

O método história oral na busca de informações sobre atividades físicas ao ar livre durante a pandemia da COVID-19 por mulheres acima de 50 anos

Vitória Maria Aragão Rocha Cezar¹; João Franco Lima²

1. Acadêmica do curso de Educação Física da Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública, participante do grupo de pesquisa Caminhos - Grupo de Pesquisa em História, Educação Física, Lazer e Saúde
2. Mestre em Lazer - Interdisciplinar pela Universidade Federal de Minas Gerais (2009), doutorado em Medicina e Saúde Humana pela Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública (2020). Professor do curso de Educação Física da Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública.

Autora para correspondência: vitoryarocha20.1@bahiana.edu.br

Resumo

A atividade física é importante para o pleno desenvolvimento humano e deve ser praticada em todas as fases da vida. É importante a continuidade da prática de atividade física, mesmo durante a pandemia de COVID-19, na intensidade/duração leve a moderada, preferencialmente em ambiente abertos. O objetivo desse artigo é descrever e comentar a metodologia baseada em História Oral para compreender o que levou mulheres na faixa etária dos 50 anos e mais a praticarem atividades físicas ao ar livre durante a pandemia da COVID-19. Esperamos evidenciar o potencial do estudo para compreender a relação das participantes da pesquisa com as atividades físicas ao ar livre nas suas trajetórias de vida e durante a pandemia de COVID-19. Conhecer as influências, identificar desafios e as estratégias para se envolverem essas práticas. Acreditamos que a metodologia com base em História Oral tem potencial para estudo de excelente qualidade, pois, com intuito de possibilitar construção de conhecimento, os textos gerados a partir das entrevistas para história oral de vida e história oral temática, seguirão os critérios aqui descritos e comentados.

Palavras-chave: atividade física ao ar livre, pesquisa qualitativa, história oral, pandemia covid-19

Abstract

Physical activity is important for full human development and should be practiced at all stages of life. It is important to continue the practice of physical activity, even during the COVID-19 pandemic, at light to moderate intensity/duration, preferably in an open environment. The purpose of this article is to describe and comment on the methodology based on Oral History to understand what led women aged 50 and over to practice outdoor physical activities during the COVID-19 pandemic. We hope to highlight the potential of the study to understand the relationship of research participants with outdoor physical activities in their life trajectories and during the COVID-19 pandemic. Know the influences, identify challenges and strategies to engage these practices. We believe that the methodology based on Oral History has the potential for an excellent quality study, because, with the aim of enabling the construction of knowledge, the texts generated from the interviews for oral life history and thematic oral history, will follow the criteria described here and commented.

Keywords: outdoor physical activity, qualitative research, oral history, covid-19 pandemic

INTRODUÇÃO

De acordo com o Guia de Atividade Física para a População Brasileira a atividade física (AF) é importante para o pleno desenvolvimento humano e deve ser praticada em todas as fases da vida e em diversos momentos e domínios, como deslocamento, tarefas domésticas, trabalho e lazer. Para a população adulta e idosos, que inclui mulheres com 50 anos e mais, a prática de atividade física pode promover desenvolvimento, bem-estar, diminuir a mortalidade, melhorar habilidades de socialização, aumentar disposição, autonomia e independência para realizar as atividades do dia a dia, entre outros benefícios. (1)

A pandemia de COVID-19, inicialmente, foi um obstáculo a realização de práticas de AF, principalmente em grupo, pois, por determinação das autoridades de saúde, diversos espaços, entre eles os destinados à prática da AF foram fechados. No entanto, há evidências que confirmam a importância da prática de AF, mesmo durante a pandemia de COVID-19, na intensidade/duração leve a moderada, preferencialmente em ambiente abertos, ou mesmo dentro de casa. (2)

No início da pandemia do novo coronavírus, por declarações da Organização Mundial da Saúde (OMS), orientações do Ministério da Saúde e força de documentos publicados por secretarias municipais e estaduais de saúde, casas comerciais, escolas, entre outros estabelecimentos foram fechados, inclusive espaços destinados a prática da AF, implementadas ações para evitar a disseminação da COVID-19 e tomadas decisões sugerindo o isolamento social e a permanência das pessoas em casa. (2)

Tais medidas resultaram em acréscimo de fatores associados ao comportamento da população durante o isolamento social, entre eles, o estresse e alterações no sono (3), bem como aumento de comportamentos de risco à saúde, como aumento do tempo de telas, redução do consumo de alimentos saudáveis e aumento de ultra processados, de consumo de cigarros e de álcool, além da diminuição da prática de AF, acarretando a piora nos fatores de risco comportamentais (4).

Dessa forma, a dificuldade para a população brasileira se envolver em prática de AF (2) nesse contexto de pandemia, sobretudo, realizar exercícios físicos, tornou-se um desafio, principalmente para pessoas com menor renda e em habitações mais precárias (3).

Quanto à prática de AF de lazer em tempos de pandemia de COVID-19, uma pesquisa em cidade do Sul do País revelou que cerca de um quarto dos participantes relataram praticar atividades como ginástica, esportes, caminhadas ou corridas majoritariamente em casa e sem orientação de profissionais de Educação Física, desfavoráveis a mulheres e aos menos escolarizados e que apenas 7,7% as praticam conforme as recomendações dos órgãos de saúde, pois, a OMS sugere o acúmulo de 150 minutos semanais de AF nos seguintes domínios: lazer, deslocamento, domicílio e trabalho (5).

Percebemos que há lacunas e carência de estudos relacionados à prática de AF durante a pandemia de COVID-19, especialmente com relação AF ao ar livre por mulheres de 50 anos e mais, que justifica a realização desse estudo, inclusive para conhecer nuances sobre o tema em tempos pandêmicos. Assim, objetivamos descrever e discutir a metodologia baseada em História Oral para compreender o que levou a referida população a praticar AF ao ar livre durante a pandemia, bem como para identificar quais foram os desafios e

estratégias para essas mulheres se envolverem com tais práticas nesse período.

Método

Estruturação de apresentação descritiva do método que será utilizado para realização do estudo contendo a descrição detalhada de todas as etapas previstas desde verificação de viabilidade, preparação para entrevistas, realização das entrevistas, tratamento das narrativas, análise e finalização.

A Respeito do Material e Método com Base em História Oral

O investimento em estudo qualitativo por meio da História Oral se deve ao potencial das narrativas de quem vive as experiências poderem trazer à tona subjetividades capazes de nos fazer conhecer detalhes e memórias individuais e coletivas dos contextos sociais. Pois, esse tipo de estudo envolve narrativas e operações historiográficas referentes à combinação de um lugar social, procedimentos de análise em uma escrita, que pode trazer à tona elementos sequer imaginados, que podem nos surpreender (colaboradoras/narradoras) em relação a aspectos das suas histórias de vida. (6, 7)

Isto, porque a história de vida permite obter informações na essência subjetiva da vida das pessoas envolvidas e possibilita fornecer riqueza de detalhes sobre o tema estudado e ter como fonte a História Oral (8). É importante salientar que em História Oral a participante da pesquisa deve ser considerada uma colaboradora, pois implica, no mínimo, duas pessoas chave, uma a entrevistadora, no nosso caso, os pesquisadores, e entrevistada, cuja interação é determinante (6).

A História Oral pode ser classificada como: **História Oral de Vida**, que se mostra essencialmente subjetiva, as entrevistas devem ser livres, o mais importante são as versões individuais dos fatos da vida de quem conta sua história. Por meio da História Oral de Vida, no nosso caso, há a possibilidade de compreendermos influências significativas para escolhas e envolvimento

com as práticas corporais ao ar livre além de outras nuances que, a princípio é de interesse da participante da pesquisa, mas pode significar, esclarecer aspectos relacionados ao tema específico do estudo ou ainda trazer algo novo e/ou inesperado à tona.

A Tradição Oral, que envolve a entrevista e o processo de reconhecer o outro nos detalhes de sua cultura, tem relação estreita com a Etnografia. O investimento nessa modalidade exige, além da produção das entrevistas, o convívio com o grupo, a participação efetiva no seu contexto e em suas práticas. Embora tenha grande potencial de produção de conhecimento, essa modalidade só será empregada caso haja condições para o envolvimento da equipe de pesquisa.

A História Oral Temática, recorta e conduz a possíveis maiores objetividades, pois, há um foco central e suas entrevistas são estabelecidas por critérios de abordagem de tema (6). Por isto, essa modalidade é a principal, pois, terá foco no tema principal da pesquisa, que é desenvolver a investigação com base na História Oral Temática, tendo como foco motivos que levaram mulheres na faixa etária dos 50 anos ou mais a praticarem AF ao ar livre durante a pandemia da COVID-19.

A Respeito da Seleção da População

A população que será estudada foi escolhida por conveniência e constituída por mulheres com 50 anos ou mais de grupos participantes de AF ao ar livre da cidade de Salvador - BA. Pois, é o público que tem relação direta com o tema do estudo, que demonstrou disponibilidade em participar da pesquisa e de fácil acesso.

A respeito do “n” a ser considerado, não será uma preocupação, pois, pretende-se entrevistar todas as pessoas que se encaixarem nos critérios de elegibilidade – Mulheres com 50 anos de idade ou mais que praticaram AF ao ar livre na pandemia de COVID-19 pertencentes aos grupos contatados participantes de AF ao ar livre escolhidos que assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – ou encerraremos adotando a ideia do ponto de saturação, elemento que surge a partir de quando o pesquisador tem a impressão de não apreender nada de novo no que se refere ao objeto de

estudo(9). Pois, o que nos interessa não é a quantidade de narrativas, mas sim a qualidade e possibilidade de construção e difusão de conhecimento a partir do que for revelado.

A Respeito de Equipamentos utilizados para registros das entrevistas

Para o registro das entrevistas serão utilizados aparelhos celulares, para os registros das narrativas, gravação de voz; computador, que poderão ser utilizados para realização das entrevistas por meio da plataforma Zoom e armazenamento do material coletado; cadernos de campo durante as visitas e entrevistas, para registros de detalhes observados em todo o processo de coleta de dados. Todo o material será importante para a análise.

Quanto ao material, como é recomendado (10), os equipamentos utilizados pelos pesquisadores serão testados para evitar falhas que possam prejudicar os registros e arquivamentos do material coletado. Há também, preocupação em relação a possível baixa compreensão das facilidades tecnológicas (11) por parte de participante da pesquisa caso a entrevista seja realizada por meio virtual. Caso haja dificuldade nesse sentido, iremos orientar a participante para realização da entrevista por meio virtual de forma assertiva, em caso de permanência de dificuldade demonstrada, a sugestão será para realização da entrevista presencial em local de preferência da participante.

A Respeito da Análise

A análise das entrevistas será construída passo a passo, com análise temática das narrativas (9,12) geradas com foco nos sentidos e significados relacionados à busca pela prática de atividades físicas durante a pandemia de COVID-19. As análises terão os seguintes passos: transcrição, que é o ato de registrar as narrativas em forma de texto escrito ajustado de acordo com o objetivo do nosso estudo; leitura flutuante, para análise geral e superficial das narrativas; leitura em profundidade, para eleger/levantar/criar e ordenar as categorias de análise, processo que possibilita a interpretação dos dados coletados, as narrativas.

A Respeito dos Procedimentos

Para a realização de qualquer pesquisa é fundamental verificar a sua viabilidade, para isto foi realizado contato prévio com os responsáveis pelos grupos almejados, que confirmaram a presença de mulheres com 50 anos ou mais em suas AF ao ar livre e que estão dispostas a participarem da pesquisa/estudo. Dessa forma, a equipe teve tranquilidade e confiança para investir na construção do projeto de pesquisa.

Para a realização da pesquisa foram e serão cumpridas etapas relacionadas a questões de ética. O projeto foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa – CEP da Instituição na qual está lotado o grupo de pesquisa e aguarda liberação para seguimento do estudo.

Após liberação do CEP, será retomado o contato com os grupos escolhidos, e com as mulheres que atenderem os critérios de elegibilidade sendo assim contactadas presencialmente. Após aceitação, serão agendadas as entrevistas para História Oral. As entrevistas serão realizadas por pesquisadores(as) treinados(as) na realização de entrevistas de História Oral, para garantir bom nível de qualidade do estudo.

As primeiras entrevistas serão iniciadas com questões gerais, para construção da História de Vida, e depois dirigidas para a História Oral Temática sobre a prática de AF durante a pandemia de COVID-19. Após transcritas, serão dadas devolutivas para as participantes reverem, corrigirem, ampliarem o que for dito. Esse passo é fundamental para expandir as possibilidades de ampliação e aprofundamento das narrativas.

As questões para entrevista relacionadas a esse recorte são:

Quando você iniciou a realizar AF ao ar livre?

Quando conheceu o “grupo” e como e quando começou a fazer parte desse “grupo”?

Conte-nos a respeito da sua participação nas ações e eventos desse “grupo” antes da pandemia.

Quais as mudanças ou impacto da pandemia no “grupo” e na sua participação?

Quais foram os desafios durante a pandemia?

Quais as estratégias para participar das ações do “grupo” durante a pandemia?

Para garantir a qualidade dos produtos desse trabalho nos guiaremos pelo Consolidated Criteria for Reporting Qualitative Research (COREQ) – Critérios Consolidados para Relatar Pesquisa Qualitativa (13).

A Respeito dos Riscos e Benefícios

Por se tratar de um estudo que irá realizar entrevistas com gravação de voz e imagens, pode gerar riscos relacionados à constrangimento, desconforto e mobilização de sentimentos às participantes. Para diminuir esses riscos, as etapas da pesquisa serão realizadas quando os envolvidos estiverem dispostos, demonstrarem condições emocionais para participarem, queiram continuar e de forma que não causem transtornos em suas rotinas. Caso necessário, o processo não será iniciado ou será interrompido. A equipe de pesquisa irá providenciar atendimento de acordo com a necessidade dos envolvidos, quando decorrente do processo de coleta de dados.

Para prevenir riscos característicos do ambiente virtual e de violação da confidencialidade o contato para coleta de dados será realizado inicialmente com os líderes dos grupos a serem envolvidos na pesquisa, os encontros iniciais serão presenciais nos ambientes de AF desses grupos, os Termos de Consentimento livre e Esclarecido serão entregues em duas vias para assinatura presencialmente, os dados coletados serão mantidos em sigilo e utilizados exclusivamente para fins de pesquisas.

Com isto, a princípio, os benefícios para as participantes da pesquisa são, participar da criação de uma possível história de suas próprias vidas, receberem devolução que pode chamar a atenção e fomentar reflexões a partir do tema em voga. Ao final do estudo há a possibilidade de gerar conhecimento para subsidiar intervenções profissionais e elaboração de Políticas Públicas de Promoção da Saúde.

A Respeito dos Aspectos éticos

Será assegurada a confidencialidade e a privacidade das participantes. Porém, para isso ser possível, os nomes originais serão ocultados/substituídos. Os dados coletados e mantidos em sigilo e utilizados exclusivamente para fins de pesquisas, tanto dessa como de outras aprovadas pelo CEP. As entrevistas gravadas serão mantidas por cinco (05) anos na CPU do Grupo CAMINHOS, em um HD externo e em cartão de memória SD, referente às entrevistas já realizadas.

O trabalho segue e seguirá, as orientações da Resolução Nº 466, de 12 de dezembro de 2012 (14), da Resolução Nº 510, de 07 de abril de 2016 (15), serão observadas as determinações do Ofício Circular no 2/2021/CONEP/SECNS/MS, de 24 de fevereiro de 2021 - Orientações para procedimentos em pesquisas com qualquer etapa em ambiente virtual (16). E foi submetido ao Comitê de Ética e Pesquisa da Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública (EBMSP).

Seguindo critérios de qualidade, acreditamos que as entrevistas a distância apresentam potencialidades, entre as quais, possibilidade de investigar temas diversos (17) e que a entrevista continuará valiosa, imprevisível e surpreendente (18).

Considerações Finais

Sugerimos que a metodologia com base em História Oral tem potencial para estudo de excelente qualidade, pois, com intuito de possibilitar construção de conhecimento, os textos gerados a partir das entrevistas para história oral de vida e história oral temática, seguirão os critérios aqui descritos e comentados.

Dessa forma, esperamos compreender a relação das participantes da pesquisa com as atividades físicas ao ar livre nas suas trajetórias de vida e durante a pandemia de COVID-19. Conhecer as influências, identificar desafios e as estratégias para se envolverem essas práticas. E nos surpreendermos.

Desejamos que o conhecimento produzido seja de qualidade e capaz de subsidiar intervenções profissionais e elaboração de Políticas Públicas de

Promoção da Saúde. E que tenha qualidade para ser difundido em periódicos científicos, congresso e para subsidiar novas pesquisas.

REFERÊNCIAS

1. Brasil. Guia de Atividade Física para a População Brasileira. Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção Primária à Saúde, Departamento de Promoção da Saúde. Brasília, 2021. Disponível em: [guia_atividade_fisica_populacao_brasileira.pdf](#) (saude.gov.br)
2. Pitanga FJG, Beck CC, Pitanga CPS. Atividade física e redução do comportamento sedentário durante a pandemia do Coronavírus. *Arquivos Brasileiros de Cardiologia*, SBC. v. 114, p. 1058-1060, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/abc/a/R7MH39r4TkfLz34z5WYWcyL/?format=pdf&lang=pt>. DOI: <https://doi.org/10.36660/abc.2020023>
3. Bezerra ACV, Silva CEM, Soares FRG, Silva JAM. Fatores associados ao comportamento da população durante o isolamento social na pandemia de COVID-19. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 25, n. suppl 1, p. 2411-2421, 2020. Disponível em: *SciELO - Brasil - Fatores associados ao comportamento da população durante o isolamento social na pandemia de COVID-19 Fatores associados ao comportamento da população durante o isolamento social na pandemia de COVID-19*. DOI: [10.1590/1413-81232020256.1.10792020](https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.1.10792020)
4. Malta DC, Szwarcwald CL, Barros MBA, Gomes CS, Machado IE, Souza Júnior PRB, et al. A pandemia da COVID-19 e as mudanças no estilo de vida dos brasileiros adultos: um estudo transversal, 2020. *Epidemiologia e Serv. Saúde*, v. 29, 2020. Disponível em: [2020_407.indd](#) (scielo.br). DOI: [10.1590/S1679-49742020000400026](https://doi.org/10.1590/S1679-49742020000400026)
5. Crochemore-Silva I, Knuth AG, Wendt A, Nunes BP, Hallal PC, Santos LP, et al. Prática de atividade física em meio à pandemia da COVID-19: estudo de base populacional em cidade do sul do Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 25, p. 4249-4258, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/VgMDpDhJLhhVKGq5CJLqJGR/?format=pdf&lang=pt>. DOI: [10.1590/1413-812320202511.29072020](https://doi.org/10.1590/1413-812320202511.29072020)
6. Meihy JCSB, Holanda F. História oral: como fazer, como pensar. 2nd, 5o reim ed. São Paulo: Contexto; 2017.
7. Certeau M. A Escrita da História. 2nd ed. Rio de Janeiro: Forense Universitária; 2007. 345 p.
8. Meneghel SN. Histórias De Vida - notas e reflexões de pesquisa. *Athenea Digital* - núm. 12: 115-129 (otoño 2007) -ARTÍCULOS-. Disponível em: [Life_Stories_-_Research_notes_and_reflections](#) (1).pdf. ISSN: 1578-8946

9. Santos IMM dos, Santos RS. A etapa de análise no método história de vida – uma experiência de pesquisadores de enfermagem. *Texto Contexto Enferm*, Florianópolis, 2008 Out-Dez; 17(4): 714-9. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tce/a/fgg38tGXsf9F4qsDjH7KFbJ/?format=pdf&lang=pt>
10. Repho. Manual de Procedimentos do Repositório de Entrevistas de História Oral. UFRGS, Porto Alegre, novembro de 2020. Disponível em: [Manual-do-Repositorio-de-Entrevistas-de-Historia-Oral-versao-novembro-2020.pdf \(ufrgs.br\)](#)
11. Ramos AFPL, Sousa GR, Silva AKO, Silva LLL, Barbosa MS. Entrevistas em pesquisas qualitativas em períodos de pandemia. 9º PESQUISAR, UNIFAN, Centro Universitário Alfredo Nasser, s.d. Disponível em: [Microsoft Word - ENTREVISTAS EM PESQUISAS QUALITATIVAS EM PERÍODO DE PANDEMIA \(unifan.edu.br\)](#)
12. Minayo MCS. O desafio do conhecimento. Pesquisa qualitativa em saúde. 9ª edição revista e aprimorada. São Paulo: Hucitec; 2006. 406 p. Disponível em: [28.4 resenha.pmd \(scielo.br\)](#)
13. Souza, VRS, Marziale MHP, Silva GTR, Nascimento PL. Tradução e validação para a língua portuguesa e avaliação do guia COREQ. *Acta Paul Enferm*. 2021; 34:eAPE02631. Disponível em: [APE-2019-0263-portugues-AO.indd \(scielo.br\)](#)
14. Brasil. 2012. Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012. Aprova as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. Disponível em: [Ministério da Saúde \(saude.gov.br\)](#)
15. Brasil. 2017. Resolução no 510, de 07 de abril de 2016. Conselho Nacional de Saúde. Disponível em: [Reso510.pdf \(saude.gov.br\)](#)
16. Brasil. 2021. Ofício Circular nº 02/2021, de 24 de fevereiro de 2021. Conselho Nacional de Saúde. Disponível em: [<processo-25000026908202115 \(saude.gov.br\)>](#)
17. Schmidt B, Palazzi A, Piccinini CA. Entrevistas online: potencialidades e desafios para coleta de dados no contexto da pandemia de COVID-19. *REFACS [Internet]*. 2020 [citado em 05/05/2023]; 8(4):960-966. Disponível em: [Vista do Entrevistas online: potencialidades e desafios para coleta de dados no contexto da pandemia de COVID-19 \(uftm.edu.br\)](#). DOI: <https://doi.org/10.18554/refacs.v8i4.4877>
18. Santhiago R, Magalhães VB. Rompendo o isolamento: reflexões sobre história oral e entrevistas à distância. *Revista do Programa de Pós-Graduação em História, Universidade Federal do Rio Grande do Sul*, 2020. ISSN 1983-201X, <https://seer.ufrgs.br/anos90>