541/133
https://rasbran.com.br/rasbran/article/download/982/193/2736
https://arquivosbrasil.blob.core.windows.net/insulas/anexos/cogecont_31_10_2016-277500-418116.pdf
https://hq892qzdgr1cn4n8hhv8d1f9-wpengine.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/2020/10/E-book-3-O-Conhecimento-na-Competência-da-Teoria-e-da-Prática-em-Enfermagem-3.pdf
https://www.unicesumar.edu.br/presencial/wp-content/uploads/sites/2/2017/04/LUDMILA-LOPES-MACIEL-BOLSONI.pdf
https://www.univates.br/bdu/bitstream/10737/835/1/2015JuliaMarmittZen.pdf
http://www.abennacional.org.br/download/catalogo_2006.doc
https://www.scielo.br/j/refuem/a/fvymG8G7z8pCngMZkzLspzF/
https://www.uniube.br/eventos/epeduc/2017/arquivos/anais/Anais_IX_Epeduc_2017.pdf
http://revistabionorte.com.br/

Fragmento: que o acompanhamento nutricional
https://www.rasbran.com.br/rasbran/issue/download/17/20
https://www.rasbran.com.br/rasbran/article/download/541/133
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/marco_referencia_vigilancia_alimentar.pdf
http://www.sgc.goias.gov.br/upload/arquivos/2014-05/diretrizes-sbd-2014.pdf

Fragmento: principais fatores causadores de
https://ftramonmartins.files.wordpress.com/2016/09/tratado-de-geriatria-e-gerontologia-3c2aa-ed.pdf
https://biblioteca.ufpb.br/biblioteca/contents/noticias/biblioteca-central-disponibiliza-novos-titulos-de-acervo-digital/MinhaBibliotecaCatlogoAtualizadoabril2019.xlsx
https://repositorio.unilab.edu.br/jspui/bitstream/123456789/682/3/2018_arti_ibrandao.pdf
https://ppgfarmacia.ufms.br/files/2017/06/THALITA-VIEIRA-DO-NASCIMENTO.pdf
https://www.ifpi.edu.br/noticias/eBook_PsicologiaEscolar.pdf

Fragmento: emocionais e comportamentais que
http://www.ojs.ufpi.br/index.php/rics/article/download/6341/3720
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2008.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2008.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira.pdf
http://revistabionorte.com.br/
https://www.ifpi.edu.br/noticias/eBook_PsicologiaEscolar.pdf
https://sistemas.unicesumar.edu.br/cpd/projetoCientifico/relatorioProjetosPref.php

Fragmento: como uma estratégia prioritária,
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_saude_pessoa_idosa_n19.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/evelhecimento_saude_pessoa_idosa.pdf
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/evelhecimento_saude_pessoa_idosa.pdf
http://189.28.128.100/dab/docs/publicacoes/cadernos_ab/abcad19.pdf

http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/abcad19.pdf

Fragmento: a implementação de programas de
https://www.rasbran.com.br/rasbran/issue/download/17/20
https://ftramonmartins.files.wordpress.com/2016/09/tratado-de-geriatria-e-gerontologia-3c2aa-ed.pdf
https://biblioteca.ufpb.br/biblioteca/contents/noticias/biblioteca-central-disponibiliza-novos-titulos-de-acervo-digital/MinhaBibliotecaCatlogoAtualizadoabril2019.xlsx
http://www.ggbs.gr.unicamp.br/pdf/a_ciencia_e_a_pesquisa_em_acao.pdf
http://www.ufrgs.br/textecc/textped/arquivos/Artigosped.txt
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2008.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2008.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prc0002_03_10_2017.html
https://rasbran.com.br/rasbran/article/download/982/193/2736
https://www.fef.unicamp.br/fef/sites/uploads/deafa/qvaf/alimen_saudavel_completo.pdf
https://www.nucleodoconhecimento.com.br/meio-ambiente/socioambiental-conservacao
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prc0002_03_10_2017.html
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_vigilancia_epidemiologica_7ed.pdf
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_vigilancia_epidemiologica_7ed.pdf
http://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/cartilhas/2021/09-plano-de-dant-2022_2030.pdf
http://www.ans.gov.br/images/stories/noticias/pdf/20110822notatecnicapromocooeprevencao.pdf
https://www.mds.gov.br/webarquivos/publicacao/Brasil_Amigo_Pesso_Idosa/Orientacoes_Implementacao_Linha_Cuidado_AtencaoIntegral_Saude_Pessoa_Idosa_SUS.pdf
http://www.gov.br/saude/pt-br/acesso-a-informacao/participacao-social/consultas-publicas/2020/arquivos/PlanoDANTversoConsultapblica.pdf
https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/svsa/doencas-cronicas-nao-transmissiveis-dcnt/09-plano-de-dant-2022_2030.pdf
https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/49108/9789275718162-por.pdf?sequence=1&isAllowed=y
http://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/publicacoes-svs/doencas-cronicas-nao-transmissiveis-dcnt/09-plano-de-dant-2022_2030.pdf
https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/publicacoes-svs/doencas-cronicas-nao-transmissiveis-dcnt/09-plano-de-dant-2022_2030.pdf/
http://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/svsa/doencas-cronicas-nao-transmissiveis-dcnt/09-plano-de-dant-2022_2030.pdf
https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/publicacoes-svs/doencas-cronicas-nao-transmissiveis-dcnt/09-plano-de-dant-2022_2030.pdf
https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/28583/9789275718667-por.pdf?sequence=1&isAllowed=y
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/linha_cuidado_atencao_pessoa_idosa.pdf
https://cptl.ufms.br/files/2018/06/Anais-XIX-Semana-de-Educação.pdf
https://revistaft.com.br/obesidade-e-comorbidades-analise-dos-fatores-de-risco-prevencao-e-tratamento-uma-revisao-integrativa/
http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/caderno_40.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/caderno_atencao_basica_diretrizes_nasf.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diretrizes_do_nasf_nucleo.pdf
https://cetesb.sp.gov.br/proclima/wp-content/uploads/sites/36/2013/12/agenda_21.pdf
http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44575/9788564047020_por.pdf
https://www.scielo.br/j/abc/a/xf6bJDQFs7gyH4cWqVtrkDq/

Fragmento: do conhecimento científico para
https://www2.camara.leg.br/a-camara/altosestudos/pdf/obra-avancos-do-marco-legal-da-prim

eira-infancia
https://www.ucs.br/site/midia/arquivos/e-book-desperdicio-de-alimentos-velhos-habitos.pdf
https://www.uniube.br/eventos/epeduc/2017/arquivos/anais/Anais_IX_Epeduc_2017.pdf
https://www.saude.sp.gov.br/resources/instituto-de-saude/homepage/temas-saude-coletiva/pdfs/temas29okweb.pdf

Fragmento: para os profissionais que atuam
http://189.28.128.100/dab/docs/eventos/mostra/pe_parte_3.pdf
https://biblioteca.ufpb.br/biblioteca/contents/noticias/biblioteca-central-disponibiliza-novos-titulos-de-acervo-digital/MinhaBibliotecaCatlogoAtualizadoabril2019.xlsx
https://www.udesc.br/arquivos/ceo/id_cpmenu/1752/anais_2_CONSAI_1MICENF_15293511791346_1752.pdf
http://temasemsaude.com/wp-content/uploads/2017/05/5congrefip.pdf
http://www.ppgedufpa.com.br/anpednorte/ANAIS_ANPED_NORTE_compressed.pdf
https://arquivosbrasil.blob.core.windows.net/insulas/anexos/anais-cogecont-2017-(1)-562003.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prc0002_03_10_2017.html
https://www2.camara.leg.br/a-camara/altosestudos/pdf/obra-avancos-do-marco-legal-da-primeira-infancia
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/relatorio_iii_forum_monitoramento_plano.pdf
https://cancri.ead.unesp.br/sigeve/evento_imagens/arq_apoio_20_1508332749.pdf
http://www.editorarealize.com.br/editora/ebooks/cintedi/2020/040220211132_E-BOOK--CONSTRUINDO-DIALOGOS-NA-EDUCACAO-INCLUSIVA--ACESSIBILIDADE--DIVERSIDADE-E-DIREITOS-HUMANOS.pdf
https://www.fce.edu.br/pdf/ED18-FINAL-03.pdf
http://www.petenfermagem.ufc.br/wp-content/uploads/ANAIS-IX-MOSTRA-1.pdf
https://www.pucsp.br/sites/default/files/download/posgraduacao/programas/gerontologia/ebook_-_livro_o_envelhecimento_ativo_e_seus_fundamentos.pdf
https://www.conasems.org.br/wp-content/uploads/2021/02/manual_do_gestor_2021_F02-1.pdf
https://core.ac.uk/download/pdf/78550507.pdf
https://sistemas.unicesumar.edu.br/cpd/projetoCientifico/relatorioProjetosPref.php
https://14simposiomt.files.wordpress.com/2012/02/final_-_xiv_simpc3b3sio.pdf

Fragmento: de alimentos ultraprocessados e
https://www.rasbran.com.br/rasbran/issue/download/17/20
https://abran.org.br/essencea/admeventos/admcj/congresso2019/home/anais/anais_congresso_2019.pdf
https://portalrevistas.ucb.br/index.php/rmsbr/article/download/9308/5557
https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2020/11/20201113_Relatorio_PCDT_567_Sobrepeso_e_Obesidade_em_adultos.pdf
https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/7826573/mod_resource/content/1/ABESO-POSICIONAMENTO SOBRE O TRATAMENTO NUTRICIONAL DO SOBREPESO E DA OBESIDADE.pdf
https://abeso.org.br/wp-content/uploads/2022/11/posicionamento_2022-alterado-nov-22-1.pdf
http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/guia_alimentar2015.pdf
https://www.rasbran.com.br/rasbran/article/download/541/133
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prc0002_03_10_2017.html
https://rasbran.com.br/rasbran/article/download/982/193/2736
https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/88424/000911726.pdf?sequenc
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_brasil_2018_analise_situacao_saude_doencas_agravos_cronicos_desafios_perspectivas.pdf
http://200.214.130.94/consultapublica/display/dsp_print_completo.php?d=5428
http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/documentos/relatorio_consulta_publica.pdf

https://www.saude.pr.gov.br/sites/default/arquivos_restritos/files/documento/2022-06/linha_de_cuidado_sobrepeso_e_obesidade_diagramada_final.pdf
https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/publicacoes-svs/doencas-cronicas-nao-transmissiveis-dcnt/09-plano-de-dant-2022_2030.pdf/
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prc0002_03_10_2017.html
https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/publicacoes-svs/doencas-cronicas-nao-transmissiveis-dcnt/09-plano-de-dant-2022_2030.pdf
https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/svsa/doencas-cronicas-nao-transmissiveis-dcnt/09-plano-de-dant-2022_2030.pdf
http://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/publicacoes-svs/doencas-cronicas-nao-transmissiveis-dcnt/09-plano-de-dant-2022_2030.pdf
http://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/cartilhas/2021/09-plano-de-dant-2022_2030.pdf
http://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/svsa/doencas-cronicas-nao-transmissiveis-dcnt/09-plano-de-dant-2022_2030.pdf
http://www.gov.br/saude/pt-br/acesso-a-informacao/participacao-social/consultas-publicas/2020/arquivos/PlanoDANTversoConsultapblica.pdf
http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/instrutivo_metodologia_trabalho_nutricao_ab.pdf
https://www.fnde.gov.br/index.php/centrais-de-conteudos/publicacoes/category/116-alimentacao-escolar?download=12530:caderno-de-legislação-2021
https://periodicorease.pro.br/rease/article/download/11156/4848/18776
https://www.scielosp.org/article/csp/2021.v37suppl1/e00150220/
https://www.scielosp.org/article/csc/2021.v26suppl2/3853-3863/
https://www.scielo.br/j/csp/a/Nmx8hyghp4WChJWtLKwnDpc/
https://www.scielo.br/j/sdeb/a/XStjVSCzJvFMLtLDsLzgtXz/
https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/publicacoes-para-promocao-a-saude/promocao_alimentacao_saudavel_ensino_fundamental_ii.pdf/@@download/file

Fragmento: de um estilo de vida mais ativo
https://sbafs.org.br/admin/files/papers/file_IIduWnhVZnP7.pdf
https://www.unicesumar.edu.br/wp-content1/uploads/degustacao/ebook/ebook-material-didatico-educacao-fisica-bacharelado.pdf

Fragmento: obesidade e outros problemas de
http://189.28.128.100/nutricao/docs/geral/regula_comerc_alimentos.pdf
http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/instrutivo_metodologia_trabalho_nutricao_ab.pdf

Fragmento: que o treinamento funcional tem
https://repositorio.pgsscogna.com.br/bitstream/123456789/37542/1/ANA SAMARA PERES FARIAS.pdf
http://www.univates.br/bduserver/api/core/bitstreams/2445828d-f762-44dd-b06f-0e5eb7f9f3ce/content
https://www.univates.br/bduserver/api/core/bitstreams/2445828d-f762-44dd-b06f-0e5eb7f9f3ce/content
http://www.univates.br/bdu/bitstreams/2445828d-f762-44dd-b06f-0e5eb7f9f3ce/download
https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/bitstream/123456789/572/1/A Contribuicao do Treinamento Funcional para a diminuicao da obesidade infantil .pdf
https://monografias.ufma.br/jspui/bitstream/123456789/5584/1/ADENILSONSILVACHAVES.pdf
https://unisalesiano.com.br/lins/wp-content/uploads/2021/12/ART-19-PROF-DAGNOU-ED.FISICA.pdf

Fragmento: porém é importante destacar que

http://www.ppgedufpa.com.br/anpednorte/ANAIS_ANPED_NORTE_compressed.pdf
https://arquivosbrasil.blob.core.windows.net/insulas/anexos/anais-cogecont-2017-(1)-562003.pdf
http://www.neab.ufu.br/sites/neab.ufu.br/files/Livro_Especialização_NEAB_0.pdf

Fragmento: a qualidade de vida das pessoas
http://www.fibbauru.br/custom/561/uploads/EDUCACAO_FISICA.pdf
https://ftramonmartins.files.wordpress.com/2016/09/tratado-de-geriatria-e-gerontologia-3c2aa-ed.pdf
https://www.univates.br/bduserver/api/core/bitstreams/2445828d-f762-44dd-b06f-0e5eb7f9f3ce/content
http://www.univates.br/bdu/bitstreams/2445828d-f762-44dd-b06f-0e5eb7f9f3ce/download
http://www.univates.br/bduserver/api/core/bitstreams/2445828d-f762-44dd-b06f-0e5eb7f9f3ce/content
http://189.28.128.100/dab/docs/eventos/mostra/pe_parte_3.pdf
https://sbafs.org.br/admin/files/papers/file_IIduWnhVZnP7.pdf
http://sistemas.unicesumar.edu.br/cpd/projetoCientifico/relatorioProjetosPref.php
https://unp.br/arquivos/pdf/cursos/pesquisa/congressocientifico/anais2012.pdf
http://www.ggbs.gr.unicamp.br/pdf/a_ciencia_e_a_pesquisa_em_acao.pdf
http://189.28.128.100/dab/docs/eventos/mostra/pe_parte_5.pdf
https://www.udesc.br/arquivos/ceo/id_cpmenu/1752/anais_2_CONSAI_1MICENF_15293511791346_1752.pdf
http://temasemsaude.com/wp-content/uploads/2017/05/5congrefip.pdf
https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2021/02/Ebook-Atualizações-e-debates-sobre-Segurança-Alimentar-e-Nutricional-1.pdf
https://www.ans.gov.br/images/stories/Materiais_para_pesquisa/Materiais_por_assunto/ProdEditorialANS_Manual_Tecnico_de_Promocao_da_saude_no_setor_de_SS.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/evelhecimento_saude_pessoa_idosa.pdf
https://sigaa.ufpi.br/sigaa/public/programa/defesas.jsf?lc=pt_BR&id=345
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_saude_pessoa_idosa_n19.pdf
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/evelhecimento_saude_pessoa_idosa.pdf
http://189.28.128.100/dab/docs/publicacoes/cadernos_ab/abcad19.pdf
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/abcad19.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2008.pdf
https://arquivosbrasil.blob.core.windows.net/insulas/anexos/anais-cogecont-2017-(1)-562003.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prc0002_03_10_2017.html
http://unifacex.com.br/wp-content/uploads/2016/10/anais_jornada_enfermagem_15.pdf
https://repositorio.ufmg.br/bitstream/1843/BUBD-9DCFEZ/1/monografia_cleber_frank_alkimim_dias.pdf
https://www.fef.unicamp.br/fef/sites/uploads/deafa/qvaf/cultura_alimentarcompleto.pdf
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2008.pdf
https://arquivosbrasil.blob.core.windows.net/insulas/anexos/cogecont_31_10_2016-277500-418116.pdf
https://revistaft.com.br/abordagem-diagnostica-do-diabetes-mellitus-tipo-2-desafios-e-perspectivas/
http://189.28.128.100/dab/docs/eventos/mostra/pe_parte_2.pdf
http://11cnps.iscte-iul.pt/sites/default/files/docs/livro_atas.pdf
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prc0002_03_10_2017.html
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cuidado_condicoes_atencao_primaria_saude.pdf
https://www.ucs.br/site/midia/arquivos/e-book-desperdicio-de-alimentos-velhos-habitos.pdf
https://institutolorentz.com.br/treinamento-funcional-e-seus-beneficios/
https://www.mds.gov.br/webarquivos/publicacao/Brasil_Amigo_Pesso_Idosa/Orientacoes_Im

plementacao_Linha_Cuidado_AtencaoIntegral_Saude_Pessoa_Idosa_SUS.pdf
https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/28583/9789275718667-por.pdf?sequence=1&isAllowed=y
http://11cnps.iscte-iul.pt/sites/default/files/docs/livro_resumos.pdf
https://www.arca.fiocruz.br/bitstream/icict/24828/2/ernani_costa.pdf
https://www.ffclrp.usp.br/divulgacao/diretoria/Relatorio_Gestao/parte2/projetos - Ensinar com Pesquisa/Resumo_PEP_07_09.doc
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/linha_cuidado_atencao_pessoa_idosa.pdf
http://www.petenfermagem.ufc.br/wp-content/uploads/ANAIS-IX-MOSTRA-1.pdf
https://revistaft.com.br/obesidade-e-comorbidades-analise-dos-fatores-de-risco-prevencao-e-tratamento-uma-revisao-integrativa/
http://bibliodigital.unijui.edu.br:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/3389/tcc- estilo de vida, conhecimento e motivos de adesÃƒo ao exercÃ©cio fÃ©sico dos idosos participantes do programa saÃšde em movimento do municÃ©pio de boa vista do buricÃ©-rs.pdf?sequence=1
https://repositorio.uniceub.br/jspui/bitstream/235/10763/1/21313137.pdf
http://www.uece.br/ppsacwp/wp-content/uploads/sites/37/2016/04/PLANEJAMENTO-GESTAO-E-AVALIACAO-NAS-PRATICAS-DE-SAUDE-EBOOK-548pg.pdf
http://unifafibe.com.br/revistasonline/arquivos/revistaeducacaofisica/sumario/39/19122015132503.pdf
https://isindexing.com/isi/journalpapers.php?id=13077
http://www.abennacional.org.br/download/catalogo_2006.doc
https://sistemas.unicesumar.edu.br/cpd/projetoCientifico/relatorioProjetosPref.php
https://cetesb.sp.gov.br/proclima/wp-content/uploads/sites/36/2013/12/agenda_21.pdf
http://repositorioinstitucional.uninga.br/bitstream/handle/123456789/221/MARCOS HENRIQUE BORGES HASSELMANN DE BASTOS.pdf?sequence=1
https://repositorio.unilab.edu.br/jspui/bitstream/123456789/682/3/2018_arti_ibrandao.pdf
http://www.researchgate.net/publication/325591759_Qualidade_de_vida_conceito_e_variaveis_relacionadas
https://esesp.es.gov.br/media/esesp/apostilas/apostila_gestaoqualvida16.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diretrizes_recomendacoes_cuidado_doencas_cronicas.pdf
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diretrizes_recomendacoes_cuidado_doencas_cronicas.pdf
https://unasus2.moodle.ufsc.br/pluginfile.php/11071/mod_resource/content/3/Modulo5_DoencasCronicas.pdf
https://core.ac.uk/download/pdf/78550507.pdf
http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44575/9788564047020_por.pdf

Fragmento: estudo reforça a necessidade de
https://ftramonmartins.files.wordpress.com/2016/09/tratado-de-geriatria-e-gerontologia-3c2aa-ed.pdf
http://www.ibfan.org.br/site/wp-content/uploads/2020/02/ANAIS-ENAM-ENACS-WBC-WCFC-2019-2edicao.pdf

Fragmento: abordagens multidisciplinares e
https://www.cnnbrasil.com.br/saude/veja-8-fatores-determinantes-para-a-obesidade-segundo-pesquisa-brasileira/
http://189.28.128.100/nutricao/docs/geral/regula_comerc_alimentos.pdf
https://www.arca.fiocruz.br/bitstream/icict/24828/2/ernani_costa.pdf
https://revistaft.com.br/obesidade-e-comorbidades-analise-dos-fatores-de-risco-prevencao-e-tratamento-uma-revisao-integrativa/
https://cetesb.sp.gov.br/proclima/wp-content/uploads/sites/36/2013/12/agenda_21.pdf

Fragmento: ansiedade, tensão e depressão

http://www.ggbs.gr.unicamp.br/pdf/a_ciencia_e_a_pesquisa_em_acao.pdf
https://www.univates.br/bdu/bitstream/10737/835/1/2015JuliaMarmittZen.pdf

Fragmento: moderada a intensa,
https://www.crefsp.gov.br/storage/app/arquivos/7e02a5c44298e22ad31dce23f52948b9.pdf

Fragmento: de Educação Física,
https://www.researchgate.net/publication/267331797_Condicionamento_Fisico_e_Treino_Funcional_Revisando_Alguns_Conceitos_e_Posicionamentos
http://www.fibbauru.br/custom/561/uploads/EDUCACAO_FISICA.pdf
https://sbafs.org.br/admin/files/papers/file_IIduWnhVZnP7.pdf
http://sistemas.unicesumar.edu.br/cpd/projetoCientifico/relatorioProjetosPref.php
http://189.28.128.100/dab/docs/eventos/mostra/pe_parte_3.pdf
https://biblioteca.ufpb.br/biblioteca/contents/noticias/biblioteca-central-disponibiliza-novos-titulos-de-acervo-digital/MinhaBibliotecaCatlogoAtualizadoabril2019.xlsx
http://189.28.128.100/dab/docs/eventos/mostra/pe_parte_5.pdf
https://portalrevistas.ucb.br/index.php/rmsbr/article/download/9308/5557
https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2020/11/20201113_Relatorio_PCDT_567_Sobrepeso_e_Obesidade_em_adultos.pdf
http://ibict.unifeob.edu.br:8080/jspui/bitstream/prefix/4363/1/O IMPACTO DO TREINAMENTO FUNCIONAL NAS.pdf
https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstreams/c3bfc297-dcbe-4182-9fe7-7628cdf9abbb/download
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/perspectivas_desafios_cuidado_pessoas_obesidade.pdf
http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/perspectivas_desafios_cuidado_pessoas_obesidade.pdf
https://www.ans.gov.br/images/stories/Materiais_para_pesquisa/Materiais_por_assunto/ProdEditorialANS_Manual_Tecnico_de_Promocao_da_saude_no_setor_de_SS.pdf
http://repositorio.unesc.net/bitstream/1/4336/1/Manuela Scheffer de Amorim.pdf
https://www.crefsp.gov.br/storage/app/arquivos/f58239b565002414a9e152ba29a05395.pdf
http://www.usjt.br/biblioteca/mono_disser/mono_diss/2012/188.pdf
http://revistas.unilago.edu.br/index.php/revista-medicina/article/view/6/3
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/relatorio_iii_forum_monitoramento_plano.pdf
https://www.saude.pr.gov.br/sites/default/arquivos_restritos/files/documento/2022-06/linha_de_cuidado_sobrepeso_e_obesidade_diagramada_final.pdf
https://www.crefsp.gov.br/storage/app/arquivos/7e02a5c44298e22ad31dce23f52948b9.pdf
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cuidado_condicoes_atencao_primaria_saude.pdf
https://cancri.ead.unesp.br/sigeve/evento_imagens/arq_apoio_20_1508332749.pdf
http://www.minhavida.com.br/saude/temas/obesidade
https://www.ufsm.br/app/uploads/sites/820/2021/04/Textos-para-Discussao-27-Educacao-Fisica-e-Saude-em-Tempos-de-COVID.pdf
http://www.researchgate.net/publication/367721653_A_RELEVANCIA_DO_TREINAMENTO_FUNCIONAL_PARA_AS_CAPACIDADES_FISICAS_FUNCIONAIS_E_ASPECTOS_DA_SAUDE_DE_IDOSOS
https://www.researchgate.net/publication/367721653_A_RELEVANCIA_DO_TREINAMENTO_FUNCIONAL_PARA_AS_CAPACIDADES_FISICAS_FUNCIONAIS_E_ASPECTOS_DA_SAUDE_DE_IDOSOS
https://repositorio.ufpe.br/bitstream/123456789/27516/1/ALMEIDA, R. M., 2018.pdf
https://www.researchgate.net/publication/348129742_EXERCICIO_FISICO_E_SEUS_BENEFICIOS_PARA_A_SAUDE_DAS_CRIANCAS_UMA_REVISAO_NARRATIVA
https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/marilys-trimino-lopez.pdf
http://www.educadores.diaadia.pr.gov.br/modules/mydownloads_01/visit.php?cid=70&lid=3119

https://www.sns.gov.pt/wp-content/uploads/2017/10/DGS_PNPAF2017_V7.pdf
https://educapes.capes.gov.br/bitstream/capes/602583/2/eBook-Desafios-da-Educacao.pdf
https://cptl.ufms.br/files/2018/06/Anais-XIX-Semana-de-Educação.pdf
https://www.uniube.br/eventos/epeduc/2017/arquivos/anais/Anais_IX_Epeduc_2017.pdf
https://blogeducacaofisica.com.br/carreira-do-profissional-de-educacao-fisica/
http://blogeducacaofisica.com.br/carreira-do-profissional-de-educacao-fisica/
https://acervodigital.ufpr.br/bitstream/handle/1884/72935/ANDRESSA MARCELE MAIA GUIMARAES.pdf?sequence=1&isAllowed=y
http://unifafibe.com.br/revistasonline/arquivos/revistaeducacaofisica/sumario/39/19122015132503.pdf
https://www.crefsp.gov.br/storage/app/arquivos/6d9646b6a173fba528f5c4edcf9b1d8d.pdf
http://www.efdeportes.com/efd178/treinamento-funcional-beneficios-metodos.htm
https://efdeportes.com/efd178/treinamento-funcional-beneficios-metodos.htm
https://www.efdeportes.com/efd178/treinamento-funcional-beneficios-metodos.htm
http://efdeportes.com/efd178/treinamento-funcional-beneficios-metodos.htm
https://www.grupounibra.com/repositorio/EDFIS/2022/a-relevancia-do-treinamento-funcional-para-adolescentes-obesos-uma-revisao-de-literatura38.pdf
https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9814800/
http://blogeducacaofisica.com.br/guia-completo-do-treinamento-funcional-tudo-sobre-essa-modalidade/
https://www.ifsc.edu.br/documents/30701/523474/Lesao Medular WEB.pdf/39df2463-bd7b-5e88-7a8f-da0594784c9b
https://www.scielo.br/j/abc/a/xf6bJDQFs7gyH4cWqVtrkDq/
http://www.fce.edu.br/pdf/Educar-FCE-Abril-2018.pdf

Relatório DOCxWEB DOCXWEB.COM Ajuda

tit

cor
Close

FICHA DE ORIENTAÇÕES

CENTRO UNIVERSITÁRIO

Relação de orientações TCC II 2024.2

Título do TCC: Benefícios do treinamento funcional no combate ao sobrepeso e obesidade: uma abordagem teórica.
Acadêmico(s): Eloísa dos Santos Lima e Roman Kaiger
Professor Orientador: Everton Paulo Roman

ORIENTAÇÕES

Data	Horário	Assunto da Orientação	Assinatura Acadêmico 1	Assinatura Acadêmico 2	Assinatura Orientador
08/08	10:20-11:40	Organização do artigo	Eloísa	Roman	
15/08	8:55-11:45	Elaboração da Introdução	Eloísa	Roman	
16/08	9:10-9:35	Elaboração da Introdução (divisão)	Eloísa	Roman	
22/8	13:10-11:45	Finalização do M. Todo. OK	Eloísa	Roman	
5/9	11:00-11:45	Início da descussão	Eloísa	Roman	
12/9	11:10-11:45	Discussão (objetividade)	Eloísa	Roman	
26/9	11:10 11:45	Discussão (objetividade + trein. funcional)	Eloísa	Roman	
04/10	9:00-10:00	Considerações finais	Eloísa	Roman	
17/10	11:00-11:50	Formatação e slides ao apresentação	Eloísa	Roman	
31/10	11:00:11:50	Erd - banca	Eloísa	Roman	