



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA**



**FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA E FISIOTERAPIA**

**JOÃO VICTOR VIEIRA DA SILVA**

**EFEITOS DO FOCO DE ATENÇÃO NO DESEMPENHO DE TESTES DE  
FORÇA MÁXIMA E CONTROLE DE FORÇA**

Uberlândia

2023

**JOÃO VICTOR VIEIRA DA SILVA**

**EFEITOS DO FOCO DE ATENÇÃO NO DESEMPENHO DE TESTES DE  
FORÇA MÁXIMA E CONTROLE DE FORÇA**

Trabalho de conclusão de curso  
apresentado à Faculdade de  
Educação Física e Fisioterapia da  
Universidade Federal de Uberlândia,  
como parte das exigências para a  
obtenção da conclusão de graduação  
em Licenciatura e Bacharelado em  
Educação Física

Orientador: Prof. Dr. Ricardo Drews

Uberlândia

2023

## **Banca Examinadora**

Presidente: \_\_\_\_\_

Prof. Dr. Ricardo Drews – FAEFI/UFU

Membro 1: \_\_\_\_\_

Prof. Dr. João Elias Dias Nunes – FAEFI/UFU

Membro 2: \_\_\_\_\_

Prof. Dr. Eduardo Henrique Rosa Santos – FAEFI/UFU

Uberlândia

2023

## **Agradecimentos**

Em primeiro lugar, a Deus, que fez com que meus objetivos fossem alcançados, durante todos os meus anos de estudos.

Ao professor Ricardo Drews, por ter sido meu orientador e ter desempenhado tal função com tanta paciência, dedicação e principalmente amizade, e a todos os outros professores que me acompanharam e me ajudaram a chegar a esse momento tão importante, através de todas correções e ensinamentos que me permitiram apresentar um melhor desempenho no meu processo de formação profissional ao longo do curso.

A toda minha família, em especial aos meus avós João Batista da Silva e Adelita Maria da Silva, minha mãe Geslaine Abadia Vieira Santos, meu pai Cassio Aparecido da Silva, meu padrasto Gilberto Vieira Santos, e meus irmãos: Maicon Gabriel Vieira Santos e Gessia Vieira Santos que me incentivaram nos momentos difíceis e foram peças fundamentais não só no processo de execução deste trabalho, mas sim em toda minha vida.

Aos amigos, que sempre estiveram ao meu lado, pela amizade incondicional e pelo apoio demonstrado ao longo de todo o período em que me dediquei a este trabalho, especial para meus amigos Elci Eduardo da Silva Junior, Henrique Guedes, Fernando Martins e Munique Moreira que foram fundamentais para a continuidade e execução deste trabalho.

Aos meus colegas de curso, com quem convivi intensamente durante os últimos anos, pelo companheirismo e pela troca de experiências que me permitiram crescer não só como pessoa, mas também como formando.

E a todos que participaram, direta ou indiretamente do desenvolvimento deste trabalho de pesquisa, enriquecendo o meu processo de aprendizado.

## **Lista de Anexos**

<b>Anexo 1.</b> Termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE).....	29
--	----

## **Lista de Apêndices**

<b>Apêndice 1.</b> Questionário de utilização de foco de atenção.....	31
<b>Apêndice 2.</b> Questionário de caracterização da amostra.....	32

## Lista de Tabelas

**Tabela 1.** Médias e desvio padrão do peso e altura dos participantes dos grupos de foco de atenção externo (GFE), foco de atenção interno (GFI) e controle (GC).....20

**Tabela 2.** Frequência absoluta de respostas sobre o foco de atenção utilizado pelos grupos de foco de atenção externo (GFE), foco de atenção interno (GFI) e grupo controle (GC) ao longo das fases do estudo..... 21

## Lista de Figuras

**Figura 1.** Escore médio das tentativas de força máxima dos grupos de foco de atenção externo (GFE), foco de atenção interno (GFI) e controle (GC) nas fases de pré-teste (Pré) e teste (Pós 1; Pós 2). As barras de erro representam o desvio padrão das médias. ....19

**Figura 2.** Escore médio das tentativas de 50% de força máxima (diferença entre a meta de 50% da força máxima e força alcançada) dos grupos de foco de atenção externo (GFE), foco de atenção interno (GFI) e controle (GC) nas fases de pré-teste (Pré) e teste (Pós). As barras de erro representam o desvio padrão das médias. ....20



## Resumo

O objetivo do presente estudo foi investigar os efeitos de diferentes focos atencionais no desempenho de testes de força máxima e controle de força. A amostra foi composta por 48 estudantes universitários voluntários, de ambos os sexos (feminino = 12; masculino = 36), com idade média de 23,3 anos, distribuídos em três grupos: GFE (grupo foco externo), GFI (grupo foco interno) e GC (grupo controle). Todos os testes foram realizados em um dinamômetro de lombar (Crown 200kgf), sendo o estudo distribuído em 4 fases (pré-teste de força máxima; pré-teste de controle de força; teste de controle de força; teste de força máxima). Especificamente após a realização das fases de pré-teste, instruções de direcionamento de foco de atenção externo (GFE) e interno (GFI) foram fornecidas. Um questionário de verificação de utilização do foco de atenção foi aplicado ao longo da realização dos testes. Os resultados não revelaram diferenças entre os grupos tanto no desempenho de força máxima, quanto no controle de força. Conclui-se que diferentes instruções de foco de atenção não afetam o desempenho de força máxima e controle de força em testes realizados em um dinamômetro de lombar.

**Palavras-chave:** Desempenho motor; Foco de atenção; Força máxima; Controle de força.

## **Abstract**

The aim of the present study was to investigate the effects of different attentional focuses on the performance of maximal strength and strength control tests. The sample consisted of 48 volunteer university students of both genders (female = 12; male = 36), with a mean age of 23.3 years, divided into three groups: GFE (external focus group), GFI (internal focus group) and GC (control group). All tests were performed on a lumbar dynamometer (Crown 200kgf), and the study was divided into four phases (maximum strength pre-test; strength control pre-test; strength control test; maximum strength test). Specifically, after performing the pre-test phases, external (GFE) and internal (GFI) focus of attention instructions were provided. A focus of attention use verification exam was applied throughout the tests. The results revealed no differences between the groups either in maximal strength performance or in strength control. We concluded that different attention focus instructions did not perform maximum strength performance and strength control in tests performed on a lumbar dynamometer.

**Keywords:** Motor performance; Focus of attention; Maximum strength; Force control.

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO</b> .....	14
<b>2 MÉTODO</b> .....	16
<b>2.1 Amostra</b> .....	16
<b>2.2 Tarefa e instrumentos</b> .....	16
<b>2.3 Delineamento experimental e procedimentos de coleta</b> .....	17
<b>2.4 Análise de dados</b> .....	18
<b>3 RESULTADOS</b> .....	18
<b>3.1 Caracterização da amostra</b> .....	18
<b>3.2 Teste de força máxima</b> .....	19
<b>3.3 Teste de controle de força</b> .....	19
<b>3.4 Questionário de foco de atenção</b> .....	20
<b>4 DISCUSSÃO</b> .....	22
<b>5 CONCLUSÃO</b> .....	24
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	25
<b>ANEXOS</b> .....	28
<b>Anexo 1</b> .....	28
<b>APÊNDICES</b> .....	29
<b>Apêndice 1</b> .....	29
<b>Apêndice 2</b> .....	30
<b>NORMAS DA REVISTA</b> .....	31

## **APRESENTAÇÃO GERAL**

Este Trabalho de Conclusão de Curso atende ao regimento do Curso de Educação Física da Universidade Federal de Uberlândia. Em seu volume, como um todo, é composto de duas partes:

**1. ARTIGO:** Efeitos do foco de atenção no desempenho de testes de força máxima e controle de força

**2. NORMAS DA REVISTA:** Pensar a Prática

## **1. ARTIGO**

### **Efeitos do foco de atenção no desempenho de testes de força máxima e controle de força**

### **Effects of attention focus on the performance of maximal strength and strength control tests**

João Victor Vieira da Silva<sup>1</sup>, Ricardo Drews<sup>1</sup>

Filiação:

<sup>1</sup> Faculdade de Educação Física e Fisioterapia, Universidade Federal de Uberlândia

Contato:

João Victor Vieira da Silva

Faculdade de Educação Física e Fisioterapia da Universidade Federal de Uberlândia

E-mail: joaovitor832@gmail.com

Telefone: 3499817-7070

Endereço para Correspondência:

Faculdade de Educação Física e Fisioterapia - Campus Educação Física

Rua Benjamin Constant, 1286, Uberlândia – MG, Brasil

CEP: 38400-678

Telefone: 34 3218-2901

## 1 INTRODUÇÃO

O foco de atenção e seus efeitos no desempenho motor tem se tornado uma importante linha de pesquisa na área de Comportamento Motor nas últimas décadas (BELL; HARDY, 2009). O foco de atenção pode ser entendido como a organização dos recursos atencionais disponíveis e direcionados às fontes de informações pertinentes no indivíduo, no ambiente ou na tarefa, podendo assim ser classificado em foco externo e foco interno (WULF, 2007). Especificamente, o foco interno, de acordo com Oliveira (2010), direciona a atenção para a execução ou padrão de movimento, sendo que ele não é capaz de informar sobre as consequências do movimento no ambiente. Por exemplo, em um exercício de supino reto, o foco interno estaria relacionado ao movimento dos braços. Já o foco externo está relacionado à quando a atenção está voltada aos resultados que a ação tem no ambiente (OLIVEIRA, 2010). Seguindo o exemplo dado anteriormente, em um exercício de supino reto, a atenção estaria voltada ao movimento da barra durante a execução.

Os estudos analisando o foco de atenção verificando seus efeitos no desempenho motor têm revelado, em sua maioria, que instruções induzindo a focar externamente tem se mostrado geralmente mais eficientes, em comparação a instruções que direcionam a focar internamente ou não focar explicitamente em algum elemento (WULF, 2013). A principal explicação para os benefícios da utilização do foco externo é chamada de hipótese da ação restrita (WULF et al., 2001). A mesma sugere que focar externamente promoveria um modelo automático de controle durante o desempenho da tarefa. Isto é, o foco externo permitiria o processo inconsciente (automatizado), rápido e reflexo (controlado por níveis inferiores de controle de movimento), facilitando o resultado desejado a ser alcançado como subproduto (CANDIDO; FAQUIN; OKAZAKI, 2012). Em contrapartida, quando os indivíduos se concentram nos movimentos internamente, ocorrem interferências nos processos automáticos da coordenação dos movimentos, o que resulta na diminuição da precisão, movimentos mais lentos e desempenho motor geral menos eficiente.

As vantagens no desempenho a partir da utilização do foco externo de atenção têm sido encontradas em habilidades motoras realizadas em diferentes contextos, tais como realização de exercícios de supino e agachamento até habilidades motoras específicas em esportes coletivos e individuais (para uma revisão, ver WULF, 2013). Nessa direção, alguns autores têm ressaltado a necessidade da verificação dos efeitos do foco de atenção em testes de padronizados de capacidades consideradas fundamentais para o desempenho motor de indivíduos, tais como capacidade aeróbica máxima, equilíbrio, força máxima, etc. (por exemplo, MAKARUK et al.,

2021; SINGH et al., 2020), podendo esse ser um fator relevante para obtenção de melhores desempenhos. De acordo com Makaruk et al. (2021), as instruções fornecidas ao executante pelo avaliador, para induzir seu foco de atenção, precisam ser consistentes, para que haja confiabilidade nos resultados, pois inconsistências nas instruções fornecidas podem ocasionar em mudanças significativas no desempenho do mesmo, prejudicando a confiabilidade dos resultados de um teste padronizado.

Poucos estudos, no entanto, analisaram os efeitos do direcionamento de foco de atenção na realização de testes padronizados (MAKARUK et al., 2021; MARKWELL et al., 2021; SINGH et al., 2020). Por exemplo, Markwell et al. (2021), ao verificarem os efeitos do foco atencional no desempenho de um teste de resistência isométrica, encontraram que o fornecimento de uma instrução de foco externo levou a um desempenho de resistência significativamente maior em comparação a uma instrução de foco interno (experimento 1), como também uma menor frequência cardíaca e superioridade também a uma condição controle (experimento 2).

Tal panorama ressalta a necessidade de mais estudos analisando testes de diferentes capacidades físicas, de modo a verificar se, de fato, o direcionamento específico de foco de atenção pode influenciar o desempenho testes de algumas capacidades físicas como a força, em que ainda apresenta um panorama de estudos com divergências sobre os efeitos do foco de atenção (GRGIC; MIKULIC; MIKULIC, 20212). Halperin et al. (2015), por exemplo, ao compararem os efeitos do foco externo versus interno na produção de força em um exercício isométrico de tração no reto femoral, observaram que a adoção de um foco de atenção externo resultou em uma produção de pico de força 9% maior em relação ao foco de atenção interno. Por outro lado, Marchant e Greig (2009) não observaram diferença significativa no pico de força isocinético a partir do fornecimento de instruções de foco interno e externo de atenção.

Diante disso, o objetivo do presente estudo foi investigar os efeitos de diferentes focos atencionais no desempenho de testes de força máxima e controle de força. Como hipótese, era esperado um desempenho superior nos testes de força máxima e controle de força dos participantes direcionados a um foco externo, em comparação a condições de foco interno e sem direcionamento de atenção específico (controle).

## **2 MÉTODO**

### **2.1 Amostra**

A amostra foi composta por 48 voluntários estudantes universitários da Universidade Federal de Uberlândia, de ambos os sexos (feminino = 12; masculino = 36), com idade média de 23,3 anos e desvio padrão de 3,1 anos. Os participantes não foram informados sobre o objetivo específico do estudo antes da sua participação. O critério de inclusão do estudo foi que os participantes tivessem a faixa etária de 18 a 40 anos e não apresentassem algum acometimento físico ou neurológico que impossibilitasse a realização dos testes. Como critério de exclusão, foi estabelecido apresentar histórico de lesão pré-existente que pudesse influenciar a realização dos testes. Todos os indivíduos assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), cujo projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Federal de Uberlândia (CAEE:05960818.0.0000.5152). O estudo foi realizado inteiramente nas dependências do Campus da Faculdade de Educação Física e Fisioterapia, da Universidade Federal de Uberlândia.

### **2.2 Tarefa e instrumentos**

Os testes realizados tinham como objetivo avaliar a força máxima e controle de força. Para sua realização foi utilizado um dinamômetro de lombar (Crown 200kgf) e um smartfone para a marcação do tempo de intervalo entre as tentativas. No início dos testes, todos os participantes foram inicialmente posicionados em pé, sobre a plataforma com os joelhos semiflexionados, tronco flexionado à frente formando um ângulo de aproximadamente 120°, cabeça posicionada no prolongamento do tronco com o olhar fixado à frente e braços estendidos (GUEDES; GUEDES, 2006).

Além disso, foram aplicados dois questionários. O primeiro teve por finalidade caracterizar a amostra averiguando peso, altura e informações de atividades físicas/exercícios físico regulares realizadas pelos participantes. O segundo questionário, similar ao utilizado por Raisbeck e Yamada (2018), teve por finalidade verificar em que estavam focando a atenção durante a realização do teste. Especificamente, o instrumento foi composto pela seguinte pergunta: “No que (ou onde) você prestou atenção enquanto realizava o teste?”, sendo repetida seis vezes ao longo da realização dos testes.



### **2.3 Delineamento experimental e procedimentos de coleta**

Os participantes foram distribuídos quase-aleatoriamente em três grupos: Foco externo (GFE), Foco interno (GFI) e Controle (GC). Após assinarem o TCLE e preencherem um questionário de caracterização da amostra, todos os participantes visualizaram a demonstração da execução do teste, acompanhada de uma instrução verbal realizada pelo pesquisador responsável. O estudo foi distribuído em 4 fases (pré-teste de força máxima; pré-teste de controle de força; teste de controle de força; teste de força máxima).

O pré-teste de força máxima consistiu na realização de quatro tentativas com objetivo de alcançar a força máxima por parte dos voluntários. Após a execução das tentativas, foi considerada a tentativa com alcance de maior força e calculado a quantia de 50% do resultado para estabelecer uma meta a ser utilizada no pré-teste 50% da força máxima, que consistiu na realização dez tentativas em que os participantes tinham como objetivo atingir 50% da tentativa com maior força alcançada no pré-teste anterior.

Após a fase de pré-teste, os participantes receberam instruções de foco de atenção referentes ao grupo correspondente. Especificamente, os participantes do GFE receberam a seguinte instrução: “Durante a execução preste a atenção no quanto consegue puxar a alavanca; mantenha a atenção no quanto ela sobe, ao ser puxada”. Já os integrantes do GFI receberam a seguinte instrução: “Durante a execução mantenha sua atenção nos músculos da sua lombar; preste a atenção na maneira que sua lombar faz força”. Por sua vez, o GC não recebeu nenhuma instrução de foco específica.

Os testes, com o protocolo similar ao realizado no pré-teste, tiveram primeiro um bloco de 10 tentativas de controle de 50% de força, seguido de dois blocos de 4 tentativas de força máxima. Após a realização de cada tentativa, foram fornecidos os valores alcançados. Os intervalos de descanso entre as tentativas de força máxima foram, em média, de 1 minuto e de 30 segundos nas tentativas com objetivo com alcançar 50% da força máxima nas fases de pré-teste e teste. Além disso, houve um intervalo de um 1 minuto entre cada uma das fases do estudo.

O questionário referente a utilização do foco de atenção foi aplicado após a 5ª e 10ª tentativas do bloco de testes de controle de força e após a 2ª, 4ª, 6ª e 8ª tentativas do teste de força máxima. Vale ressaltar lembretes de utilização de foco de atenção externo (“Lembre-se de focar na alavanca”) e interno (“Lembre-se de focar na sua lombar”) foram fornecidos nos intervalos entre uma repetição e outra.

Para o registro dos dados, foi utilizada uma tabela, onde eram anotados os resultados obtidos após cada tentativa do teste. Um avaliador, previamente treinado, conduziu todos os testes.

## 2.4 Análise de dados

Inicialmente, foram calculadas as médias dos escores de força máxima e controle de força (diferença entre a meta de 50% da força máxima e força alcançada) no pré-teste e nos testes, como também foram contabilizadas as respostas do questionário de utilização de foco de atenção, estatura e peso dos participantes. Para verificar os pressupostos de normalidade dos dados, foi realizado o teste de Shapiro-Wilk antes da realização das análises paramétricas.

Os escores médios do controle de força foram analisados por meio de uma Análise de Variância (Anova) *Two-way* (3 Grupos X 2 Blocos de 10 tentativas), com medidas repetidas no último fator. Análise similar foi realizada para a força máxima, porém com três blocos de tentativas (3 Grupos X 3 Blocos de 4 tentativas). Além disso, foi realizada uma Anova *One-way* para verificar possíveis diferenças na estatura e peso dos participantes. Para verificar diferenças específicas, foi utilizado o teste post-hoc de Tukey HSD.

Para o questionário de uso de foco de atenção foi realizada uma análise descritiva, por meio de valores absolutos (n) e relativos (%). Todas as análises foram realizadas no SPSS (versão, 20.0) e adotado um nível alfa de significância de 5%.

## 3 RESULTADOS

### 3.1 Caracterização da amostra

As informações referentes a estatura e peso dos grupos encontram-se na Tabela 1. As análises não revelaram diferença entre os grupos no que se refere a estatura,  $F(1, 15) = 0,031$ ,  $p = 0,863$ , e peso,  $F(1, 15) = 0,029$ ,  $p = 0,813$ .

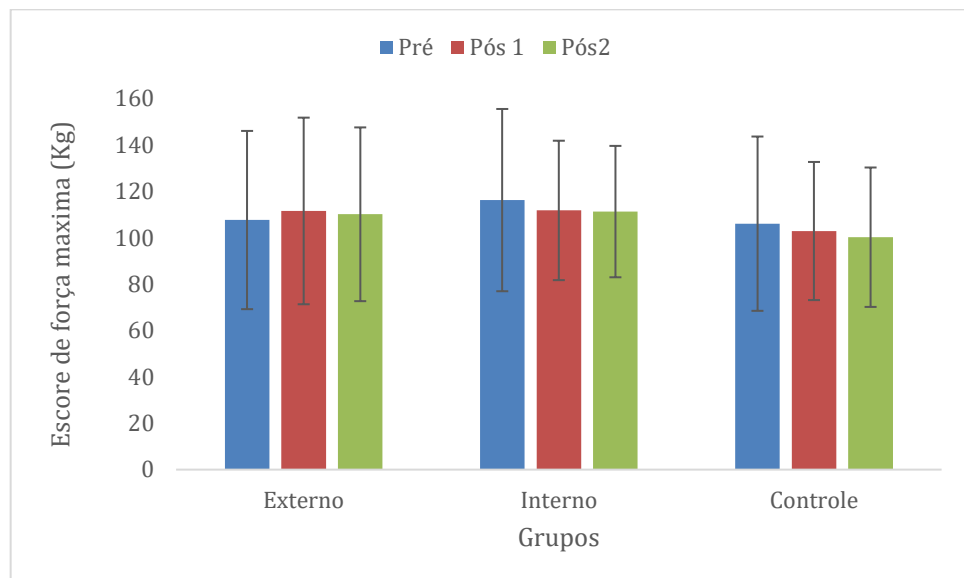
**Tabela 1.** Médias e desvio padrão do peso e altura dos participantes dos grupos de foco de atenção externo (GFE), foco de atenção interno (GFI) e controle (GC)

	MÉDIA DE ALTURA (m)	MÉDIA DE PESO (kg)	DESVIO PADRÃO DE ALTURA (cm)	DESVIO PADRÃO DE PESO (kg)
GFE	1,72	75,8	15,75	0,08
GFI	1,74	77,3	14,80	0,06
GC	1,76	75,8	14,59	0,08

Legenda - GFE: Grupo de foco externo; GFI: Grupo de foco interno; GC: Grupo Controle.

### 3.2 Teste de força máxima

A Figura 1 apresenta os escores médios nas tentativas com objetivo de alcance de força máxima do GFE, GFI e GC no pré-teste e teste. A Anova com medidas repetidas no último fator não observou efeitos no fator Bloco,  $F(2, 90) = 1,255$ ,  $p = 0,290$ . Nenhum efeito foi verificado no fator Grupo,  $F(2, 45) = 0,358$ ,  $p = 0,701$ , e interação entre os fatores Bloco e Grupo,  $F(4, 90) = 1,538$ ,  $p = 0,198$ . Estes resultados apontam que os grupos apresentaram desempenho similar nas diferentes fases do estudo.

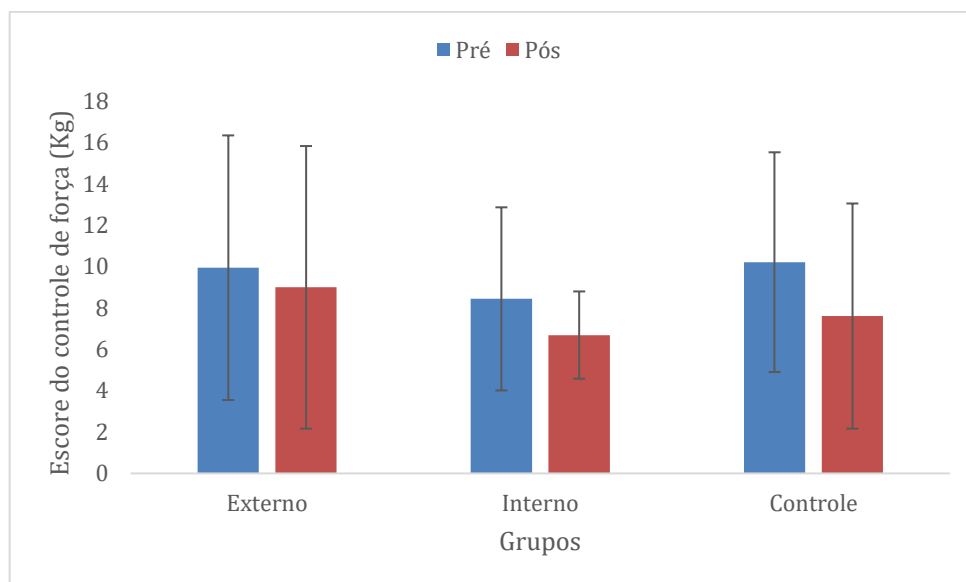


**Figura 1.** Escore médio das tentativas de força máxima dos grupos de foco de atenção externo (GFE), foco de atenção interno (GFI) e controle (GC) nas fases de pré-teste (Pré) e teste (Pós 1; Pós 2). As barras de erro representam o desvio padrão das médias.

### 3.3 Teste de controle de força

A Figura 2 apresenta os escores médios nas tentativas com objetivo de alcance de 50% de força máxima do GFE, GFI e GC no pré-teste e teste. A Anova com medidas repetidas no último fator observou efeitos no fator Bloco,  $F(1, 45) = 0,406$ ,  $p = 0,023$ , sendo que os grupos

aumentaram a precisão do bloco de tentativas do pré-teste para o bloco de tentativas de prática. Nenhum efeito foi verificado no fator Grupo,  $F(2, 45) = 0,715$ ,  $p = 0,495$ , e interação entre os fatores Bloco e Grupo,  $F(2, 45) = 0,406$ ,  $p = 0,669$ . Estes resultados apontam que os grupos apresentaram desempenho similar em toda prática.



**Figura 2.** Escore médio das tentativas de 50% de força máxima (diferença entre a meta de 50% da força máxima e força alcançada) dos grupos de foco de atenção externo (GFE), foco de atenção interno (GFI) e controle (GC) nas fases de pré-teste (Pré) e teste (Pós). As barras de erro representam o desvio padrão das médias.

### 3.4 Questionário de utilização de foco de atenção

A Tabela 2 apresenta os resultados das respostas do questionário de utilização do foco de atenção. Os resultados revelaram que o GFE indicou focar externamente em 93,75% e internamente 6,25% das tentativas do questionário aplicado após a 5ª tentativa de controle de força; 100% das vezes no questionário aplicado após a 10ª tentativa de controle de força; externamente 93,75% e internamente 6,25% no questionário aplicado após a 2ª tentativa de força máxima; externamente 87,5% e internamente 12,5% no questionário aplicado após a 4ª tentativa de força máxima; externamente 93,75% e internamente 6,25% no questionário aplicado após a 6ª tentativa de força máxima e externamente 100% questionário aplicado após a 8ª tentativa de força máxima. Por sua vez, o GFI indicou focar internamente em 100% das tentativas em todos os momentos.

Já o grupo controle indicou focar externamente em 25% e internamente 75% das tentativas no questionário aplicado após a 5ª tentativa de controle de força; externamente 25%,

internamente 62,5%, externamente e internamente ao mesmo tempo 6,25% e indefinido 6,25% das vezes no questionário aplicado após a 10ª tentativa de controle de força; focar externamente em 25% e internamente 75% das vezes no questionário aplicado após a 2ª tentativa de força máxima; externamente 18,75%, internamente 75% e indefinido 6,25% das vezes questionário aplicado após a 4ª tentativa de força máxima; externamente em 31,25% e internamente 68,75% no questionário aplicado após a 6ª tentativa de força máxima; externamente 25%, internamente 68,75% e indefinido 6,25% das vezes no questionário aplicado após a 8ª tentativa de força máxima. Vale ressaltar que foram classificados como indefinidos, quando o participante relatava não focar em nenhum elemento especificamente.

**Tabela 2.** Frequência absoluta de respostas sobre o foco de atenção utilizado pelos grupos de foco de atenção externo (GFE), foco de atenção interno (GFI) e grupo controle (GC) ao longo das fases do estudo

		<b>M1</b>	<b>M2</b>	<b>M3</b>	<b>M4</b>	<b>M5</b>	<b>M6</b>
<b>GFE</b>	Externo	15	16	15	14	15	16
	Interno			1			
	Externo/interno	1			2	1	
	Indefinido						
<b>GFI</b>	Externo						
	Interno	16	16	16	16	16	16
	Externo/interno						
	Indefinido						
<b>GC</b>	Externo	4	4	4	3	5	4
	Interno	12	10	12	12	11	11
	Externo/interno		1				
	Indefinido		1		1		1

Legenda - GFE: Grupo foco externo; GFI: Grupo foco interno; GC: Grupo controle; M1: Questionário aplicado após a 5ª tentativa do teste de controle de força; M2: Questionário aplicado após a 10ª tentativa do teste de controle de força; M3: Questionário aplicado após a 2ª tentativa do teste de força máxima; M4: Questionário aplicado após a 4ª tentativa do teste de força máxima; M5: Questionário aplicado após a 6ª tentativa do teste de força máxima; M6: Questionário aplicado após a 8ª tentativa do teste de força máxima.

## 4 DISCUSSÃO

O presente estudo verificou se indivíduos adultos teriam o seu desempenho de força máxima e controle de força afetado a partir do fornecimento de diferentes instruções de foco de atenção. Especificamente, foi hipotetizado que o grupo que recebesse instruções de foco externo apresentaria maior desempenho em testes de força máxima e controle de força, em comparação aos grupos que fossem instruídos a um foco interno ou que não tivessem qualquer indução a foco de atenção (condição controle). Os resultados encontrados não confirmam a hipótese inicial, visto que os três grupos apresentaram força máxima e controle de força similar.

De uma maneira geral, os resultados encontrados não corroboram com um número considerável de estudos que mostraram ganhos no desempenho a partir da utilização de um foco de atenção externo (WULF, 2007, 2013). Por exemplo, Singh et al. (2020), que realizaram um estudo analisando a medida de força de preensão máxima com um dinamômetro de mão, encontraram que uma condição “otimizada” que incluía o direcionamento de foco externo, além de expectativas aprimoradas para desempenho futuro e suporte à autonomia, resultou em maior força máxima de preensão em relação a uma condição de controle sem direcionamento de foco de atenção. Já Makaruk et al. (2021) examinaram a confiabilidade teste e reteste de saltos em distância e com contramovimento, seguindo instruções de foco atencional consistentes e não consistentes. No referido estudo, as instruções de foco atencional consistentes consistiam em fornecimento de foco externo tanto no teste quanto no reteste, enquanto as instruções não consistentes eram de fornecimento de foco externo no teste e interno no reteste. Os autores concluíram que em condições que instruções de foco não consistentes afetaram na confiabilidade dos testes, enquanto as condições de instruções consistentes (somente foco externo) se mostraram mais confiáveis, gerando menores erros sistemáticos.

Em outro contexto de aplicação, Nadzalan et al. (2019), que ao comparar as adaptações da força muscular com diferentes focos de atenção (externo e interno) adotados durante o treinamento resistido, verificaram que todos os grupos demonstraram aumentar significativamente seu agachamento e levantamento terra em testes de 1RM após seis semanas de programa de treinamento, porém verificou-se que o aumento percentual do grupo de foco externo foi significativamente maior no levantamento terra 1RM comparado aos demais grupos (interno e controle).

Por outro lado, algumas investigações também não encontraram efeitos do foco de atenção externo no desempenho motor de maneira similar ao presente estudo. Por exemplo, Passetto et al. (2011), que ao analisarem os efeitos de diferentes focos de atenção (externo e

interno), em elementos da respiração e posição do corpo de nadadores durante o nado crawl, encontraram similaridade nos resultados dos elementos analisados a partir do fornecimento das diferentes instruções de foco de atenção. Na mesma direção, Candido, Faquin e Okazaki (2012), que ao compararem o direcionamento de diferentes tipos de foco de atenção (interno e externo) no desempenho de equilíbrio em uma plataforma instável, também não encontraram diferença no desempenho da referida tarefa em nenhuma das condições de foco de atenção.

Em outro estudo, Schoenfeld et al. (2018), ao compararem os efeitos do uso de um foco de atenção interno versus externo durante oito semanas em um treinamento de força nas adaptações musculares em homens universitários não treinados, não observaram efeitos estatisticamente significativos distintos a partir da utilização de diferentes focos atencionais nas medidas de força isométrica de flexão do cotovelo e força isométrica de extensão do joelho. E ainda nessa mesma direção, ao hipotetizar se um foco de atenção externo poderia melhorar o desempenho de bailarinos em uma tarefa baseada de pirueta dupla, Andrade et al. (2020) também não encontraram efeitos distintos em medidas quantitativas e qualitativas no desempenho.

Uma possível explicação para os resultados encontrados no presente estudo poderia estar relacionada ao foco de atenção que, de fato, foi utilizado pelos indivíduos enquanto realizavam o teste. Apesar do conjunto de evidências mostrando efeitos do foco de atenção (WULF, 2013), não necessariamente os participantes podem ter utilizado realmente o foco que foi solicitado durante a prática do teste, o que acarretaria influência direta nos resultados encontrados. Embora sejam poucos os estudos sobre foco de atenção que apresentam controle da adoção do foco solicitado (BELL; HARDY; 2009; PORTER et al., 2010), alguns autores têm apontado incertezas relacionadas à adoção do foco instruído pelos participantes. Por exemplo, Porter et al. (2010) verificaram que instruções prescritas de fato induziram o foco apropriado de atenção em 67% e 76% do tempo para as condições de foco externo e interno, respectivamente.

Porém, tal explicação não é corroborada pelos resultados encontrados no presente estudo, visto que os participantes ao responderem ao questionário sobre foco de atenção, em sua maioria, afirmaram adotar o foco instruído durante a prática do teste (foco externo = 94,79%; foco interno = 100%). Já o grupo controle revelou focar externamente em 25% e internamente em 70,83% das vezes.

Uma outra hipótese explicativa está relacionada ao conteúdo da instrução geral do teste. Especificamente, todos os participantes durante o teste de força máxima e controle de força foram instruídos a alcançar a maior força possível e força específica durante os testes,

respectivamente. O que diferenciou os indivíduos foram as condições solicitadas de adoção do foco de atenção, seja externo ou interno. Dessa forma, pode ter sido criada uma dificuldade em lidar com a demanda adicional (CASTANEDA; GRAY, 2007), e com isso os participantes podem ter adotado como foco principal atingir a força máxima ou controle de força, anulando a diferença entre as condições experimentais. Este raciocínio é similar ao proposto por Ried et al. (2012), que ao solicitar que nadadores adotassem foco externo enquanto nadavam o mais rápido possível em uma tarefa de nado Crawl. Os autores desse estudo concluíram que o adicional de tal demanda atencional poderia ter anulado a diferença entre as condições experimentais. Assim, mesmo que os participantes tenham adotado o foco solicitado, os mesmos não conseguiram usá-lo para realizar movimentos mais eficientes, e conseqüentemente, apresentar desempenhos diferenciados em diferentes condições de foco de atenção. Além disso, Marchant, Clough e Crawshaw (2007) também explicaram a igualdade em seus resultados a partir do fornecimento de diferentes instruções de foco de atenção (externo e controle), em uma tarefa onde indivíduos iniciantes deveriam lançar dardos em alvos, com o fato da adição de uma demanda atencional a mais além das instruções de foco, que no caso eram os alvos. Futuros estudos são necessários para testar essa hipótese explicativa, visto as diferenças entre os graus de liberdade de movimento e objetivos das tarefas motoras analisadas em estudos anteriores e a analisada na presente investigação.

Por fim, é necessário ressaltar algumas limitações do presente estudo, como a não utilização da análise de movimentos durante a prática, a qual poderia identificar se existe uma mudança no padrão de movimentos ao serem solicitados os diferentes tipos de foco que poderia influenciar nos resultados. Além disso, outro aspecto foi o fato de a resposta ao questionário de utilização do foco de atenção ser dada pelos participantes oralmente pode tê-los levado a se sentirem na obrigação de afirmar que tinham prestado atenção no foco indicado. Estudos futuros poderão optar por adotar outras formas de controlar a adoção do foco pelos participantes como, por exemplo, a resposta por escrito.

## **5 CONCLUSÃO**

Com base nos resultados obtidos no presente estudo, concluiu-se que a utilização de diferentes focos de atenção não afeta o desempenho de força máxima e controle de força em testes realizados em um dinamômetro de lombar.



## REFERÊNCIAS

ANDRADE, C. M. et al. Internal and imagined external foci of attention do not influence pirouette performance in ballet dancers. **Research Quarterly for Exercise and Sport**, v. 91, n. 4, p. 682–691, 2020.

BELL, J. J.; HARDY, J. Effects of attentional focus on skilled performance in Golf. **Journal of Applied Sport Psychology**, v. 21, n. 2, p. 163–177, 2009.

CANDIDO, C. R. C.; FAQUIN, B. S.; OKAZAKI, V. H. A. Análise da hipótese de restrição da ação e do efeito do foco de atenção em tarefa de equilíbrio em plataforma instável. **Revista da Educacao Física**, v. 23, n. 4, p. 655–662, 2012.

CASTANEDA, B.; GRAY, R. Effects of focus of attention on baseball batting performance in players of differing skill levels. **Journal of Sport and Exercise Psychology**, v. 29, n. 1, p. 60-77, 2007.

GRGIC, J.; MIKULIC, I.; MIKULIC, P. Acute and long-term effects of attentional focus strategies on muscular strength: A meta-analysis. **Sports**, v. 9, n. 11, p. 153, 2021.

GUEDES, D. P.; GUEDES, J. E. **Manual Prático para Avaliação em Educação Física**. 1ª ed. São Paulo: Ed. Manole, 2006.

HALPERIN, I.; PYNE, D. B.; MARTIN, David T. Threats to internal validity in exercise science: a review of overlooked confounding variables. **International Journal of Sports Physiology and Performance**, v. 10, n. 7, p. 823-829, 2015.

MARCHANT, D. C.; CLOUGH, P. J.; CRAWSHAW, M. The effects of attentional focusing strategies on novice dart throwing performance and their task experiences. **International Journal of Sport and Exercise Psychology**, v. 5, n. 3, p. 291-303, 2007.

MARCHANT, D. C.; GREIG, M.; SCOTT, C. Attentional focusing instructions influence force production and muscular activity during isokinetic elbow flexions. **The Journal of Strength & Conditioning Research**, v. 23, n. 8, p. 2358-2366, 2009.

MARKWELL, L. T. et al. Altering focus of attention effects isometric muscular endurance and heart rate during fitness testing. **Measurement in Physical Education and Exercise Science**, v. 26, n. 3, p. 221-231, 2022.

MAKARUK, H.; PORTER, J. M.; CIEŚLIŃSKI, I. The effects of attentional focus on test–retest reliability of jumping tasks. **Measurement in Physical Education and Exercise Science**, v. 25, n. 4, p. 306-313, 2021.

NADZALAN, A. M. et al. The effects of resistance training with different focus attention on muscular strength: Application to teaching methods in physical conditioning class. **Age (years)**, v. 21, p. 1.00, 2019.

OLIVEIRA, T. A. C. **Efeitos dos focos interno e externo de atenção na aprendizagem de habilidades motoras**. 2010. Dissertação (Mestrado em Pedagogia do Movimento Humano) - Escola de Educação Física e Esporte, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2010.

PASETTO, S. C. et al. Efeitos do foco de atenção no desempenho do nado Crawl: componentes posição do corpo e respiração. **Brazilian Journal of Motor Behavior**, v. 6, n. 1, p. 31–36, 2011.

PORTER, J. M. et al. Directing attention externally enhances agility performance: A qualitative and quantitative analysis of the efficacy of using verbal instructions to focus attention. **Frontiers in Psychology**, v. 1, p. 216, 2010.

RAISBECK, L.; YAMADA, M.; DIEKFUSS, J. A. Focus of attention in trained distance runners. **International Journal of Sports Science & Coaching**, v. 13, n. 6, p. 1143-1149, 2018.

RIED, B. et al. Verbal instruction: requesting an attentional focus does not ensure compliance and better performance. **Motriz: Revista de Educação Física**, v. 18, p. 449-455, 2012.

SINGH, H. et al. Maximal force production requires OPTIMAL conditions. **Human Movement Science**, v. 73, p. 102661, 2020.

SCHOENFELD, B. J. et al. Differential effects of attentional focus strategies during long-term resistance training. **European Journal of Sport Science**, v. 18, n. 5, p. 705-712, 2018.

WULF, G. Attention focus and motor learning: a review of 10 years of research. In: HOSSNER, E-J.; WENDEROTH, N. (Eds.). Wulf on attention focus and motor learning. **EJournal bewegung und training**, v. 1, p. 4-14, 2007.

WULF, G. Attentional focus and motor learning: a review of 15 years. **International Review of Sport and Exercise Psychology**, v. 6, n. 1, p. 77-104, 2013.

## ANEXOS

### Anexo 1

#### TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidado (a) a participar da pesquisa intitulada "Efeitos de diferentes focos de atenção na performance motora", sob a responsabilidade do pesquisador Ricardo Drews, professor da Faculdade de Educação Física e Fisioterapia da Universidade Federal de Uberlândia.

Nesta pesquisa nós estamos buscando verificar os efeitos do fornecimento de diferentes instruções relacionadas ao foco de atenção, em um teste de força. O Termo de Consentimento Livre e Esclarecido será obtido pelo pesquisador Ricardo Drews, e sua participação na pesquisa realizada Faculdade de Educação Física e Fisioterapia da Universidade Federal de Uberlândia será condicionada ao preenchimento do Termo de Consentimento antes do início da prática.

Na sua participação, você praticará uma tarefa que consiste em realizar um teste de força no dinamômetro lombar. Após o término da prática serão explicadas as ideias que nos levaram a fazer este estudo.

Em nenhum momento você será identificado. Os resultados da pesquisa serão publicados e ainda assim a sua identidade será preservada. Você não terá nenhum gasto nem ganho financeiro por participar na pesquisa.

Os riscos são mínimos e consistem em um leve desconforto na região lombar devido a realização de uma sequência de tentativas. Porém, esse desconforto, caso acontecer, permanecerá apenas por alguns segundos. Além disso, existe o risco de identificação do participante da pesquisa, porém este risco será minimizado, uma vez que os pesquisadores se comprometerão com o sigilo absoluto da identidade dos indivíduos participantes, identificando-os por números. Os benefícios serão o recebimento de informações a respeito da avaliação do seu processo de produção de força, da região torácica.

Você é livre para deixar de participar da pesquisa a qualquer momento sem qualquer prejuízo ou coação. Até o momento da divulgação dos resultados, você também é livre para solicitar a retirada dos seus dados da pesquisa.

Uma via original deste Termo de Consentimento Livre e Esclarecido ficará com você.

Em caso de qualquer dúvida ou reclamação a respeito da pesquisa, você poderá entrar em contato com: Ricardo Drews – Telefone para contato: 34 3218-2910 - Faculdade de Educação Física e Fisioterapia, Campus Educação Física, Rua Benjamim Constant, 1286, Uberlândia - MG - CEP 38400-678. Você poderá também entrar em contato com o CEP - Comitê de Ética na Pesquisa com Seres Humanos na Universidade Federal de Uberlândia, localizado na Av. João Naves de Ávila, nº 2121, bloco A, sala 224, campus Santa Mônica – Uberlândia/MG, 38408-100; telefone: 34-3239-4131. O CEP é um colegiado independente criado para defender os interesses dos participantes das pesquisas em sua integridade e dignidade e para contribuir para o desenvolvimento da pesquisa dentro de padrões éticos conforme resoluções do Conselho Nacional de Saúde.

Uberlândia, \_\_\_\_ de ..... de 20.....

\_\_\_\_\_  
Assinatura do(s) pesquisador(es)

Eu aceito participar do projeto citado acima, voluntariamente, após ter sido devidamente esclarecido.

\_\_\_\_\_  
Assinatura do participante da pesquisa

\_\_\_\_\_  
Rubrica do Participante da pesquisa

\_\_\_\_\_  
Rubrica do Pesquisador

## APÊNDICES

### Apêndice 1

Nome:

#### **1) Questionário após a Prática – Experimental – controle de força a 50% após a 5ª tentativa**

No que (ou onde) você prestou atenção enquanto realizava o teste?

#### **2) Questionário após a Prática – Experimental – controle de força a 50% após a 10ª tentativa**

No que (ou onde) você prestou atenção enquanto realizava o teste?

#### **3) Questionário após a Prática – Experimental – Força máxima 1 (após a 2ª tentativa)**

No que (ou onde) você prestou atenção enquanto realizava o teste?

#### **4) Questionário após a Prática – Experimental – Força máxima 1 (após a 4ª tentativa)**

No que (ou onde) você prestou atenção enquanto realizava o teste?

#### **5) Questionário após a Prática – Experimental – Força máxima 2 (após a 6ª tentativa)**

No que (ou onde) você prestou atenção enquanto realizava o teste?

#### **6) Questionário após a Prática – Experimental – Força máxima 1 (após a 8ª tentativa)**

No que (ou onde) você prestou atenção enquanto realizava o teste?

## Apêndice 2

### Questionário

Nome:

Data de nascimento: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_ Idade: \_\_\_\_\_ anos

Peso:

Altura:

Pratica atividade física regularmente? ( ) Sim ( ) Não

Caso Sim:

Modalidade 1: \_\_\_\_\_

Pratica há quanto tempo? \_\_\_\_\_

Frequência (vezes por semana): ( )1 ( )2 ( )3 ( )4 ( )5 ( )6 ( )7

Duração (minutos por sessão): \_\_\_\_\_ minutos

Modalidade 2: \_\_\_\_\_

Pratica há quanto tempo? \_\_\_\_\_

Frequência (vezes por semana): ( )1 ( )2 ( )3 ( )4 ( )5 ( )6 ( )7

Duração (minutos por sessão): \_\_\_\_\_ minutos

Modalidade 3: \_\_\_\_\_

Pratica há quanto tempo? \_\_\_\_\_

Frequência (vezes por semana): ( )1 ( )2 ( )3 ( )4 ( )5 ( )6 ( )7

Duração (minutos por sessão): \_\_\_\_\_ minutos

Caso uma das respostas acima tenha sido musculação, qual o objetivo do seu treinamento?

Caso uma das respostas acima não tenha sido musculação:

a) Já foi praticamente de musculação em algum período da vida? Caso sim, quando e por quanto tempo?

b) Por que motivos interrompeu a prática?

## 2. NORMAS DA REVISTA

As normas da Revista *Pensar a Prática* encontram-se a seguir.

### 1. Foco da Revista

*Pensar a Prática* publica artigos relacionados ao campo acadêmico-profissional da Educação Física. É editada sob a responsabilidade institucional da Faculdade de Educação Física e Dança da Universidade Federal de Goiás com publicação em fluxo contínuo e as submissões podem ser realizadas a qualquer tempo, em sistema de demanda contínua.

### 2. Política de Seção

Os textos submetidos à Revista *Pensar a Prática* devem ser direcionados para uma das seguintes seções, porém, a critério dos editores, o manuscrito poderá ser redirecionado para outra seção:

a) **Artigos Originais:** são trabalhos resultantes de pesquisa empírica com dados originais apresentados no resumo e no corpo do texto considerando a seguinte estrutura: introdução, problema, objetivos, metodologia, resultados e discussão.

b) **Artigos de Revisão:** são trabalhos que têm por objetivo resumir, analisar, avaliar ou sintetizar trabalhos teóricos e/ou de investigação já publicados.

c) **Ensaio:** são trabalhos que apresentam reflexões teóricas próprias, elaborados a partir de interpretações livres e originais, ainda que sem dispensar inteiramente um rigoroso aparato de documentação empírica e bibliográfica.

d) **Resenhas:** são trabalhos que apresentam comentários e avaliações críticas de livros, filmes, peças, coreografias ou outros produtos resultantes de reflexões acadêmicas, artísticas ou de outras natureza.

### 3. Língua (Idioma)

A *Pensar a Prática* aceita a submissão de artigos em Português, Inglês e Espanhol. Registra-se que a adequação do relato escrito à norma culta da língua adotada e às normas da ABNT é de inteira responsabilidade do autor.

### 4. Formato do artigo

a) **Título:** deve ser informativo e conciso, em português ou na língua em que o artigo será submetido. Formatado em maiúsculo (caixa alta), fonte *Times New Roman*, tamanho 14, negrito e alinhado à esquerda;

b) **Resumo:** deve ser informativo, em português ou na língua em que o artigo será submetido, incluindo objetivo, método, resultado, conclusão. Cada resumo que acompanhar o artigo deverá ter, no máximo, 790 caracteres (contando espaços);

c) **Palavras chave:** devem ser constituídas de até quatro termos que identifiquem o assunto do artigo em português ou na língua em que o artigo será submetido, separados por ponto.

Sugere-se que os termos sejam selecionados entre aqueles disponíveis nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS). Disponível em <http://decs.bvs.br>;

d) **Título/Resumo/Palavras-chave em língua estrangeira 1:** deve ser inserido o título em inglês, resumo (*abstract*) com até 790 caracteres (contando espaços) e palavras-chave (*keywords*).

Caso o artigo seja submetido em inglês ou espanhol esse item deve ser preenchido com título, resumo e palavras-chave em português;

e) **Título/Resumo/Palavras-chave em língua estrangeira 2:** deve ser inserido o título em espanhol, resumo (*resumen*) com até 790 caracteres (contando espaços) e palavras-chave (*palabras-clave*).

Caso o artigo seja submetido em espanhol esse item deve ser preenchido com título, resumo e palavras-chave em inglês;

f) **Elementos textuais:** devem seguir as orientações referentes à seção escolhida (artigos originais; artigos de revisão; ensaios; resenhas);

g) **Referências:** devem ser redigidas conforme norma NBR 6023/2018.

Na preparação do artigo devem ser observadas as normas da ABNT referentes à apresentação de artigos em publicações periódicas (NBR 6022/2018), apresentação de citações em documentos (NBR 10.520/2002), norma para datar (NBR 5892/1989) e resumos (NBR 6028/2003), bem como a norma de apresentação tabular do IBGE.

#### 5. Limite de autores

O artigo não poderá exceder o número de seis autores.

#### 6. Fonte e espaçamento do artigo

Os textos deverão ser digitados em editor de texto *Word* (formato DOC), fonte *Times New Roman*, tamanho 12.

#### 7. Tamanho do artigo e da resenha

O tamanho máximo para os artigos originais, artigos de revisão e ensaios (sem contar títulos, resumos, palavras-chave e referências ao final) será de trinta mil (30.000) caracteres (contando espaços). Para a resenha o tamanho máximo será de dez mil (10.000) caracteres (contando espaços). Não serão aceitos trabalhos que ultrapassem esses limites.

#### 8. Notas, apêndice, figuras, tabelas e endereço de URL



a) **Notas:** notas contidas no artigo devem ser indicadas com algarismos arábicos imediatamente depois da frase ou palavra a que diz respeito. As notas deverão vir no rodapé da página correspondente.

b) **Apêndices:** listagens extensivas, estatísticas e outros elementos de suporte devem ser submetidos como documento suplementar.

c) **Figuras e tabelas:** fotografias, gráficos, figuras e tabelas (estritamente indispensáveis à clareza do texto) devem ser inseridas no corpo do texto. Caso as ilustrações incorporadas ao artigo já tiverem sido publicadas, o autor deverá mencionar a fonte.

d) **Endereço de URL:** todos os endereços de URL no texto (Ex.: <http://www.ibict.br>) devem estar ativos e prontos para clicar.

9. Comitê de ética, conflito de interesse, termo de responsabilidade de autoria e identificação de autoria

a) **Comitê de Ética:** os critérios éticos da pesquisa devem ser respeitados dentro dos termos das Resoluções n.466/2012 e n.510/2016 do Conselho Nacional de Saúde. Assim, quando a pesquisa envolver coleta de dados com seres humanos os autores deverão encaminhar como "documento suplementar" o parecer de Comitê de Ética.

b) **Conflitos de interesse:** caso haja conflitos de interesse na pesquisa explicitar na submissão em comentário para o editor.

c) **Termo de Responsabilidade de autoria:** quando os manuscritos submetidos tiverem de quatro a seis autores, deverá ser enviada uma declaração de responsabilidade digitalizada de autoria assinada por todos.

d) **Identificação de autoria:** não deve haver nenhuma tipo informação (ex: nome do autor; instituição; grupo de pesquisa) que permita a identificação dos autores no corpo do texto e no arquivo em que o artigo foi gravado.

Para retirar a identificação do arquivo abra-o no *Word* na barra de títulos Arquivo/ Propriedades/ Resumo e exclua todas as informações. Esse procedimento garante o critério de sigilo da revista.

As informações dos autores devem constar apenas no sistema eletrônico da *Revista Pensar a Prática* nas partes referentes ao preenchimento dos metadados.

## 10. Apoio financeiro

É obrigatório informar no manuscrito, sob a forma de nota de rodapé, na primeira página do texto, todo e qualquer auxílio financeiro recebido para a elaboração da pesquisa. Caso não tenha recebido nenhum apoio financeiro, acrescentar a seguinte nota de rodapé: "O presente trabalho não contou com apoio financeiro de nenhuma natureza para sua realização".

## 11. Informações complementares

- Ensaio Clínicos: A Pensar a Prática apoia as políticas para registro de ensaios clínicos da Organização Mundial da Saúde (OMS) e do *Internacional Committee of Medical Journal Editors (ICMJE)*, reconhecendo a importância dessas iniciativas para o registro e divulgação internacional de informações sobre estudos clínicos, em acesso aberto. Sendo assim, somente serão aceitos para publicação, a partir de 2007, os artigos de pesquisas clínicas que tenham recebido um número de identificação em um dos registros de ensaios clínicos validados pelos critérios estabelecidos pela OMS e *ICMJE*, cujos endereços estão disponíveis no site do *ICMJE* (<http://www.icmje.org/>). Essas informações devem ser submetidas por meio de documento suplementar.

- Deve ser enviada, como documento suplementar, uma lista sugerindo no mínimo dois avaliadores (doutores) para o manuscrito, com o nome, e-mail, instituição para contato. Atenção, não se deve indicar pesquisadores que tenham participado de qualquer parte da pesquisa que originou o manuscrito ou que tenham, atualmente ou no passado, vínculo com os autores que possa comprometer o processo de avaliação. Também é vetada a indicação de avaliadores pertencentes aos mesmos grupos de pesquisa e às mesmas instituições dos autores. Apesar da sugestão dos revisores, o processo de revisão duplo-cego será respeitado.