

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA  
CENTRO DE DESPORTOS  
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

**LARISSA SECCO**

**BARREIRAS E FACILITADORES PARA ADESÃO E ADERÊNCIA DE PRATICANTES  
DE ZOUK BRASILEIRO EM FLORIANÓPOLIS E SÃO JOSÉ**

Florianópolis – SC

2018

Larissa Secco

**BARREIRAS E FACILITADORES PARA ADESÃO E ADERÊNCIA DE PRATICANTES  
DE ZOUK BRASILEIRO EM FLORIANÓPOLIS E SÃO JOSÉ**

Trabalho de Conclusão do Curso de Graduação em  
Educação Física - Bacharelado do Centro de  
Desportos da Universidade Federal de Santa  
Catarina como requisito para obtenção do Título de  
Bacharel em Educação Física.

Orientador: Prof. Dr. Giovani Firpo Del Duca

Coorientador: Prof. Willen Remon Tozetto

Florianópolis – SC

2018

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor,  
através do Programa de Geração Automática da Biblioteca Universitária da UFSC.

Secco, Larissa

Barreiras e facilitadores para adesão e aderência de praticantes de Zouk Brasileiro em Florianópolis e São José / Larissa Secco ; orientador, Giovani Firpo Del Duca, coorientador, Willen Remon Tozetto, 2018.

64 p.

Trabalho de Conclusão de Curso (graduação) - Universidade Federal de Santa Catarina, Centro de Desportos, Graduação em Educação Física, Florianópolis, 2018.

Inclui referências.

1. Educação Física. 2. Barreiras e facilitadores. 3. Adesão e aderência. 4. Dança. 5. Zouk Brasileiro. I. Firpo Del Duca, Giovani. II. Remon Tozetto, Willen. III. Universidade Federal de Santa Catarina. Graduação em Educação Física. IV. Título.

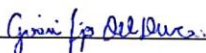
Larissa Secco

**BARREIRAS E FACILITADORES PARA ADESÃO E ADERÊNCIA DE PRATICANTES  
DE ZOUK BRASILEIRO EM FLORIANÓPOLIS E SÃO JOSÉ**

Este Trabalho de Conclusão de Curso foi julgado adequado para obtenção do Título de “Bacharel em Educação Física” e aprovado em sua forma final pelo Centro de Desportos da Universidade Federal de Santa Catarina, com a nota 10,0

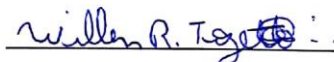
Florianópolis, 22 de Novembro de 2018.

**Banca Examinadora:**



Prof. Dr. Giovani Firpo Del Duca  
Orientador

Universidade Federal de Santa Catarina



Prof. Willen Remon Tozetto  
Coorientador

Universidade Federal de Santa Catarina



Prof. Dr. Tiago Sousa Matias  
Universidade Federal de Santa Catarina



Prof. Ricardo Torri

Universidade Federal de Santa Catarina



Prof. Alexandre Francisco Solano  
Universidade Federal de Santa Catarina

## AGRADECIMENTOS

Gratidão é reconhecer que a vida é um presente. Desta forma gostaria de agradecer, primeiramente a Deus por me proporcionar viver momentos tão maravilhosos na realização dos meus sonhos.

Aos meus pais, Rosane e Celso por darem todo o suporte e carinho necessário para a realização desta graduação. Além do meu irmão, Ismael que sempre me incentivou e me fortaleceu com palavras confortantes neste período tão intenso.

Sou grata a todos os professores que de alguma forma fizeram parte desta caminhada, e me ensinaram o valor da Educação Física, levarei comigo um pouco de cada um, como inspiração na formação do meu perfil profissional. Em especial, ao meu orientador Prof. Dr. Giovani Firpo Del Duca que, juntamente com meu coorientador Prof. Willen Remon Tozetto tornaram possível esta pesquisa, pois dedicaram parte do seu tempo na elaboração da mesma e me motivaram para aprimorá-la a cada semana. Aos professores membros da banca, que aceitaram participar deste momento tão importante, na revisão e contribuições para o estudo, assim como no meu desenvolvimento pessoal na qualidade de pesquisadora.

As minhas amigas, Joana, Lorenza e Natália que, além de me ajudarem nas coletas, me ensinaram que a vida universitária não é feita somente de estudos, mas também de finais de semanas de praia, pizza e risadas. Obrigada por me fortalecerem a cada dia!

Obrigada a toda a equipe da Dance Impar que esteve sempre por perto e contribuiu para minha evolução profissional e pessoal. Em especial, agradeço ao Ricardo Torri por ter sido meu mestre na arte da dança de salão, mais especificamente no Zouk Brasileiro e também por dividir minhas angústias e alegrias durante minha formação.

Por fim, obrigada a ela que é uma das maiores certezas da minha vida, meu refúgio, meu lugar preferido, o momento em que posso ser eu mesma, a dança. Por meio desta arte expressei a vida pelo movimento, tendo a possibilidade de me permitir cada vez que a música começa. Foi pela dança que aprendi a me superar, conhecer melhor meus limites, capacidades e me desafiar para ser melhor que ontem. Enfim, fiz morada nessa eterna dança que só acabará quando as cortinas da vida se fecharem.

“As pessoas dançam, porque a dança pode mudar as coisas. Um movimento pode aproximar pessoas. Um movimento pode fazer você acreditar que existe algo a mais. Um movimento pode libertar toda uma geração.”

Ela Dança, Eu Danço 3 (2010)

## RESUMO

A dança de salão é uma prática social que consiste na interpretação improvisada da música a partir do movimento corporal do casal, por meio de técnicas de condução e resposta. Entre os diferentes estilos, o Zouk Brasileiro tem conquistado inúmeros adeptos tanto no país quanto internacionalmente, o que motivou o presente estudo a investigar as barreiras e facilitadores para adesão e aderência de praticantes de Zouk Brasileiro em Florianópolis e São José, Santa Catarina. Os dados foram coletados em setembro de 2018, por meio de um questionário adaptado de instrumentos já existentes na literatura. Os dados foram analisados no pacote estatístico do programa STATA, versão 15.0. Na estatística descritiva, foram empregadas as frequências absoluta e relativa, média aritmética e desvios-padrão. Na estatística inferencial, foi empregada a regressão de Poisson com variância robusta. Participaram do estudo 124 alunos de Zouk Brasileiro nas academias que foram vinculadas à Associação Catarinense de Dança de Salão. A maioria da amostra foi composta por mulheres (58,1%) e a média de idade foi de  $34,1 \pm 10,7$  anos. Com relação as características da prática, (66,3%) relataram praticar o estilo uma vez na semana, junto com pelo menos dois outros estilos da dança de salão (70,2%) e o fazem há menos de um ano (43,6%). Notou-se baixo relato de barreiras para a prática (23,7%). O principal fator para a adesão pessoal foi o interesse pela modalidade (52,6%), seguido de “convite de amigos” (17,4%). A afinidade com o professor foi apontada como o principal fator na adesão (52,5%) e aderência ambiental (62,4%) e, para os componentes de maior importância em uma aula do estilo, foi evidenciado o método de ensino do(s) professor(es) (86,8%). Com isto, conclui-se que o professor tem um papel muito importante tanto na adesão quanto no processo de aderência na modalidade, reforçando a importância da qualificação dos profissionais não somente por parte técnica, mas também na questão de relacionamento e atenção aos aspectos motivacionais dos praticantes.

**Palavras-chave:** Barreiras e facilitadores. Adesão. Aderência. Dança.

## ABSTRACT

Ballroom dancing is a social practice that consists on the improvised interpretation of the music through the body movement of a couple, by means of leading and follow techniques. Among the different styles, Brazilian Zouk has attracted countless followers not only in the country, but internationally as well, what motivated this study to investigate the barriers and facilitators for adhesion and adherence of Brazilian Zouk students in Florianópolis and São José, Santa Catarina. The data was collected in September, 2018, using a questionnaire adapted from others that already exist in the literature. The data was analyzed in the STATA software package, version 15.0, where the absolute and relative frequencies, arithmetic mean and standard deviations were used in the descriptive statistics. For the inferential statistics, the regression presented by Poisson was used with a robust variance. One hundred and twenty-four students, from both sexes, participated on the study. They are students of Brazilian Zouk in dance schools associated to the Santa Catarina Organization of Ballroom Dance, aged 18 and over. The majority of the data consisted on women (58,1%), with the mean age being  $34,1 \pm 10,7$  years. In relation to the characteristics of practice, (66,3%) affirmed that they practice the modality once a week, along with at least two other modalities (70,2%), and they study it less than a year (43,6%) It can be noticed a low report of barriers to practice the style (23,7%). The main factor for personal adhesion was the interest in the modality (52,6%), followed by “friends invitation” (17,4%). The affinity with the teacher was pointed out as the main factor for environmental adhesion (52,5%) and adherence (62,4%) and, for the components of greater importance in a class of the modality, the teaching style was highlighted (86,8%). With this, it can be concluded that the teacher has a main role both in the adhesion as in the adherence of Brazilian Zouk, what reinforces the importance of professional qualification, not only related to technique, but also in the issue of personal relationship and motivational aspects for the students.

**Key words:** Barriers and facilitators. Adhesion. Adherence. Dance.



## LISTA DE FIGURAS

Figura 1: Localização das academias de dança participantes do estudo, Florianópolis e São José/SC, 2018.....	25
Figura 2: Barreiras para a prática do Zouk Brasileiro em adultos. Florianópolis e São José/SC, 2018.....	34
Figura 3: Fatores motivacionais para adesão pessoal para o Zouk Brasileiro em Florianópolis e São José/SC, 2018. ....	35
Figura 4: Avaliação de importância de fatores relacionados à aula de Zouk Brasileiro em Florianópolis e São José/SC, 2018.....	35
Figura 5: Fatores motivacionais para adesão ambiental para o Zouk Brasileiro em Florianópolis e São José/SC, 2018. ....	36
Figura 6: Fatores motivacionais para aderência ambiental para o Zouk Brasileiro em Florianópolis e São José/SC, 2018.....	37

## LISTA DE TABELAS

Tabela 1: Características sociodemográficas de praticantes de Zouk Brasileiro em Florianópolis e São José/SC, 2018.....	32
Tabela 2: Características da prática do Zouk Brasileiro em Florianópolis e São José/SC, 2018. .....	33
Tabela 3: Fatores Sociodemográficos e comportamentais associados à barreiras para a prática do Zouk Brasileiro em adultos. Florianópolis e São José/SC, 2018 (n=124).....	38
Tabela 4: Fatores Sociodemográficos e comportamentais associados a motivos para adesão pessoal para a prática do Zouk Brasileiro em adultos. Florianópolis e São José/SC, 2018 (n=124).....	39
Tabela 5: Fatores sociodemográficos e comportamentais associados a motivos para adesão ambiental para a prática do Zouk Brasileiro em adultos. Florianópolis e São José/SC, 2018 (n=124).....	40
Tabela 6: Fatores Sociodemográficos e comportamentais associados a motivos para aderência ambiental para a prática do Zouk Brasileiro em adultos. Florianópolis e São José/SC, 2018 (n=124).....	42

## LISTA DE QUADROS

Quadro1: Quantidade de turmas e alunos das academias de dança participantes do estudo, Florianópolis e São José/SC, 2018. ....	26
Quadro 2: Descrição e categorização das variáveis independentes do estudo.....	27
Quadro 3: Descrição e categorização das variáveis dependentes do estudo.....	28

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO</b> .....	<b>13</b>
1.1 JUSTIFICATIVA .....	14
1.2 OBJETIVOS .....	15
<b>1.2.1 Objetivo Geral</b> .....	<b>15</b>
<b>1.2.2 Objetivos Específicos</b> .....	<b>15</b>
<b>2 REVISÃO DE LITERATURA</b> .....	<b>17</b>
2.1 ADESÃO E ADERÊNCIA À PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS .....	17
2.2 CONTEXTUALIZAÇÃO DO ZOUK BRASILEIRO ENQUANTO DANÇA DE SALÃO ..	18
2.3 BARREIRAS PARA ADERÊNCIA AO ZOUK BRASILEIRO .....	21
<b>3 MATERIAIS E MÉTODOS</b> .....	<b>24</b>
3.1 CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO .....	24
3.2 LOCAL DE ESTUDO .....	24
3.3 POPULAÇÃO ALVO E AMOSTRA .....	25
3.4 LOGÍSTICA .....	26
3.5 INSTRUMENTOS DE COLETAS DE DADOS .....	27
3.6 VARIÁVEIS DO ESTUDO .....	27
3.7 TABULAÇÃO E ANÁLISE DE DADOS .....	30
3.8 ASPECTOS ÉTICOS .....	30
<b>4 RESULTADOS</b> .....	<b>31</b>
<b>5 DISCUSSÃO</b> .....	<b>44</b>
<b>6 CONCLUSÃO</b> .....	<b>48</b>
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	<b>49</b>
<b>APÊNDICE A – Termo de consentimento livre e esclarecido</b> .....	<b>54</b>
<b>APÊNDICE B – Questionário</b> .....	<b>56</b>
<b>APÊNDICE C – Carta convite</b> .....	<b>60</b>
<b>APÊNDICE D – Declaração de participação</b> .....	<b>61</b>
<b>ANEXO A – Aceite Comitê de Ética</b> .....	<b>62</b>

## 1 INTRODUÇÃO

O aumento da difusão de informações vinculadas à promoção de saúde por meio da prática regular de atividades físicas nas mídias, não são suficientes para assegurar a entrada e permanência do indivíduo neste comportamento (SANTOS; KNIJNIK, 2006). A escolha e tomada de decisão do sujeito sofre interferência de características que vão além do tipo de atividade física escolhida. Aspectos como o perfil do professor, relacionamento interpessoal, nível de conhecimento e a compreensão de métodos de ensino são influenciadores neste período (BELTRAME, 2007).

Ademais, dentre as inúmeras motivações para a permanência na prática de atividades físicas está o prazer pela modalidade, que por satisfazer as necessidades psicológicas dos praticantes, tem sido apontado como o principal influenciador na aderência à prática (COSTA et al., 2003; SAMULSKY E NOCE, 2000; MORALES, 2002). Com a crescente procura por uma modalidade que proporcione benefícios positivos para a saúde mental e física, a dança de salão vem ganhando destaque, por ser uma dança a dois e envolver uma comunicação entre corpos que é capaz de proporcionar vantagens não somente aos aspectos físicos, como também psicológicos, ambientais e principalmente sociais (MACHADO, 2012).

Dentre os estilos possíveis de serem trabalhados na dança de salão, está o Zouk Brasileiro que apareceu na década de 80, influenciado pela Lambada, dançado com músicas mais lentas e conseqüentemente uma dança mais fluída. Adílio Porto – um dos precursores desta modalidade – afirma que a adaptação dos movimentos foi necessária para facilitar o processo de ensino-aprendizagem dos alunos que tinham dificuldade em soltar o quadril (FLORIÃO, 2011).

Florianópolis é considerada a 4ª cidade fomentadora da dança de salão no Brasil, ficando atrás de Rio de Janeiro, São Paulo e Belo Horizonte (MELO, 2012). Diversos eventos de dança de salão são realizados aqui, em especial eventos direcionados ao desenvolvimento do Zouk Brasileiro, como o Zouk in Motion, Aliança Zouk, Zouk Paradise, Clam, entre outros. Além destes eventos que trazem professores nacionais e internacionais, existem os eventos locais de prática que ocorrem quase todos os finais de semana, proporcionando um ambiente de interação e sociabilização dos alunos de diferentes escolas de dança da cidade.

Embora a demanda e número de praticantes de Zouk Brasileiro tenha crescido consideravelmente em Florianópolis, ainda não foram indagados os motivos que levam a adesão e aderência nesta prática. Compreender as ações comportamentais dos indivíduos que conhecem e permanecem na atividade, descobrindo o que está dando força a essas ações e assim entender suas origens e motivos, são fatores importantes para aprimorar a relação entre professor, didática e aluno (SPERLING; MARTIN, 1999). O reconhecimento da importância da atividade física para a saúde e qualidade de vida dos indivíduos é muito importante, entretanto, é fundamental conhecer quais são as dimensões que mais induzem as pessoas a ingressarem e a permanecerem no programa de exercício, e qual o tipo de atividade atenderá aos objetivos do aluno.

Diante disso, o presente estudo buscou responder o seguinte problema de pesquisa: Quais são as barreiras e os facilitadores para adesão e aderência de praticantes do Zouk Brasileiro em Florianópolis e São José, Santa Catarina?

### 1.1 JUSTIFICATIVA

Nos últimos anos, têm se observado o aumento da procura por aulas de dança de salão e conseqüentemente o número de instituições de dança no Brasil. Segundo informações da Associação Nacional de Dança de Salão (Andanças), do ano 2000 para 2010 houve um aumento de aproximadamente 30% dos praticantes da modalidade (SOUZA; LAVRINI, 2010). A expansão do cenário da dança de salão no Brasil pode ser explicada pela grande influência da mídia a partir de divulgações por redes sociais e pela rede aberta de televisão.

Segundo a pesquisa do VIGITEL de 2016 realizada pelo Ministério de Saúde, Florianópolis ocupou a terceira posição entre as capitais com melhores indicadores de vida, os quais estão relacionados, entre outros aspectos, a comportamentos saudáveis, como a prática de atividade física e alimentação equilibrada (VIGITEL, 2016). Na capital e região metropolitana, uma das modalidades que vem sendo requisitada pela população é a dança e mais especificamente a dança de salão, por ser uma prazerosa forma de exercitar o corpo.

O Zouk Brasileiro, por sua vez, consiste em um estilo que alia movimentos ondulatórios, movimentações de cabeça e giros, revela a cada movimentação a sensualidade e a autoconfiança que a dança pode proporcionar aos seus praticantes. A carga cultural que o Zouk carrega e a acessibilidade do estilo em diversas cidades do país também fazem com que grande parte dos

brasileiros se identifiquem com a prática. Por estes motivos o estilo tem despertado o interesse de diferentes faixas etárias e conseqüentemente aumentado o volume de praticantes e turmas.

Por muitos anos a dança foi transmitida com pouca análise dos fundamentos do processo de ensino-aprendizagem, anatômicos e metodológicos (HAAS, 2011), porém com o aumento da procura neste campo é de extrema importância que os profissionais da área estejam atentos aos inúmeros fatores que compõem uma aula de dança. É primordial que profissionais atuantes no campo da dança estejam qualificados com habilidades, conhecimentos, atitudes, metodologias de ensino-aprendizagem - desenvolvidas no processo de formação - e que, acima de tudo se preocupem com a saúde de seus praticantes (REGERT, 2007).

Neste contexto, verifica-se uma escassez de estudos científicos no âmbito da dança de salão e principalmente no que diz respeito a um estilo específico inserido dentro da modalidade, como o Zouk Brasileiro. Considerando o valor cultural deste estilo, tendo em vista que se originou no Brasil e carrega uma identidade corporal característica do país, é preciso se atentar aos motivos que despertam o interesse e a incorporação deste estilo no lazer das pessoas.

Frente à crescente demanda do Zouk Brasileiro na capital de Santa Catarina, este estudo torna-se relevante ao indagar os motivos que possibilitam indivíduos a iniciarem e permanecerem na prática da modalidade. Os resultados poderão nortear futuras pesquisas sobre o tema e contribuir para a literatura, além de possibilitar o entendimento dos profissionais em relação aos mecanismos de adesão e aderência para assim levarem essas considerações na sua prática profissional.

## 1.2 OBJETIVOS

### 1.2.1 Objetivo Geral

- Investigar as barreiras e facilitadores para adesão e aderência de praticantes do Zouk Brasileiro em Florianópolis e São José/SC.

### 1.2.2 Objetivos Específicos

- Descrever o perfil sociodemográfico dos praticantes do Zouk Brasileiro em Florianópolis e São José/SC;

- Identificar as principais características de prática da modalidade relacionadas à frequência, duração, intensidade e tempo total de aderência ao Zouk Brasileiro;
- Identificar as principais barreiras para aderência à prática do Zouk Brasileiro;
- Descrever os principais motivos pessoais e ambientais para adesão à prática do Zouk Brasileiro;
- Descrever os principais motivos ambientais para aderência à prática do Zouk Brasileiro.



## 2 REVISÃO DE LITERATURA

### 2.1 ADESÃO E ADERÊNCIA À PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS

Atualmente, a preocupação com a promoção de saúde e consequente incentivo à prática de atividades físicas vem ganhando destaque na saúde pública. Existem inúmeras possibilidades de modalidades para quem deseja se exercitar e uma importante meta é tornar esta atividade uma necessidade para o estilo de vida do indivíduo (MENESTRINA, 2005). É importante também que profissionais qualificados estejam planejando programas de exercício físico, supervisionando e orientando o indivíduo na realização destas atividades, pois desta forma aumenta-se a probabilidade de aderência à prática (BELTRAME, 2007).

Como divulgado na pesquisa de Carvalho et al. (1996), os profissionais devem conscientizar os indivíduos sobre os benefícios da prática de uma atividade física regular, desportiva ou não, estimulando desta forma a adoção e transformando-a em um hábito rotineiro. Este primeiro processo de transferência do momento de não realização da atividade para o início da prática chamamos de adesão, que é caracterizada como um processo comportamental complexo, vigorosamente influenciado pelo meio ambiente, pelos profissionais da área e pela motivação do próprio indivíduo (HAYNES, 1979; PIERIN; STRELEC; MION, 2004). A família e os amigos também são um suporte social que influenciam a prática e a manutenção do hábito de ser fisicamente ativo (DISHMAN, 1998).

A adesão está fortemente relacionada ao prazer pela realização da prática. O estudo de Santos e Knijnik (2006), demonstrou que 44% dos entrevistados relataram que o principal motivo de adesão para a prática de atividade física foi o lazer e a busca por qualidade de vida, ou seja, o prazer pela realização e o conhecimento dos benefícios que a atividade proporciona para o indivíduo tornam esta ação essencial para a vida do mesmo.

Após vencer a barreira da inatividade física e conquistar o novo praticante para a realização de uma atividade, o profissional é submetido a um novo obstáculo, o qual está ligado com a permanência e continuidade do indivíduo, processo ao qual é chamado de aderência. De acordo com Barbanti (1994), aderência é a participação contínua no programa de exercícios, sejam eles em forma individual ou coletiva, planejados antecipadamente ou não. Saba (2001) define aderência como o processo de evolução constante da prática de exercícios físicos, desta

forma compreende-se que a aderência não ocorre logo após o início da prática, é considerado um processo vagaroso que vai da inatividade para a manutenção de uma regularidade no programa de exercícios. O autor ainda apresenta que a manutenção da atividade física por um longo período de tempo se baseia em três pilares: o sentir-se bem, a satisfação e a motivação.

Tendo conhecimento que o maior desafio está no processo de aderência, os profissionais da área devem incentivar a manutenção do programa de exercícios tanto quanto incentivar o ingresso na modalidade. No estudo de Valles et al. (2014) os principais motivos referentes à aderência foram a manutenção da saúde (46%) e o prazer em praticar o exercício físico (30%), dados estes que condizem com o estudo de Murcia e Coll (2006), o qual afirma que quando desenvolvido o gosto e a satisfação pela realização da atividade, estes fatores tornam-se pilares para a manutenção do programa de exercício e conseqüentemente aumenta-se a permanência do indivíduo na prática.

Portanto, a adesão é o primeiro contato do indivíduo com uma determinada modalidade, período este, que está associado com fatores motivacionais da relação do indivíduo com a atividade física praticada. Entretanto, para ganhos à saúde e melhora da qualidade de vida é necessária a manutenção e permanência neste comportamento, a qual é denominada aderência. Desta forma, o profissional de Educação Física tem grandes responsabilidades no que diz respeito a manter a motivação do praticante na atividade. Mesmo conhecendo e estando ciente de todos os benefícios de saúde, ambientais e pessoais que a atividade pode proporcionar a seus praticantes, o profissional da área precisa estar sempre atento à necessidade de cada indivíduo.

## 2.2 CONTEXTUALIZAÇÃO DO ZOUK BRASILEIRO ENQUANTO DANÇA DE SALÃO

O movimento é parte integrante e fundamental para a vida do ser humano. Ele possibilita aprimorar e adquirir novas habilidades por meio de informações, repetições e estímulos para o desenvolvimento proprioceptivo (MAIA et al., 2007). A dança, por sua vez, é uma das artes do movimento. Segundo Tonelli (2007), a partir dela é possível expressar sentimentos, anseios e realizar manifestações culturais utilizando como ferramenta o próprio corpo.

Diante de diversas formas de se dançar destaca-se a dança de salão que tem como característica particular a dança a dois. Zamoner (2012, p.14) explica a dança de salão da seguinte forma: “é a arte conservacionista que se universaliza em práticas sociais, não cênicas,

nem esportivas, consistindo na interpretação improvisada da música através dos movimentos dos corpos de um casal independente, quando o cavalheiro conduz a dama”. Desta forma entende-se a dança de salão como uma prática social improvisada baseada em técnicas de condução e resposta, que tem como propriedade a organização dos movimentos corporais em um padrão espacial relacionando-se com o espaço externo, cinestesia e campo visual (RIED, 2004).

A dança de salão nasceu na Europa na era do Renascimento, momento em que a Arte começa a ser mais valorizada. Esta modalidade conquistou a plebe e os nobres por ser uma dança social e estar diretamente ligada ao prazer dos praticantes (PERNA, 2001). As danças sociais foram se espalhando para outros continentes e cada sociedade construiu e praticou sua dança conforme seus próprios motivos, características, formas e ritmos (TONELLI, 2007).

Conforme destaca Tonelli (2007), a dança de salão chegou ao Brasil no século XVI trazida pelos Europeus que a praticavam nos salões nobres. No Brasil, dança começou a ganhar novas influências além da forma europeia de se dançar, os colonizadores africanos e os índios também inspiraram novas danças. Segundo Regert (2007) com o passar do tempo e sob influência de outras comunidades a dança de salão no Brasil foi criando sua identidade cultural de movimento.

Por ser uma atividade física predominantemente aeróbia, já traz diversos benefícios para a saúde de seus praticantes, porém, por ser uma modalidade diretamente ligada à interação social e abranger uma ampla faixa etária, a mesma tem um papel social e motivador muito forte (FERREIRA, 2012). Alívio do estresse, aumento da rede de contatos e felicidade plena em alguns casos também são destacadas pelos praticantes, momentos em que mente, psicológico e físico se alinham em um só organismo. O prazer na prática da dança é um processo subjetivo e individual, por este motivo não são encontradas em livros, porém os praticantes da dança a dois relatam que os benefícios da prática estão interligados com a qualidade de vida dos mesmos.

Na pesquisa de Zaniboni e Carvalho (2007) os autores observaram que após três meses de prática da dança de salão houve alterações no modo de percepção da autoimagem e surgimento de uma nova forma de convivência entre os participantes. Deste modo os autores explicam que, por existir a necessidade de dançar com o outro, a convivência entre “eu” e “você” favorece o aluno no processo de (re)construção da imagem de si. A mesma observação pode ser feita no estudo de Fonseca e Gama (2008) em que após avaliar os benefícios da dança de salão no

esquema corporal e imagem corporal de seus praticantes, constatou que a mesma se tornou um instrumento de produzir transformações positivas na relação corpo-mente remodelando a percepção corporal, tanto em seu aspecto proprioceptivo quanto no aspecto emocional.

A prática da modalidade em Florianópolis, segundo Regert (2007) surgiu com as primeiras academias de dança de salão no final da década de 80, com a vinda de Sílvio Luna, lambadeiro da época. Logo após veio Edson Nunes, carioca que se fixou na cidade e fundou o Centro de Dança Edson Nunes em 1990, desenvolvendo com sua parceira Alexandra Kirinus e equipe, uma linguagem da dança de salão. Com o aumento da demanda e conquista de novos praticantes desta arte tão prazerosa, muitas outras escolas foram surgindo na capital, favorecendo desta forma o crescimento da dança a dois.

Um estilo da dança de salão que tem crescido consideravelmente em Florianópolis é o Zouk Brasileiro, que sofreu grande influência da Lambada, sucesso dos anos 80. A Lambada utiliza músicas rápidas, dançadas com energia, onde giros múltiplos da dama e movimentações de quadril são as principais características do estilo (FLORIÃO, 2008). A Lambada teve seu declínio em meados dos anos 90, poucos músicos produziam e tocavam o ritmo, fazendo assim com que o investimento na dança por parte dos bailarinos perdesse sua força. Entretanto, alguns bailarinos não desistiram do ritmo e começaram a dançar Lambada ao som de uma música caribenha chamada Zouk (ROTTIER, 2010).

O primeiro contato do Zouk com o Brasil foi por meio das músicas que chegaram pelas rádios e logo inspiraram os lambadeiros na interpretação da melodia, criando desta forma um jeito de dançar que correspondesse ao estilo de música mais lento, trazendo mais sensualidade à dança. O Zouk Brasileiro nada mais é do que a fusão da música Zouk com a adaptação da forma de dançar Lambada. (ROTTIER, 2010).

Desde então o estilo têm evoluído muito na questão de estudos corporais, entendimento de técnicas de condução e resposta, e até mesmo na formação de profissionais para atuar no cenário internacional. Por abranger um repertório musical eclético e atender a várias faixas etárias, o Zouk Brasileiro já foi utilizado como mediador da dança no ensino formal, como conteúdo de educação física escolar na quebra de paradigmas e preconceitos com a dança de salão em geral (MARRONI; FEIJÓ, 2012).

Atualmente, em Florianópolis, existem várias academias de dança de salão e/ou instituições que oferecem esta modalidade. O cenário da dança de salão vem crescendo e impulsionando profissionais locais para trabalhos internacionais, portanto, ela segue sua jornada histórica no Brasil, expandindo-se cada vez mais e influenciando o desenvolvimento de cada comunidade ou sendo influenciada por elas (REGERT, 2007).

Desta forma, o Zouk Brasileiro se desenvolveu com base nas movimentações já existentes no repertório de danças nacionais, associado a movimentações que foram criadas conforme a carga cultural e jeito de dançar do brasileiro. Importante destacar que atualmente alguns estilos têm considerado o Zouk Brasileiro como referência para criação de novas identidades corporais e formas de condução e resposta na dança de salão.

### 2.3 BARREIRAS PARA ADERÊNCIA AO ZOUK BRASILEIRO

Para compreender os motivos do aumento da demanda na prática da dança de salão, visto todos os benefícios que a modalidade pode proporcionar aos seus praticantes, é necessário analisar os determinantes que impedem o indivíduo a ser fisicamente ativo dentro da dança de salão e os fatores que motivam a prática da mesma. Os principais fatores relacionados as barreiras e facilitadores da prática de uma atividade física são separados em três setores: aspectos pessoais, sociais e ambientais (MORGADO et al., 2013).

Os indivíduos que realmente sentem prazer pela prática conseguem superar as barreiras e dificuldades que encontram para aderirem à modalidade (SANTOS; KNIJNIK, 2006). Porém, a tarefa de fazer com que os praticantes se sintam bem durante a atividade é responsabilidade dos profissionais que atuam na área e que estão envolvidos com o planejamento, orientação e manutenção dos exercícios. Por isso programas aplicados sem o conhecimento dos objetivos dos alunos prejudicam a aderência do mesmo.

Observa-se que na grande maioria do público jovem o conteúdo Dança de Salão é recebido com certo receio, muitas vezes recusas e justificativas de que esta modalidade seria exclusivamente para idosos, muito difícil de aprender ou trariam a feminilidade para os meninos (DOMINCIANO; SILVA, 2008). No estudo de Dominciano e Marcelli (2009), a respeito dos motivos que levam os alunos adolescentes ao desinteresse pela dança de salão, se deve ao fato de

não a ter vivenciado corporalmente, reprimindo impulsos de ritmo e movimentações de marcações de pés (transferência de peso).

No estudo realizado por Marroni e Feijó (2012), ao se depararem com o bloqueio dos adolescentes sobre o tema dança de salão, as autoras conquistam jovens adeptos e amantes da dança de salão através do ensino da modalidade do Zouk Brasileiro que, por ser uma dança dinâmica, sensual e seu ritmo musical ser fortemente divulgado pela mídia, atrai a atenção do público jovem que vê nesta modalidade uma possibilidade de dançar músicas de seu interesse, além de melhorar a interação social.

Segundo Ried (2003) a dança de salão proporciona a liberação de tensões, visto que para o aprendizado de novas movimentações o indivíduo precisa se concentrar inteiramente em seu corpo, na execução dos movimentos e na harmonização dos movimentos de seu parceiro com o ritmo da música. Desta forma ocorre um distanciamento mental de preocupações e obrigações do dia a dia que levam ao relaxamento mental e conseqüentemente muscular do indivíduo.

Dificuldade de socialização por questão de timidez também pode ser superada através da dança a dois, pois na modalidade existe uma cultura de comunhão e respeito com o outro, seja ele seu parceiro(a) ou outros casais. Os sujeitos tornam-se parceiros por um objetivo em comum: dançar e interagir em seu momento de lazer e satisfação pessoal (FONSECA; VECCHI; GAMA, 2012).

A prática da dança de salão além de combater o sedentarismo de várias faixas etárias, ajuda na melhora do condicionamento físico, resultando desta forma na melhora da qualidade de vida do praticante em vários aspectos (ROCHA; ALMEIDA, 2007). No âmbito da adesão à dança, Fuhrmann (2008) observa que, para que um indivíduo inicie um programa de dança, mesmo que exista um objetivo de profissionalização ou não, deve haver o cultivo de um propósito que é definido pela autora como o “gosto pela dança”. Também evidencia alguns fatores que se inter-relacionam e influenciam a escolha das pessoas em relação a esta modalidade: aspectos econômicos, escolares, culturais e sociais. Segundo a autora o interesse pela dança também é motivado pela família e pela instituição de ensino, construindo desta forma uma cultura de comportamento e interesse em relação às artes.

O estudo realizado por Ouriques et al. (2008) mostrou que 75% dos alunos apontaram o gosto pela dança como principal motivo de adesão à prática e 42% dos entrevistados relataram o

gosto pela dança e pelo grupo como os principais motivos de permanência na atividade. Dados estes que corroboram ao que Tonelli (2007) apresenta sobre a aderência na dança, dentre os motivos predominantes para a permanência na atividade está o simples prazer em dançar e pela saúde e bem-estar do indivíduo. Entretanto, o principal motivador para a permanência na dança de salão em geral é o prazer pela prática e os maiores benefícios estão associados à redução do stress e melhora da saúde em geral.

Conhecer as potenciais barreiras da modalidade auxilia no processo de compreensão e criação de elementos que facilitam a entrada de novos praticantes e a permanência dos mesmos em uma determinada modalidade. É por isso que o profissional deve estar atento aos fatores motivacionais de adesão e aderência.

### **3 MATERIAIS E MÉTODOS**

#### **3.1 CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO**

O presente estudo classifica-se como uma pesquisa de natureza aplicada, de abordagem quantitativa. A respeito dos procedimentos técnicos, trata-se de um levantamento de campo, visto que foram solicitadas informações de um grupo específico sobre o problema investigado. A coleta dos dados foi realizada em apenas um momento, caracterizando-a como um estudo de delineamento transversal (GIL, 2008).

#### **3.2 LOCAL DO ESTUDO**

O estudo foi realizado em Florianópolis e São José, – cidades da Região Metropolitana da capital do estado de Santa Catarina. Atualmente, Florianópolis tem uma população de 492.977 habitantes, tem uma área de 675,4019 km<sup>2</sup> e IDH de 0,847. Por sua vez, São José tem uma população de 242.92 habitantes, possui uma área territorial de 150,453 km<sup>2</sup> e um IDH de 0,809 (IBGE, 2018).

O presente estudo contou com a participação de um total de seis academias. A Figura 1 apresenta a localização das academias de dança que fizeram parte do estudo.



**Figura 1:** Localização das academias de dança participantes do estudo, Florianópolis e São José/SC, 2018.



Fonte: Google Maps®.

### 3.3 POPULAÇÃO ALVO E AMOSTRA

A população alvo deste estudo foram alunos de Zouk Brasileiro regularmente matriculados em academias de dança de salão, associadas à ACADS – Associação Catarinense de Dança de Salão e localizadas em Florianópolis/SC e São José/SC. Foram incluídos no presente estudo alunos frequentadores de aulas de Zouk/Zouk Brasileiro de ambos os sexos, com idade  $\geq$  18 anos e que estavam presentes na aula no dia de coleta, mediante aceite e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

O Quadro 1 apresenta a localização das academias de dança participantes do estudo, observando maior concentração destas no bairro Trindade em Florianópolis. O quadro também apresenta informações de turmas existentes e alunos inscritos na modalidade.

**Quadro1:** Academias de dança de salão registradas na Associação Catarinense de Dança de Salão que ofertam o estilo de Zouk Brasileiro em Florianópolis e São José/SC, 2018.

<b>Academia</b>	<b>Cidade</b>	<b>Bairro</b>	<b>Turmas (n)</b>	<b>Alunos (n)</b>
<b>A</b>	Florianópolis	Trindade	6	54
<b>B</b>	Florianópolis	Trindade	3	22
<b>C</b>	Florianópolis	Santa Mônica	3	23
<b>D</b>	Florianópolis	Trindade	2	12
<b>E</b>	Florianópolis	Balneário do Estreito	1	8
<b>F</b>	São José	Campinas	2	16

### 3.4 LOGÍSTICA

Inicialmente foi realizada uma busca de todas as academias vinculadas a ACADS que ofereciam Zouk/Zouk Brasileiro em sua grade de horários. Em seguida, a pesquisadora entrou em contato via telefone com todas as academias de dança que trabalhavam com o estilo para saber se a turma estava em formação ou se já estava com aulas regulares.

Para a liberação da coleta de dados, foi realizado contato presencial com o(a) responsável pela academia, informando o objetivo do estudo e as questões éticas, a partir de conversa e entrega de uma carta de apresentação da pesquisa (APÊNDICE C).

Posterior à leitura e tomada de conhecimento da pesquisa, foi entregue - para ser assinado - um documento o qual registra o conhecimento da realização do projeto, assumindo condições para o desenvolvimento do projeto e autorizando a realização nos termos apresentados (APÊNDICE D).

Após concluir esta etapa inicial, foram marcadas datas para realização das coletas. O período de realização das coletas foi de 10 a 27 de setembro de 2018. Ao todo, foram coletadas informações de 17 turmas de Zouk Brasileiro. O estudo contou com dois aplicadores, que foram instruídos sobre os procedimentos para realização da pesquisa.

A aplicação do questionário foi realizada sempre nos últimos dez minutos da aula, onde o aplicador se apresentava e explicava os objetivos da pesquisa. Na sequência, era realizado um convite para participação voluntária na pesquisa, deixando claro que nenhum participante seria

identificado e, os dados seriam de conhecimento científico. Assim, foi apresentado o instrumento de coleta, um questionário contendo 23 questões (APÊNDICE B) e as duas vias do TCLE (APÊNDICE A). Ambas as vias do TCLE deveriam ser assinadas, sendo que uma via ficava com o participante e a outra era entregue com o questionário já respondido. Em todo o período de coleta, o aplicador estava disponível para o esclarecimento de possíveis dúvidas.

### 3.5 INSTRUMENTOS DE COLETA DE DADOS

No presente estudo, foi empregado um questionário estruturado auto-aplicável (APÊNDICE B), contendo 23 questões distribuídas nos seguintes blocos: (a) dados pessoais, (b) influência da modalidade na motivação, (c) influência ambiental na motivação, (d) barreiras da prática do Zouk Brasileiro. Este questionário foi elaborado a partir de adaptações e outros instrumentos existentes na literatura, não tendo passado por validação de conteúdo e clareza.

### 3.6 VARIÁVEIS DO ESTUDO

As variáveis do estudo, bem como categorizações utilizadas nas análises são apresentadas nos quadros a seguir.

**Quadro 2:** Descrição e categorização das variáveis independentes do estudo.

<b>DADOS SOCIODEMOGRÁFICOS</b>	<b>Variável</b>	<b>Categorização Utilizada</b>
	Sexo	Masculino; Feminino
	Idade (anos completos)	18 a 29; 30 a 49; $\geq 50$
	Bolsista da academia	Sim; Não
	Escolaridade	$\leq 11$ anos; $\geq 12$ anos
	Situação Conjugal	Sem companheiro(a); Com companheiro(a)
	Atividade Profissional	Trabalha; Não trabalha

Fonte: Próprio autor.

Vale destacar que a variável escolaridade foi recategorizada em anos, pelo agrupamento das opções, ensino fundamental, ensino médio incompleto e ensino médio completo ( $\leq 11$  anos) e ensino superior incompleto, ensino superior completo, pós-graduação e mestrado ( $\geq 12$  anos). A variável situação conjugal também foi reagrupada conforme a presença de um companheiro. Para

tal, considerou-se a resposta “casado(a) como com companheiro(a) e as demais categorias (solteiro(a), divorciado(a), viúvo(a) e outro) como sem companheiro(a).

Foram considerados trabalhadores (com atividade profissional) aqueles indivíduos que somente trabalham ou estudam e trabalham. Aqueles que somente estudam ou não estudam e não trabalham, foram incluídos na categoria “não trabalha”.

**Quadro 3:** Descrição e categorização das variáveis dependentes do estudo.

CARACTERÍSTICAS DE PRÁTICA DA MODALIDADE	Variável	Categorização Utilizada
	Tempo de prática do Zouk (anos)	< 1; 1 a 2; ≥ 3
	Frequência semanal (vezes/semana)	1; 2; ≥ 3
	Tempo de prática semanal (min)	≤ 60; 61 a 120; ≥ 121
	Prática de outros estilos	Não; Sim, apenas um; Sim, dois ou mais
	Nível de esforço da aula	Leve; Moderado; Intenso
	Presença de par fixo	Sim; Não
Fonte de conhecimento do estilo	Conheceu o ritmo em um baile; Viu na TV/Internet; Conheceu na própria academia de dança; Outro	
ADESÃO PESSOAL	Variável	Categorização Utilizada
	Indicação Médica	Nada importante; Pouco importante; Importante; Muito importante
	Convite de Amigos	Nada importante; Pouco importante; Importante; Muito importante
	Estética	Nada importante; Pouco importante; Importante; Muito importante
	Localização	Nada importante; Pouco importante; Importante; Muito importante
	Condicionamento Físico	Nada importante; Pouco importante; Importante; Muito importante
	Interesse pelo Zouk	Nada importante; Pouco importante; Importante; Muito importante
	Outro	Nada importante; Pouco importante; Importante; Muito importante
GOSTO PELA PRÁTICA	Variável	Categorização Utilizada
	Movimentações	Nada importante; Pouco importante; Importante; Muito importante
	Músicas	Nada importante; Pouco importante; Importante; Muito importante

	Método de ensino	Nada importante; Pouco importante; Importante; Muito importante
	Socialização	Nada importante; Pouco importante; Importante; Muito importante
	Outro	Nada importante; Pouco importante; Importante; Muito importante
<b>ADESÃO AMBIENTAL</b>	<b>Variável</b>	<b>Categorização Utilizada</b>
	Recepção e atendimento	Nada importante; Pouco importante; Importante; Muito importante
	Afinidade com a turma	Nada importante; Pouco importante; Importante; Muito importante
	Afinidade com o profes.	Nada importante; Pouco importante; Importante; Muito importante
	Localização	Nada importante; Pouco importante; Importante; Muito importante
	Estrutura física	Nada importante; Pouco importante; Importante; Muito importante
	Valor da aula	Nada importante; Pouco importante; Importante; Muito importante
<b>ADERÊNCIA AMBIENTAL</b>	<b>Variável</b>	<b>Categorização Utilizada</b>
	Recepção e atendimento	Nada importante; Pouco importante; Importante; Muito importante
	Afinidade com a turma	Nada importante; Pouco importante; Importante; Muito importante
	Afinidade com o profes.	Nada importante; Pouco importante; Importante; Muito importante
	Localização	Nada importante; Pouco importante; Importante; Muito importante
	Estrutura física	Nada importante; Pouco importante; Importante; Muito importante
	Valor da aula	Nada importante; Pouco importante; Importante; Muito importante
<b>BARREIRAS PARA A PRÁTICA</b>	<b>Variável</b>	<b>Categorização Utilizada</b>
	Realiza movimentações	Nunca; Às vezes; Quase Sempre; Sempre
	Constrangimento	Nunca; Às vezes; Quase Sempre; Sempre
	Entende instruções	Nunca; Às vezes; Quase Sempre; Sempre
	Impedimento físico/dor	Nunca; Às vezes; Quase Sempre; Sempre
	Tontura	Nunca; Às vezes; Quase Sempre; Sempre
	Outra Dificuldade	Nunca; Às vezes; Quase Sempre; Sempre

Fonte: Próprio autor.

A variável “nível de esforço da aula” foi reagrupada, onde “leve” corresponde as opções mínimo e baixo; “moderado” manteve-se o mesmo e “intenso” corresponde as opções intenso e próximo do máximo.

Para fins de análise inferencial, as variáveis de adesão e aderência foram reagrupadas da seguinte forma: as opções “nada importante” e “pouco importante” foram consideradas como ausência de importância do referido motivo e as categorias “importante” e “muito importante” foram consideradas como motivo importante para a variável. Desta forma, havia a possibilidade de uma amplitude de 0 a 6 motivos importantes tanto para a adesão quanto para a aderência ao Zouk Brasileiro, sendo desconsiderado o motivo “outro” da referida análise.

O mesmo procedimento foi realizado nas barreiras. Foram reagrupadas as categorias “nunca” e “às vezes” como ausência e “quase sempre” e “sempre” como presença de uma referida barreira para a prática. No entanto, nas perguntas “Você consegue realizar as movimentações ensinadas?” e “Você entende as instruções do(s) professor(es)?”, a categorização foi invertida, em virtude do sentido das questões. Nelas, as categorias quase sempre e sempre foram consideradas como a presença de barreira.

### 3.7 TABULAÇÃO E ANÁLISE DOS DADOS

Os questionários foram tabulados por meio de digitação em uma planilha eletrônica do programa Microsoft Office Excel®. Na estatística descritiva, foram empregadas as frequências absoluta e relativa (percentual), médias e desvios-padrão. Na estatística inferencial, foi empregada a regressão de Poisson com variância robusta. Os dados foram analisados no pacote estatístico do programa STATA (Stata Corporation, College Station, Estados Unidos) versão 15.0.

### 3.8 ASPECTOS ÉTICOS

O projeto de pesquisa foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Santa Catarina, sob o parecer de número 3.027.666, em 20 de Novembro de 2018 (ANEXO A).

#### 4 RESULTADOS

Dentre os 135 sujeitos elegíveis, participaram do estudo 124 praticantes de Zouk Brasileiro, o que representa um percentual de respostas de 91,9%. A maioria da amostra foi composta por mulheres (58,1%) e indivíduos não bolsistas (66,1%), que trabalhavam (79,8%), viviam sem companheiro(a) (83,1%) e tinham  $\geq 12$  anos de estudos (87,9%). A média de idade dos participantes foi de  $34,1 \pm 10,7$  anos. A Tabela 1 apresenta maiores detalhes das características sociodemográficas da amostra.

**Tabela 1:** Características sociodemográficas de alunos praticantes de Zouk Brasileiro em Academias de Dança de Salão em Florianópolis e São José, Santa Catarina, 2018 (n=124).

Variável	n	%	IC95%
<b>Sexo</b>			
Masculino	52	41,9	33,5; 50,9
Feminino	72	58,1	49,1; 66,5
<b>Idade (anos completos)</b>			
18 a 29	53	42,7	34,2; 51,7
30 a 49	58	46,8	38,1; 55,7
$\geq 50$	13	10,5	6,1; 17,3
<b>Bolsista da escola</b>			
Sim	42	33,9	26,0; 42,8
Não	82	6,1	57,2; 74,0
<b>Escolaridade (anos de estudo)</b>			
$\leq 11$	15	12,1	7,4; 19,2
$\geq 12$	109	87,9	80,8; 92,6
<b>Situação Conjugal</b>			
Sem companheiro(a)	103	83,1	75,3; 88,8
Com companheiro(a)	21	16,9	11,2; 24,7
<b>Atividade Profissional</b>			
Trabalha	99	79,8	13,9; 28,3
Não trabalha	25	20,2	71,7; 86,1

A Tabela 2 apresenta características da prática do Zouk Brasileiro por alunos praticantes do estilo em academias de Dança de Salão em Florianópolis e São José, Santa Catarina. A maioria dos alunos relatou praticar o estilo uma vez na semana (66,3%) e junto com pelo menos dois outros estilos (70,2%). As modalidades mais praticadas (dados não informados em Tabelas) foram: Forró, Samba, Tango, Salsa, Bolero. As respostas mais relatadas pela amostra quanto ao tempo total de prática e nível de esforço da aula foram, respectivamente, menos de um ano

(43,6%) e intensidade moderada (49,2%). A Tabela 2 apresenta maiores detalhes das características de prática da modalidade.

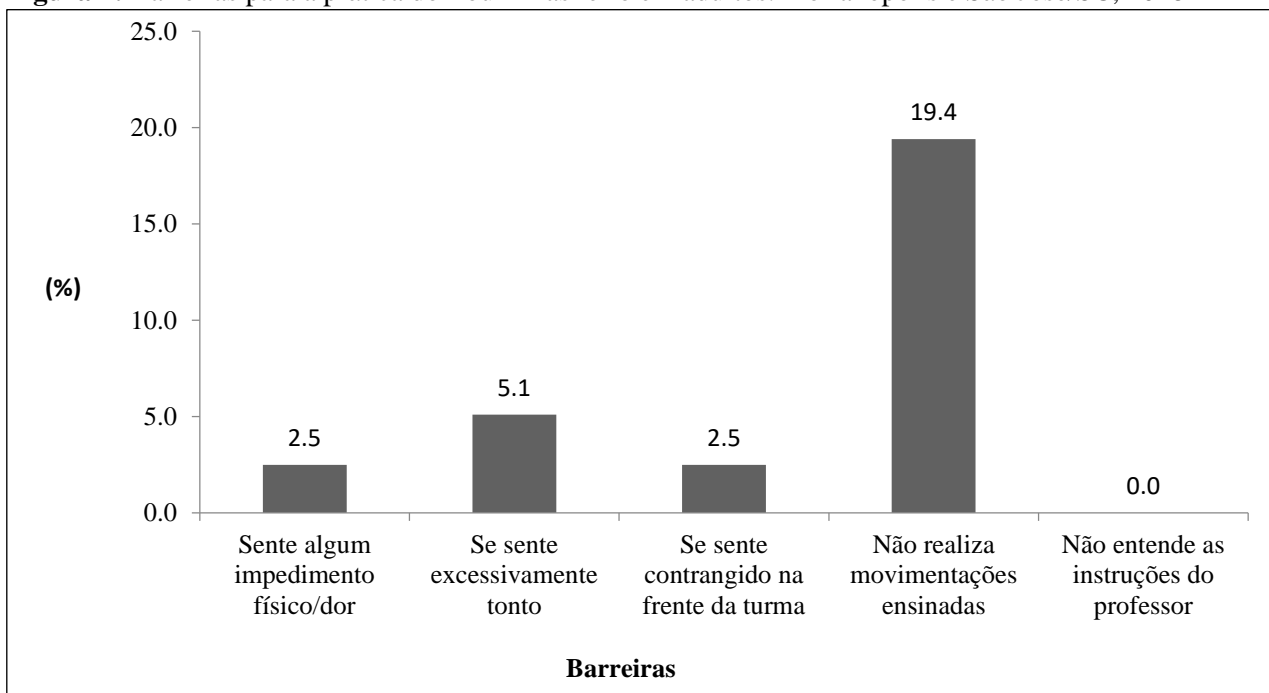
**Tabela 2:** Características da prática do Zouk Brasileiro por alunos praticantes do estilo em Academias de Dança de Salão em Florianópolis e São José, Santa Catarina, 2018 (n=124).

Variável	n	%	IC95%
<b>Tempo de prática do estilo (anos)</b>			
< 1	54	43,6	35,0; 52,5
1 a 2	36	29,0	21,6; 37,7
≥ 3	34	27,4	20,2; 36,0
<b>Frequência semanal</b>			
1	81	66,3	56,4; 73,3
2	29	23,4	16,7; 31,8
≥ 3	14	11,3	6,8; 18,3
<b>Tempo de prática semanal (minutos)</b>			
≤ 60	74	59,7	50,7; 68,0
61 a 120	31	25,0	18,1; 33,5
≥ 121	19	15,3	9,9; 22,9
<b>Prática de outros estilos</b>			
Não	22	17,7	11,9; 25,6
Sim, apenas um	15	12,1	7,4; 19,2
Sim, dois ou mais	87	70,2	61,4; 77,6
<b>Nível de esforço da aula</b>			
Leve	45	36,3	28,2; 45,2
Moderado	61	49,2	40,4; 58,0
Intenso	18	14,5	9,3; 22,0
<b>Presença de par fixo</b>			
Sim	8	6,6	3,3; 12,8
Não	113	93,4	87,2; 96,7
<b>Fonte de conhecimento do estilo</b>			
Conheceu o ritmo em um baile	28	23,1	16,4; 31,6
Viu na TV/Internet	12	9,9	5,7; 16,8
Conheceu na própria academia de dança	68	56,2	47,1; 64,9
Outro	13	10,7	6,3; 17,7

Dentre as barreiras avaliadas para a prática do Zouk Brasileiro (Figura 2), constatou-se que “não realizar as movimentações ensinadas” foi a mais citada dentre os praticantes (19,4%), seguida de “sentir-se excessivamente tonto” (5,1%).



**Figura 2:** Barreiras para a prática do Zouk Brasileiro em adultos. Florianópolis e São José/SC, 2018



A Figura 3 apresenta o nível de importância de fatores motivacionais para adesão pessoal à prática do Zouk Brasileiro por adultos de Florianópolis e São José, SC. Percebeu-se que o fator “interesse pela modalidade” foi o mais citado como muito importante para adesão pessoal (56,2%), seguido do “convite de amigos” (17,4%) e condicionamento físico (13,2%). Quando agrupadas as categorias “muito importante” e “importante”, os motivos mais citados foram: interesse pela modalidade (89,2%), convite de amigos (46,3%) e localização (45,5%).

**Figura 3:** Fatores motivacionais para adesão pessoal para o Zouk Brasileiro em Florianópolis e São José/SC, 2018.

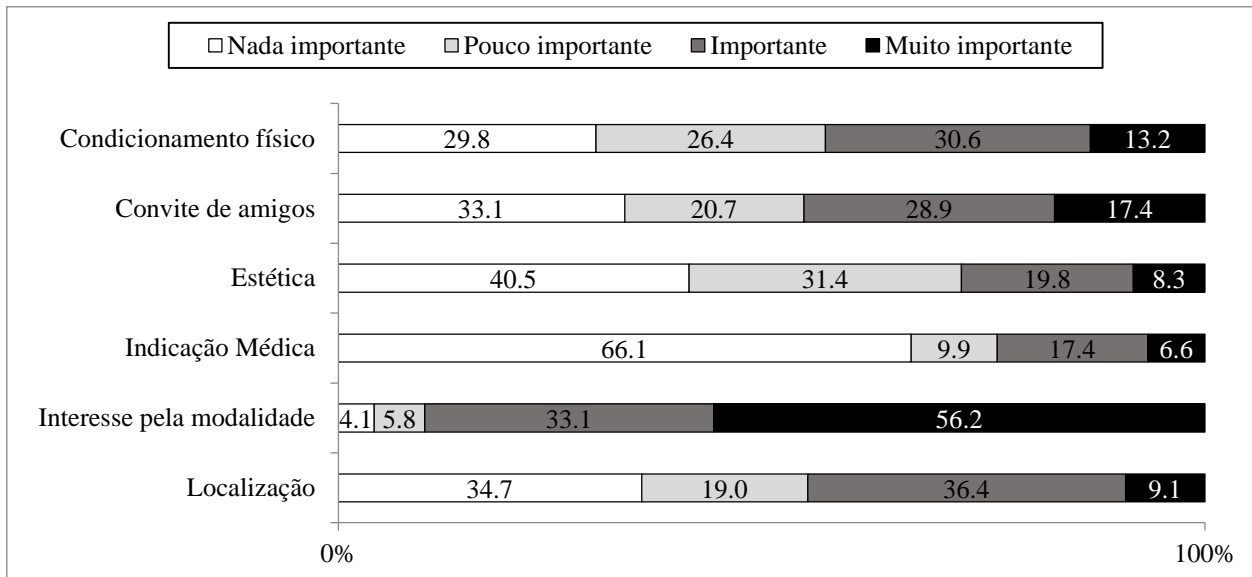
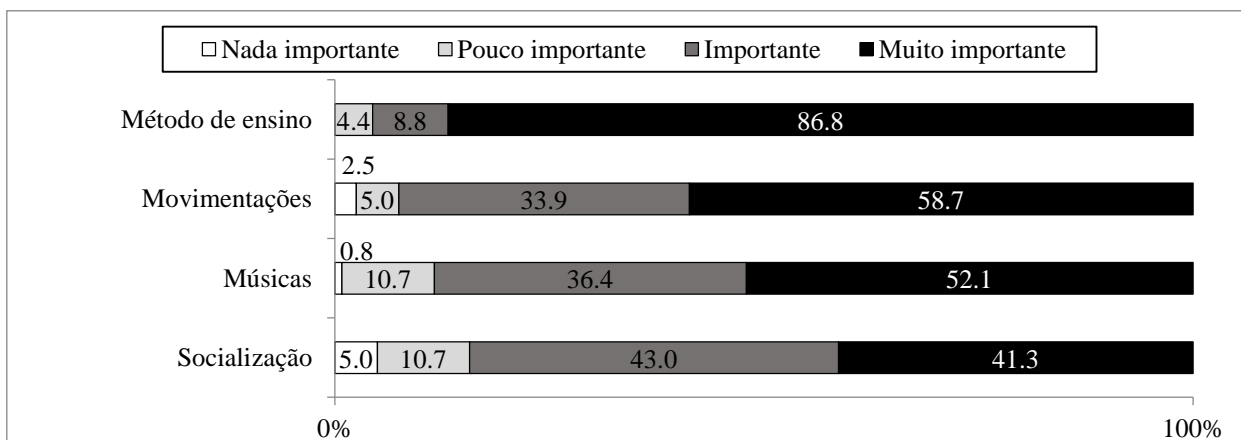


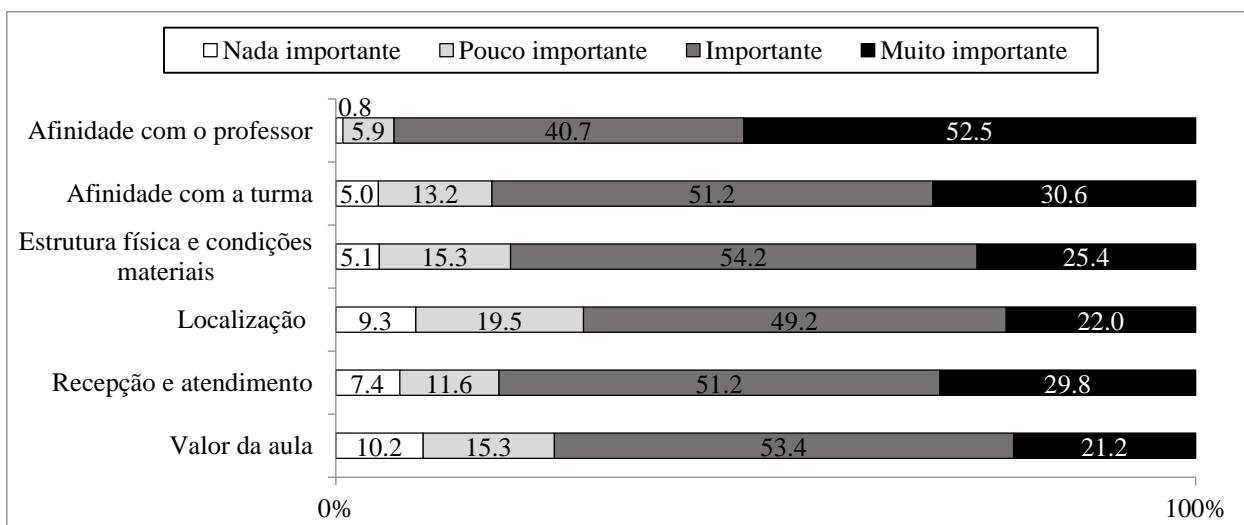
Figura 4 apresenta o nível de importância de componentes de uma aula de Zouk Brasileiro por adultos de Florianópolis e São José, SC. Percebeu-se que o fator “método de ensino” foi o mais citado como muito importante na composição de uma aula de Zouk Brasileiro (86,8%), seguido das “movimentações” (58,7%) e “músicas” (52,1%). Quando agrupadas as categorias “muito importante” e “importante”, os motivos mais citados foram: método de ensino (95,6%), movimentações (92,6%), e músicas (88,5%).

**Figura 4:** Avaliação de importância de fatores relacionados à aula de Zouk Brasileiro em Florianópolis e São José/SC, 2018

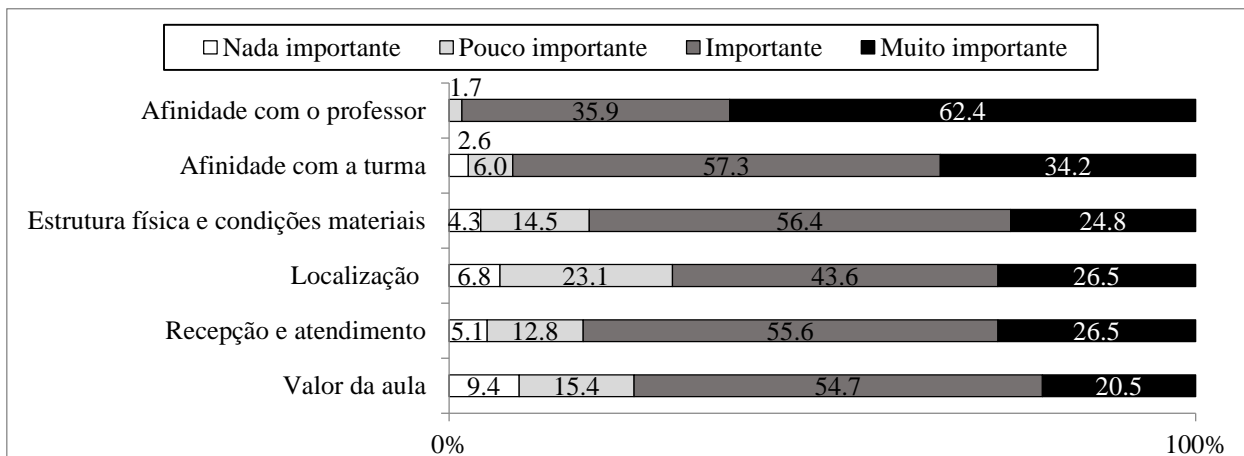


O nível de importância de fatores motivacionais para adesão e aderência ambiental à prática do Zouk Brasileiro por adultos de Florianópolis e São José, SC pode ser analisado nas Tabelas 5 e 6. Em ambas, observou-se que o fator “afinidade com o professor” foi o mais citado como muito importante tanto para adesão ambiental (51,5%), como na aderência ambiental (62,4%). Em seguida se destacou “afinidade com a turma” (30,6%) na adesão e (34,2%) na aderência; na sequência “recepção e atendimento” durante a adesão (29,8%) e na aderência obteve porcentagem de (29,8%) na “recepção e atendimento”. Quando agrupadas as categorias “muito importante” e “importante”, os motivos mais citados durante a adesão foram: afinidade com o professor (93,2%), afinidade com a turma (81,8%) e recepção e atendimento (81,0%). E durante a aderência foram: afinidade com o professor (98,3%), afinidade com a turma (91,5%) e recepção e atendimento (82,1%).

**Figura 5:** Fatores motivacionais para adesão ambiental para o Zouk Brasileiro em Florianópolis e São José/SC, 2018.



**Figura 6:** Fatores motivacionais para aderência ambiental para o Zouk Brasileiro em Florianópolis e São José/SC, 2018.



Do total da amostra, 28 sujeitos (23,7%) relataram pelo menos uma barreira para a prática do Zouk Brasileiro. A Tabela 3 traz as principais características dos sujeitos conforme o relato de barreiras. O presente estudo apontou que mulheres relataram mais barreiras para a prática, um percentual de 16,9% a mais que os homens; assim como aqueles indivíduos que não exercem atividade profissional (43,5%) quando comparados com os que trabalham (18,9%). Dos participantes do estudo que relataram pelo menos uma barreira para a prática da modalidade, 34,6% tem menos de um ano de prática, 31,6% realiza aula uma vez na semana e 33,3% pratica semanalmente o Zouk Brasileiro durante uma hora.

**Tabela 3:** Fatores sociodemográficos e comportamentais associados a barreiras para a prática do Zouk Brasileiro em adultos. Florianópolis/SC, 2018 (n=124)

Variável	Barreiras (%)	Valor p	Análise bruta		Análise ajustada	
			RP (IC95%)	Valor p	RP (IC95%)	Valor p
<i>Nível 1</i>						
<b>Sexo</b>		0,033		0,046		0,046
Masculino	14,0		1,00		1,00	
Feminino	30,9		2,02 (1,01; 4,80)		2,20 (1,01; 4,80)	
<b>Idade (anos completos)</b>		0,841		0,947		0,798
18 - 29	24,5		1,00		1,00	
30 - 49	21,8		0,89 (0,45; 1,78)		0,99 (0,49; 1,97)	
≥ 50	30,0		1,22 (0,42; 3,54)		1,24 (0,43; 3,58)	
<b>Situação Conjugal Atual</b>		0,398		0,345		0,390
Sem companheiro(a)	25,5		1,00		1,00	
Com companheiro(a)	15,0		0,59 (0,20; 1,77)		0,63 (0,22; 1,81)	
<i>Nível 2</i>						
<b>Bolsista</b>		0,902		0,902		0,740
Sim	24,4		1,00		1,00	
Não	23,4		0,96 (0,49; 1,89)		1,12 (0,56; 2,24)	
<b>Escolaridade</b>		0,096		0,164		0,098
≤ 11 anos	6,7		1,00		1,00	
≥ 12 anos	26,2		3,93 (0,57; 27,07)		4,48 (0,76; 26,47)	
<b>Atividade Profissional</b>		0,013		0,009		0,007
Sim, trabalha	18,9		1,00		1,00	
Não trabalha	43,5		0,44 (0,23; 0,82)		0,43 (0,23; 0,80)	
<i>Nível 3</i>						
<b>Tempo de Prática</b>		0,027		0,011		0,044
< 1 ano	34,6		1,00		1,00	
1 - 2 anos	20,6		0,60 (0,28; 1,27)		0,65 (0,33; 1,28)	
≥ 3 anos	9,4		0,27 (0,09; 0,85)		0,38 (0,12; 1,17)	
<b>VezeSemanais</b>		0,004		0,015		0,022
1 x	31,6		1,00		1,00	
≥ 2 x	7,7		0,24 (0,08; 0,76)		0,29 (0,10; 0,84)	
<b>Minutos Semanais</b>		0,002		0,008		0,492
≤ 60	33,3		1,00		1,00	
≥ 61	8,7		0,26 (0,10; 0,71)		0,64 (0,18; 2,27)	
<b>Esforço</b>		0,201		0,102		0,800
Leve	27,9		1,00		1,00	
Moderado	25,4		0,91 (0,47; 1,75)		1,08 (0,59; 2,00)	
Intenso	6,3		0,22 (0,03; 1,60)		0,53 (0,08; 3,66)	

Notas: %: frequência relativa. Valor p extraído do teste de qui-quadrado de Pearson;  
 RP: razão de prevalência por regressão de Poisson; IC95%: intervalo de confiança de 95%;

A Tabela 4 apresenta a associação entre fatores sociodemográficos e comportamentais com o número de motivos para a adesão pessoal para a prática do Zouk Brasileiro por adultos de Florianópolis e São José, SC. Mulheres ( $p=0,053$ ), indivíduos com menor escolaridade ( $\leq 11$  anos;  $p<0,001$ ), com maior frequência semanal ( $p<0,001$ ) e tempo semanal de prática de uma a duas horas ( $p<0,001$ ) relataram maior número de motivos pessoais para adesão à modalidade.

**Tabela 4:** Fatores sociodemográficos e comportamentais associados a motivos para adesão pessoal para a prática do Zouk Brasileiro em adultos. Florianópolis/SC, 2018 (n=124)

Variáveis	Número de motivos para adesão pessoal		Análise bruta		Análise ajustada	
	$\mu$	dp	RP (IC95%)	Valor p	RP (IC95%)	Valor p
<i>Nível 1</i>						
<b>Sexo</b>				0,053		0,053
Masculino	2,45	1,51	1,00		1,00	
Feminino	3,01	1,58	1,23 (1,00; 1,52)		1,94 (1,00; 1,52)	
<b>Idade (anos completos)</b>				0,471		0,597
18 a 29	2,75	1,43	1,00		1,00	
30 a 49	2,68	1,65	0,98 (0,79; 1,21)		0,97 (0,78; 1,20)	
$\geq 50$	3,36	1,80	1,22 (0,88; 1,71)		1,18 (0,84; 1,65)	
<b>Situação conjugal</b>				0,291		0,222
Sem companheiro(a)	2,71	1,62	1,00		1,00	
Com companheiro(a)	3,05	1,28	1,12 (0,91; 1,39)		1,14 (0,92; 1,42)	
<i>Nível 2</i>						
<b>Bolsista da academia</b>				0,713		0,862
Sim	2,85	1,48	1,00		1,00	
Não	2,74	1,62	0,96 (0,78; 1,18)		0,98 (0,81; 1,19)	
<b>Escolaridade</b>				< 0,001		< 0,001
$\leq 11$ anos	4,21	1,25	1,00		1,00	
$\geq 12$ anos	2,58	1,51	0,61 (0,51; 0,74)		0,62 (0,51; 0,76)	
<b>Atividade profissional</b>				0,886		0,910
Trabalha	2,74	1,18	1,00		1,00	
Não trabalha	2,78	1,66	1,02 (0,82; 1,25)		1,01 (0,82; 1,25)	
<i>Nível 3</i>						
<b>Tempo de prática do zouk (anos)</b>				0,888		0,910
< 1	2,69	1,60	1,00		1,00	
1 a 2	3,09	1,42	1,15 (0,92; 1,44)		1,13 (0,91; 1,41)	
$\geq 3$	2,59	1,65	0,96 (0,74; 1,25)		1,01 (0,78; 1,30)	
<b>Frequência semanal (vezes/sem)</b>				0,046		< 0,001
1	2,57	1,50	1,00		1,00	

2	3,11	1,75	1,20 (0,95; 1,54)	1,94 (1,49; 2,54)	
≥ 3	3,21	1,48	1,25 (0,96; 1,63)	4,63 (2,92; 7,32)	
<b>Tempo de prática semanal (min)</b>				0,406	<0,001
≤ 60	2,63	1,55	1,00	1,00	
61 a 120	3,10	1,62	1,18 (0,94; 1,48)	0,68 (0,53; 0,87)	
≥ 121	2,78	1,56	1,06 (0,79; 1,41)	0,25 (0,16; 0,38)	
<b>Nível de esforço da aula</b>				0,089	0,058
Leve	2,38	1,40	1,00	1,00	
Moderado	3,02	1,65	1,27 (1,01; 1,58)	1,24 (1,01; 1,52)	
Intenso	2,88	1,59	1,20 (0,88; 1,66)	1,20 (0,93; 1,55)	

Notas:  $\mu$ : média; dp: desvio-padrão; RP: razão de prevalência por regressão de Poisson; IC95%: intervalo de confiança de 95%.  
 \* Variáveis de nível 1 ajustadas entre si; variáveis do nível 2: ajustadas para variáveis do nível 1; variáveis do nível 3: ajustadas para variáveis do nível 1 e 2.

A associação entre fatores sociodemográficos e comportamentais com o número de motivos para a adesão ambiental para a prática do Zouk Brasileiro por adultos de Florianópolis e São José, pode ser observada na Tabela 5. Mulheres ( $p=0,046$ ), indivíduos entre 18 e 29 anos ( $p=0,021$ ), bolsistas ( $p=0,004$ ), com menor escolaridade ( $\leq 11$  anos;  $p<0,001$ ), maior tempo de prática ( $\geq 3$  anos;  $p=0,030$ ) e menor tempo de prática semanal ( $\leq 60$  minutos;  $p=0,048$ ) relataram maior número de motivos pessoais para adesão à modalidade.

**Tabela 5:** Fatores sociodemográficos e comportamentais associados a motivos para adesão ambiental para a prática do Zouk Brasileiro em adultos. Florianópolis/SC, 2018 (n=124)

Variável	Número de motivos para adesão ambiental		Análise bruta		Análise ajustada	
	$\mu$	dp	RP (IC95%)	Valor p	RP (IC95%)	Valor p
<i>Nível 1</i>						
<b>Sexo</b>				0,058		0,046
Masculino	4,50	1,54	1,00		1,00	
Feminino	5,02	1,26	1,11 (1,00; 1,25)		1,12 (1,00; 1,25)	
<b>Idade (anos completos)</b>				0,026		0,021
18 - 29	4,63	1,51	1,00		1,00	
30 - 49	4,76	1,35	1,03 (0,92; 1,16)		1,03 (0,92; 1,16)	
≥ 50	5,89	0,33	1,27 (1,16; 1,40)		1,28 (1,15; 1,42)	
<b>Situação Conjugal</b>				0,529		0,708
Sem companheiro(a)	4,76	1,44	1,00		1,00	
Com companheiro(a)	4,95	1,23	1,04 (0,92; 1,18)		1,02 (0,90; 1,15)	
<i>Nível 2</i>						
<b>Bolsista da academia</b>				0,003		0,004

Sim	4,18	1,62	1,00	1,00	
Não	5,11	1,17	1,22 (1,07; 1,39)	1,20 (1,06; 1,37)	
<b>Escolaridade</b>				< 0,001	<0,001
≤ 11 anos	5,50	0,65	1,00	1,00	
≥ 12 anos	4,69	1,45	0,85 (0,78; 0,93)	0,83 (0,75; 0,91)	
<b>Atividade profissional</b>				0,602	0,578
Trabalha	4,62	1,75	1,00	1,00	
Não trabalha	4,83	1,33	1,05 (0,88; 1,24)	0,95 (0,78; 1,14)	
<b>Nível 3</b>					
<b>Tempo de prática do zouk (anos)</b>				0,226	
< 1	4,61	1,60	1,00	1,00	0,030
1 a 2	4,91	1,25	1,06 (0,94; 1,21)	1,14 (1,02; 1,28)	
≥ 3	4,97	1,20	1,08 (0,95; 1,22)	1,14 (1,00; 1,30)	
<b>Frequência semanal (vezes/sem)</b>				0,399	0,142
1	4,86	1,47	1,00	1,00	
2	4,75	1,15	0,98 (0,87; 1,10)	1,11 (0,96; 1,28)	
≥ 3	4,5	1,51	0,93 (0,77; 1,11)	1,25 (0,99; 1,58)	
<b>Tempo de prática semanal (min)</b>				0,324	0,048
≤ 60	4,86	1,53	1,00	1,00	
61 a 120	4,86	1,04	1,00 (0,90; 1,11)	0,91 (0,80; 1,04)	
≥ 121	4,41	1,42	0,91 (0,77; 1,07)	0,77 (0,66; 0,90)	
<b>Nível de esforço da aula</b>				0,988	0,523
Leve	4,71	1,45	1,00	1,00	
Moderado	4,90	1,36	1,04 (0,92; 1,17)	1,00 (0,89; 1,12)	
Intenso	4,57	1,50	0,97 (0,80; 1,17)	0,93 (0,79; 1,10)	

Notas:  $\mu$ : média; dp: desvio-padrão; RP: razão de prevalência por regressão de Poisson; IC95%: intervalo de confiança de 95%;  
 \* Variáveis de nível 1 ajustadas entre si; variáveis do nível 2: ajustadas para variáveis do nível 1; variáveis do nível 3: ajustadas para variáveis do nível 1 e 2.

A Tabela 6 apresenta a associação entre os fatores sociodemográficos e comportamentais com o número de motivos para a aderência ambiental para a prática do Zouk Brasileiro por adultos de Florianópolis e São José, SC. Mulheres ( $p=0,024$ ), indivíduos com menor escolaridade ( $\leq 11$  anos;  $p<0,001$ ) e com menor tempo de prática semanal ( $\leq 60$ ;  $p=0,033$ ) relataram maior número de motivos ambientais para aderência à modalidade.



**Tabela 6:** Fatores sociodemográficos e comportamentais associados a motivos para aderência ambiental para a prática do Zouk Brasileiro em adultos. Florianópolis/SC, 2018 (n=124)

Variável	Número de motivos para aderência ambiental		Análise bruta		Análise ajustada	
	μ	dp	RP (IC95%)	Valor p	RP (IC95%)	Valor p
<i>Nível 1</i>						
<b>Sexo</b>				0,024		0,024
Masculino	4,66	1,51	1,00		1,00	
Feminino	5,22	0,95	1,12 (1,02; 1,24)		1,12 (1,02; 1,24)	
<b>Idade (anos completos)</b>				0,560		0,400
18 - 29	5,06	1,16	1,00		1,00	
30 - 49	4,76	1,36	0,94 (0,85; 1,04)		0,95 (0,86; 1,05)	
≥ 50	5,08	0,42	1,15 (1,06; 1,24)		1,15 (1,05; 1,26)	
<b>Situação Conjugal</b>				0,386		0,463
Sem companheiro(a)	5,03	1,23	1,00		1,00	
Com companheiro(a)	4,75	1,33	0,94 (0,83; 1,08)		0,95 (0,84; 1,08)	
<i>Nível 2</i>						
<b>Bolsista da academia</b>				0,089		0,058
Sim	4,07	1,32	1,00		1,00	
Não	5,13	1,18	1,09 (0,99; 1,21)		1,09 (1,00; 1,20)	
<b>Escolaridade</b>				<0,001		<0,001
≤ 11 anos	5,08	0,41	1,00		1,00	
≥ 12 anos	4,87	1,28	0,84 (0,79; 0,89)		0,84 (0,78; 0,89)	
<b>Atividade profissional</b>				0,931		0,450
Trabalha	5,00	1,00	1,00		1,00	
Não trabalha	4,98	1,30	1,00 (0,90; 1,10)		0,97 (0,88; 1,06)	
<i>Nível 3</i>						
<b>Tempo de prática do zouk (anos)</b>				0,879		0,137
< 1	5,94	1,26	1,00		1,00	
1 a 2	5,06	1,28	1,02 (0,92; 1,14)		1,10 (1,00; 1,21)	
≥ 3	4,97	1,23	1,01 (0,90; 1,12)		1,09 (0,96; 1,23)	
<b>Frequência semanal (vezes/sem)</b>				0,170		0,133
1	5,14	1,15	1,00		1,00	
2	4,56	1,39	0,89 (0,78; 1,01)		1,06 (0,94; 1,20)	
≥ 3	4,86	1,41	0,94 (0,81; 1,10)		1,26 (0,84; 1,89)	
<b>Tempo de prática semanal (min)</b>				0,076		0,033
≤ 60	5,18	1,19	1,00		1,00	
61 a 120	4,68	1,16	0,90 (0,81; 1,00)		0,85 (0,78; 0,93)	
≥ 121	4,67	1,50	0,90 (0,77; 1,05)		0,74 (0,51; 1,08)	
<b>Nível de esforço da aula</b>				0,779		0,747
Leve	4,88	1,22	1,00		1,00	

Moderado	5,09	1,26	1,04 (0,94; 1,15)	1,03 (0,93; 1,13)
Intenso	4,87	1,31	1,00 (0,86; 1,16)	1,01 (0,88; 1,16)

---

Notas:  $\mu$ : média; dp: desvio-padrão; RP: razão de prevalência por regressão de Poisson; IC95%: intervalo de confiança de 95%; \* Variáveis de nível 1 ajustadas entre si; variáveis do nível 2: ajustadas para variáveis do nível 1; variáveis do nível 3: ajustadas para variáveis do nível 1 e 2.

## 5 DISCUSSÃO

O presente estudo investigou as barreiras e facilitadores para adesão e aderência de praticantes do Zouk Brasileiro em Florianópolis e São José, SC. Observou-se baixo relato de barreiras para a prática, achado este esperado para um público que pratica com regularidade o estilo. Os principais fatores identificados para a adesão foram o interesse pelo Zouk Brasileiro e a afinidade com o professor, que também foi igualmente bem destacada no processo de aderência.

Com relação às características sociodemográficas da amostra, constatou-se predomínio das mulheres, com considerável variação na idade dos praticantes. Estes achados corroboram com o estudo de D'Aquino, Guimarães e Simas (2005), que constataram um maior engajamento do sexo feminino, quando comparado ao sexo masculino, na dança de salão. Culturalmente, desde a infância, meninas são estimuladas para a prática de diferentes tipos de dança, notavelmente ballet, jazz e dança moderna (SANTOS e BRAGANHOL, 2010; FALSARELLA e AMORIM, 2008). Em contrapartida, rapazes tendem a se envolver em atividades esportivas, marcadamente o futebol. Uma vez garantido o prazer pela prática de atividade física, é bem provável a manutenção ou o desejo por recomeçar uma atividade física interrompida, fazendo com que as mulheres tenham maior interesse pela dança, quando comparadas com os homens, que normalmente precisam criar o gosto pela prática. Também foi possível perceber que o Zouk Brasileiro alcança uma ampla faixa etária, principalmente agregando os mais novos para esta prática. A possibilidade de dançar músicas de seu interesse desconecta a ideia de que as danças de salão são praticadas exclusivamente pela terceira idade, fazendo da modalidade mais atrativa aos jovens (MARRONI; FEIJÓ, 2012).

No que diz respeito às características de prática do estilo, praticar a modalidade uma vez por semana foi o mais mencionado pelos participantes, assim como o fato de praticarem pelo menos dois outros estilos da dança de salão. Isso se deve a tendência de as escolas oferecerem turmas que realizam aulas uma vez por semana, e turmas que englobam mais de um estilo, ofertando aos alunos o aprendizado de diferentes tipos de dança. Quanto ao tempo de prática, a maioria dos participantes revelaram praticar o estilo por menos de um ano e classificaram a aula como nível moderado. Esta relação entre menor tempo de prática e intensidade de prática pode ser explicada por Saba (2001), o qual afirma que com o aumento do tempo de prática os benefícios psicológicos preponderam os demais, fazendo com que a dinâmica da aula seja mais

clara e o nível de esforço seja classificado de forma mais amena. De acordo com Weineck (2000) diante de estímulos físicos, as células, tecidos e os sistemas corporais sofrem uma reorganização orgânica e funcional, fazendo com que o corpo passe por um processo de adaptação em relação aquele estímulo.

Dentre as barreiras, percebeu-se que, “não conseguir realizar as movimentações ensinadas” foi a mais destacada no estudo, seguida de “sentir-se excessivamente tonto”. A mediação do professor pode amenizar estas barreiras tendo em vista que o entendimento das movimentações (propriocepção) se dá a partir de educativos gradualmente elaborados para a incorporação do gesto. Entretanto, muitos dos professores atuantes na área não têm formação acadêmica, fato que pode ser analisado no estudo de Torri (2015) que, dos 50 profissionais participantes do estudo em Florianópolis e São José/SC, apenas 12 eram formados em Educação Física.

Apesar de, somente 28, dos 124 indivíduos, terem relatado barreiras para a prática, foi possível observar relação entre o fatores sociodemográficos e comportamentais com as barreiras para a prática do Zouk Brasileiro. Desta forma, mulheres, alunos que não exercem atividade profissional, que praticam a menos de um ano e que realizam aulas uma vez na semana durante uma hora, apresentaram maior números de barreiras para a prática da modalidade. Visto que os indivíduos com um maior tempo total de prática e que praticam o Zouk Brasileiro mais vezes na semana apresentaram menor prevalência para barreiras, conseqüentemente se deve ao fato de serem mais ativos na prática e terem maior interesse pelo estilo, desta forma reduzindo as chances de desistência. O fato de mulheres apresentarem mais barreiras para a prática do Zouk Brasileiro pode ser explicado pela análise dos movimentos realizados por parte das praticantes no papel de conduzidas, onde se faz necessário um mínimo de flexibilidade de coluna vertebral e consciência corporal para realizar os giros (FERNANDEZ, 2012). Comparando o papel de condutor e conduzido, exige-se muito mais da saúde corporal dos conduzidos (papel este mais frequentemente realizado por mulheres).

A relação de maiores números de barreiras para aqueles indivíduos que realizam o Zouk Brasileiro a menos de um ano e que fazem aula uma vez na semana com duração de uma hora pode ser explicada por Saba (2001). O autor classifica estes indivíduos na fase ação, onde a prática do exercício ainda é esporádica. Nessa fase, eles ainda não compreendem todos os

benefícios da modalidade e por este motivo acabam encontrando maiores desafios na realização da mesma.

As mulheres e os indivíduos com menor escolaridade, maior frequência semanal e tempo semanal de prática de uma a duas horas relataram maior número de motivos pessoais para a adesão. Embora a dança de salão seja praticada a dois, a maior adesão por parte das mulheres no presente estudo corrobora com os resultados das pesquisas realizadas por D'Aquino, Guimarães e Simas (2005), Dettino (2008) e Almeida (2002). A respeito dos indivíduos com menor escolaridade terem maior adesão pessoal, é importante refletir que, no presente estudo, a baixa escolaridade, incluiu indivíduos com ensino médio completo. De fato, na sequência, na idade universitária e idade adulta, novos compromissos tendem a surgir e a rotina da vida se altera significativamente nesta transição, fazendo com que os indivíduos realizem escolhas e muitas vezes deixem o lazer como segundo plano. Com relação à maior frequência e tempo de prática semanal associado à maior adesão pessoal, pode-se observar que, conforme o indivíduo conscientiza-se dos benefícios da prática, tem prazer e satisfação na realização da mesma, fica muito mais prática a participação desta na rotina de tarefas. De acordo com Fuhrmann (2008), para o indivíduo ter maior adesão à prática de dança, - independentemente de ser com objetivo profissionalizante ou lazer-, é preciso cultivar o gosto/interesse pela dança, que, conforme a autora são características construídas socialmente.

Quando observado os motivos para a adesão ambiental, percebe-se que o fato de ser bolsista está fortemente associado a um maior número de motivos para a prática. Relacionando os resultados da associação do parágrafo anterior com a associação dos motivos para a adesão ambiental, os resultados foram semelhantes. Entretanto dois fatores se divergem dos demais: ser bolsista e ter menor tempo de prática semanal. Tendo em vista o maior número de mulheres praticantes, as academias de dança de salão oferecem bolsas de estudo com o intuito de equilibrar os pares, além de oferecer uma oportunidade de aprendizado em diversos estilos (D'AQUINO, GUIMARÃES, SIMAS; 2005). Desta forma, o fato de ser bolsista tem grande associação com a maior adesão ambiental, além da questão financeira, ao qual o bolsista está dispensado, outros aspectos como a localização, o bom relacionamento com o professor e criação de laços afetivos com a equipe de trabalho são relevantes no ingresso e permanência na escola de dança.

Observou-se também uma associação entre fatores sociodemográficos e comportamentais com o número de motivos para aderência ambiental, onde os grupos que apresentaram maior número de motivos foram mulheres, indivíduos com menor escolaridade e com menor tempo de prática semanal. Estes resultados se assemelham com as associações feitas anteriormente, mostrando que os grupos que apresentaram maior adesão, são os mesmos com maior aderência à modalidade. Desta maneira evidencia-se o comprometimento individual e a importância da estruturação de uma rotina de exercícios físicos equilibrada, fazendo com que um dia de prática semanal seja suficiente para motivar os indivíduos a continuar no Zouk Brasileiro.

Além disso, a afinidade com o professor foi destacada tanto na adesão, quanto na aderência ambiental, assim como o método de ensino do(s) professor(es) nos fatores que compõem uma aula de Zouk Brasileiro. Segundo Nascimento et al. (2007) a competência profissional é fruto do conhecimento técnico e qualificação dos professores, além do domínio de teorias motivacionais que aproximem a relação de professor e aluno. Corroborando com este pensamento o estudo de Pedro (2013), que ao pesquisar sobre a influência do professor na adesão de treinamento funcional, constatou que a maioria dos participantes apontaram o professor como grande motivação para a prática da modalidade. Desta forma, destaca-se a importância do professor, aliado à sua forma de comunicação, conhecimentos e modo de motivar os alunos em prol da adesão e aderência na modalidade.

Em vista do que foi apresentado, destaca-se alguns pontos positivos do estudo, a representatividade da amostra, que abrangeu grande parte dos alunos praticantes de Zouk/Zouk Brasileiro das academias conveniadas à antiga ACADS nas cidades de Florianópolis e São José/SC. Outro ponto que merece destaque foi o procedimento de aplicação do questionário que seguiu a mesma organização e presença do aplicador em todas as turmas participantes. Além disso, a escassez da literatura em estudos na área da dança de salão e mais especificamente em um estilo brasileiro da dança de salão valoriza a pesquisa, uma vez que contribui para o desenvolvimento do suporte bibliográfico para servir de referência a outros acadêmicos, professores da área e interessados no tema.

Entretanto este estudo não se exime de limitações, ligadas ao instrumento de coleta de dados, o qual não passou por validação de conteúdo e clareza. Além disso, a escolha das escolas participantes baseou-se naquelas conveniadas à ACADS (instituição que não está mais em

regimento) e outras escolas possivelmente não participaram da pesquisa, o que caracteriza um possível viés de seleção. Por fim, o estudo de barreiras ficou restrito exclusivamente àqueles que já praticam a modalidade.

## 6 CONCLUSÃO

Com base nos resultados do estudo, pode-se concluir que poucos participantes relataram barreiras para a prática do Zouk Brasileiro. Os principais motivos para adesão foram o interesse pela modalidade e a afinidade com o professor. Desta forma, destaca-se a importância do professor tanto na adesão como na aderência, assim como um dos elementos mais motivadores durante uma aula de Zouk Brasileiro. Conclui-se que é fundamental a qualificação destes profissionais tanto na parte técnica como na científica, e que estes tenham um bom relacionamento com seus alunos em prol de uma maior aderência na modalidade.

O presente estudo pode servir de suporte e embasamento para que professores da área, por meio da leitura, possam entender melhor os motivos de adesão e aderência no Zouk Brasileiro e, desta forma, estabeleçam estratégias de ensino para melhor atender os objetivos dos praticantes. Além disso, os donos de escolas de dança de salão poderão aprimorar o contato entre praticante e escola, facilitando o aumento da demanda e promovendo um aprimoramento na promoção do serviço.

Por fim, sugere-se que estudos futuros identifiquem quais outros motivos ou demais necessidades que os praticantes apresentam relevantes nos fatores motivacionais de adesão e aderência. Faz-se igualmente necessário concentrar-se em descobrir as barreiras da modalidade daqueles que ainda não praticam o Zouk Brasileiro, pois desta forma pode-se questionar os aspectos que podem se transformar em facilitadores da prática.



## REFERÊNCIAS

- ALMEIDA R. **Dança de salão uma opção de lazer, atividade física e inclusão social em condomínios da Barra da Tijuca.** 14º ENAREL-UNISC. Santa Cruz do Sul – RS. Brasil, 2002
- BARBANTI, V. J. **Dicionário de educação física e do esporte.** São Paulo, Manole, 1994.
- BELTRAME, L.G.N. **Hemofilia: vida ativa.** Brasília, 2007.
- CARVALHO, T. Posição Oficial da Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte: Atividade Física e Saúde. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v.2, n.4, p.79-81, dez. 1996.
- COSTA, I. T. et al. A importancia da atividade física para a manutenção ad saúde e os principais fatores que motivam professores, alunos e funcionários de duas Universidades brasileiras a praticarem exercício. **Rev. bras. ativ. fís. saúde**, v. 8, n. 1, p. 52-61, 2003.
- D'AQUINO, R; GUIMARÃES, A.C.; SIMAS, J.P.N. Dança de Salão: Motivos dos indivíduos que procuram esta atividade. **Revista Digital Efdeportes**, 2005
- DETTINO, S. Jr. **Valores de Ligação no Comportamento de Consumo: Um estudo exploratório sobre a prática da dança de salão no Rio de Janeiro.** Dissertação, Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro, Programa De Pós-Graduação em Administração Da Puc-Rio, 2008.
- DISHMAN, R. K. Exercise adherence: Its Impact on public health. **Champaign: Human Kinetics**, 1998.
- DOMINCIANO, A. N.; SILVA, F. H. **Projeto Dançando na Escola.** Anais do II Seminário de Metodologia de Ensino de Educação Física da Faculdade de Educação da USP. São Paulo, 2008.
- DOMINCIANO, A. N.; MARCELLI, F. O. R. A inclusão da dança de salão nas aulas de Educação Física do Ensino Fundamental II. **Revista Interfaces – ensino, pesquisa e extensão**, v. 1, n.1, 2009.
- FALSARELLA, A. P.; AMORIM, D. B. A importância da dança no desenvolvimento psicomotor de crianças e adolescentes. **Conexões**, Campinas, SP, v. 6, p. 306-317, ago. 2008.
- FERNANDEZ, D. F. **Importância Da Flexibilidade Na Coluna Vertebral Para A Dança Zouk: Estudo Bibliométrico.** Monografia. Universidade do Sul de Santa Catarina, Palhoça, Santa Catarina, 2012
- FERREIRA, F. R. **A intervenção da dança em mulheres pós-tratamento de câncer de mama e sua relação com a qualidade de vida.** 2012. 74 f. Dissertação (Mestrado) – Curso de Gerontologia Biomédica, Departamento de Instituto de Geriatria e Gerontologia, Pontífica Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2012.

FLORIÃO, L. Para Quem Gosta de Lambada e Zouk. In: PERNA, Marco Antonio. **200 Anos de Dança de Salão no Brasil**. Rio de Janeiro: Amaragão Edições de Periódicos, 2011.

FLORIÃO, L. **Rio ou São Paulo: afinal de contas, onde nasceu a dança Zouk?**. 2013. Disponível em: < <http://www.planetzouk.net/blog/?tag=luis-floriao>>. Acesso em: 6 abr. 2018.

FONSECA, C. C.; VECCHI, R. L., GAMA, E. F. A influência da dança de salão na percepção corporal. **Revista Motriz**, Rio Claro, v.18 n.1, p.200-207, jan./mar. 2012.

FONSECA, C.C.; GAMA, E.F. **Esquema Corporal, Imagem Corporal e Aspectos Motivacionais na Dança de Salão**. 89 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Faculdade de Educação Física, Universidade São Judas Tadeu, São Paulo, 2008.

FUHRMANN, I. D. **Por que eu danço, por que tu danças, por que ele dança? Um estudo sobre estratégias sociais em contexto escolar de educação complementar**. 2008. 182 f. Dissertação (Mestrado em Educação) – Programa de Pós-Graduação em Educação, Universidade Regional de Blumenau, 2008.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

HAAS, J. G. **Anatomia da dança**. Tradução Paulo Laino Cândido. Barueri, São Paulo: Manole, 2011.

HAYNES R. B. **Determinants of compliance: The disease and the mechanics of treatment**. Baltimore MD, Johns Hopkins University Press, 1979.

MACHADO, Z. et al. Qualidade de vida dos praticantes de dança de salão. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, Pelotas, v.17, n.1, p.39-45, fev. 2012.

MAIA, M. A. C. et al.. Estudo comparativo da agilidade entre praticantes de Dança de Salão, **Sábios Revista de Saúde e Biologia**, Campo Mourão, v. 2, n.2, 2007.

MARRONI, P. C. T.; FEIJÓ, M. O Zouk como estratégia para a mediação da dança no ensino formal e não formal. **Revista Digital EFDeportes**, Buenos Aires, v. 17, n. 170, jul. 2012.

MELO, A. **Baila Floripa – No Cenário da Dança de Salão Brasileira**. Florianópolis: Copiart, 2012

MENESTRINA, E. **Educação física e saúde**. 3. ed. rev. e ampl. Ijuí, RS: UNIJUÍ, 2005.

MORALES, J. C. **Iniciação, aderência e abandono nos programas de exercícios físicos oferecidos por academias de ginástica na região de Joinville**. 2002. Dissertação de Mestre em Educação Física, Atividade Física Relacionada à Saúde. Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2002.

MARTINS, M. C. **O Papel dos Professores de Educação Física na Permanência dos Alunos em uma academia da Cidade de São Leopoldo.** Rio Grande do Sul: Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul. 2008. 38f. Trabalho de conclusão de curso, Faculdade de Educação Física e Ciências do Desporto, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2008

MORGADO, F. F. R.; CAMPANA, A. N. N. B.; MORGADO, J. J. M.; FORTES, L. S.; TAVARES, M. C. G. C. F. Facilitadores e barreiras percebidos por pessoas com cegueira congênita para a prática de atividade física. **Revista Brasileira de Educação Especial.** Marília, v. 19, n. 3, p. 379-394, 2013.

MURCIA, J. A. M.; COLL, D.G.C. A permanência de praticantes em programas aquáticos baseada na teoria da autodeterminação. **Fitness & Performance Journal**, v.5, n.1, p 5-10, 2006.

NASCIMENTO G.Y, SORIANO J.B, FÁVARO PE. A perspectiva do erro e a avaliação das consequências da intervenção profissional em educação física: uma análise de conteúdo. **Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum** 2007.

PEDRO, D.L.. **Motivos de adesão e aderência ao treinamento funcional orientado no município de criciúma – SC.** 2013, 32f. TCC (Curso de Educação Física) – Universidade do Extremo Sul Catarinense, Criciúma, 2013.

OURIQUES, I.C. et.al. Adesão e Permanência no Projeto de Dança educacional da Secretaria Municipal de São José. **Revista Digital EFDeportes**, Buenos Aires, v. 13, n. 119, abr. 2008.

PEDRO, D. L. **Motivos de adesão e aderência ao treinamento funcional orientado no município de Criciúma – SC.** 2013, 32f. TCC (Curso de Educação Física) – Universidade do Extremo Sul Catarinense, Criciúma, 2013.

PERNA, M. A. **Samba de gafeira: a história da dança de salão brasileira.** 2. ed. Rio de Janeiro, 2001.

PIERIN, A. M. G.; STRELEC, M. A. A. M.; MION J. D. O desafio do controle da hipertensão arterial e a adesão ao tratamento. **Hipertensão arterial: uma proposta para o cuidar.** São Paulo: Ed. Manole, p. 275-289, 2004.

RAMOS, J.H. **Determinantes de adesão, manutenção e desistência de um programa de prevenção e reabilitação cardiovascular.** Monografia (Trabalho de conclusão de curso de especialização). Santa Catarina, Centro de Desportos, Universidade Federal de Santa Catarina, 2000.

REGERT, A. B. **Perfil dos profissionais que ministram aulas de dança de salão em Florianópolis SC.** 2007. 114 f. TCC (Graduação) - Curso de Educação Física, Centro de Educação Física, Fisioterapia e Desportos, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2007.

RIED, B. **Fundamentos da Dança de Salão: programa internacional de dança de salão;** dança de salão internacional. Londrina: Midiograf, 2003.

RIED, B. **Fundamentos da Dança de Salão.** Londrina: Midiograf, 2004.

ROCHA, M. R., ALMEIDA C. M. Dança de Salão, Instrumento para a qualidade de vida. **Revista Movimento & Percepção**, Espírito Santo do Pinhal/SP, v.7, n.10, jan/jun. 2007.

ROTTIER, Kim. What is Brazilian zouk?.2010 Disponível em: <[http://www.zouknewyork.com/?page\\_id=389](http://www.zouknewyork.com/?page_id=389)>. Acesso em: 6 abr. de 2018

SABA, F. **Aderência: à prática do exercício físico em academias.** São Paulo: Manole, 2001.

SAMULSKY, D. M; NOCE, F. A importância da atividade física para a saúde e qualidade de vida: um estudo comparativo entre professores, alunos e funcionários da UFMG. **Rev. Bras. Ativ. Fís. Saúde**, v. 5, n. 1, 2000.

SANTOS, R. A.; BRAGANHOL, M. A.. Fatores motivacionais para a prática de dança em meninas. **Cinergis**, Santa Cruz do Sul, v. 10, n. 2, nov. 2010.

SANTOS, S. C.; KNIJNIK, J. D.. Motivos de adesão à prática de atividade física na vida adulta intermediária. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, v. 5, n. 1, 2006.

SOUZA, Bruna; LAVRINI, Bruna. Dança de salão atrai jovens. **Rudge Ramos Jornal**, São Paulo, out. 2010.

SPERLING, A. P., MARTIN, K. **Introdução à psicologia.** São Paulo: Pioneira, 1999.

TONELLI, P. D. Dança de Salão: **Instrumento Para a Qualidade de Vida no Trabalho.** Fundação Educacional do Município de Assis (FEMA). Instituto Municipal de Ensino Superior de Assis (IMESA). Coordenadoria da Área de Ciências Gerenciais. Assis, 2007.

TORRI, R. **Estilo de Vida e Condições de Trabalho de Professores de Dança de Salão em Florianópolis e São José.** Monografia, Centro de Desportos, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, Santa Catarina, 2015.

VALLES, E. S. et.al. Adesão á prática de exercícios físicos em academias da região central de Várzea Grande. **Revista Digital EFDeportes**, Buenos Aires, v. 18, n. 188, 2014.

VIGITEL **Vigitel Brasil 2015 Saúde Suplementar: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico.** Estimativas sobre frequência e distribuição sociodemográfica de fatores de risco e proteção para doenças crônicas nas capitais dos 26 estados brasileiros e no Distrito Federal em 2015. 2016

WEINECK, J. **Adaptação como pré-requisito básico do treinamento esportivo**. Biologia do Esporte. Editora Manole, 2ª Edição, São Paulo, 2000.

ZAMONER, M. Conceitos e definição de Dança de Salão. **Revista Digital EFDeportes**, Buenos Aires, v. 17, n. 172. Setembro, 2012.

ZANIBONI, L.; CARVALHO, A. G. Dança de Salão: Uma Possibilidade de Linguagem. **Revista Conexões**, Campinas, v.5, n.1, 2007



## APÊNDICE A - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA  
CENTRO DE DESPORTOS  
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA



### TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Prezado(a) participante(a), você está sendo convidado(a) a participar da pesquisa **“FATORES MOTIVACIONAIS PARA ADESÃO E ADERÊNCIA DE PRATICANTES DO ZOUK BRASILEIRO EM FLORIANÓPOLIS”**. Esta pesquisa fará parte do trabalho de conclusão de curso em Educação Física da acadêmica Larissa Secco, orientado pelo professor Dr. Giovâni Firpo Del Duca. Esclarecemos que sua participação é totalmente voluntária, sendo assegurado o direito de não participação ou desistência por qualquer motivo, sem que isto acarrete qualquer ônus ou prejuízo. Sua participação é muito importante, e caso você aceite participar, favor assinar ao fim do documento, viabilizando assim a sua participação. Este estudo seguirá todos os princípios que estão descritos conforme a Resolução CNS 466/12.

O objetivo deste estudo é investigar os fatores motivacionais para adesão e aderência de praticantes de Zouk Brasileiro em Florianópolis. Este estudo é relevante, pois, os resultados que serão obtidos podem contribuir para a prática dos profissionais da área, no intuito de aprimorar todos os aspectos que contemplam uma aula de Zouk Brasileiro e proporcionar um aumento dos adeptos deste estilo em Florianópolis.

Caso você aceite participar deste estudo, será aplicado um questionário com 23 perguntas relacionadas aos motivos que tornaram possível sua adesão e aderência nas aulas do Zouk Brasileiro. A duração da pesquisa será o tempo necessário para responder a todas as perguntas do questionário. O respectivo questionário contém respostas abertas, de escolha única e de escala de importância, sendo que todas as perguntas devem ser respondidas manualmente. Neste sentido, embora o questionário tenha apenas 23 questões, há possível risco de cansaço ou aborrecimento ao responder as perguntas. De qualquer maneira, você poderá interromper o questionário a qualquer momento e/ou solicitar auxílio e esclarecimentos ao pesquisador.

Os dados obtidos por meio desta pesquisa serão confidenciais e não serão divulgados em nível individual, visando assegurar o sigilo de sua participação. O pesquisador responsável se compromete a tornar público nos meios acadêmicos e científicos os resultados obtidos de forma consolidada sem qualquer identificação de indivíduos participantes.

A legislação brasileira não permite que você tenha qualquer compensação financeira pela sua participação nesta pesquisa, porém você será ressarcido, caso haja necessidade devida às possíveis despesas. Além disso, caso você tenha algum prejuízo material ou imaterial do estudo, poderá solicitar indenização, de acordo com a legislação vigente.

Você receberá uma via deste termo, devendo ser guardado com cuidado, pois ele garante seus direitos como participante, além das principais informações de contatos contidas nele. Caso o(a) senhor(a) tenha dúvidas ou necessite de maiores esclarecimentos poderá entrar em contato com o pesquisador pelo telefone (49) 98838-1534 ou pelo e-mail larisecco@gmail.com.

### DECLARAÇÃO DO PARTICIPANTE

Eu, \_\_\_\_\_, concordo em participar da pesquisa **“FATORES MOTIVACIONAIS PARA ADESÃO E ADERÊNCIA DE PRATICANTES DO ZOUK BRASILEIRO EM FLORIANÓPOLIS”**, estando informado(a) sobre os objetivos, metodologia e benefícios previstos.

\_\_\_\_\_  
Assinatura do Participante

\_\_\_\_\_  
Assinatura do Pesquisador

Data: \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2018

## APÊNDICE B - Questionário



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA  
CENTRO DE DESPORTOS  
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA



### FATORES MOTIVACIONAIS DE ADESÃO E ADERÊNCIA NA PRÁTICA DO ZOUK BRASILEIRO

#### A – DADOS PESSOAIS

1. Qual é o seu **SEXO**?  
(1) Masculino (2) Feminino
2. Qual é a sua **IDADE**?  
\_\_\_\_\_anos.
3. Você é **Bolsista**?  
(1) Sim (2) Não
4. Qual é seu nível de **ESCOLARIZAÇÃO**?  
\_\_\_\_\_
5. Qual é seu **ESTADO CIVIL**?  
(1) Solteiro(a) (2) Casado(a)  
(3) Divorciado(a) (4) Viúvo(a)
6. Atualmente, você exerce alguma **ATIVIDADE PROFISSIONAL**?  
(1) Somente estuda (2) Somente trabalha  
(3) Estuda e trabalha ((4) Não estuda, nem trabalha

#### B – INFLUENCIA DA MODALIDADE NA MOTIVAÇÃO

7. Há quanto tempo você pratica o Zouk Brasileiro?  
\_\_\_\_\_ anos \_\_\_\_\_ meses
8. Quantas vezes por semana você pratica o Zouk Brasileiro?(somente aulas)  
\_\_\_\_\_
9. Quantas horas por semana você pratica Zouk Brasileiro? (somente aulas)  
\_\_\_\_\_
10. Você pratica outro(s) estilo(s) da dança de salão? Qual(is)? \_\_\_\_\_  
(1) Sim (2) Não



**11. Escolha entre as 5 alternativas abaixo, a que melhor se adequa ao seu nível de esforço após uma aula de Zouk:**

- (1) Mínimo                              (2) Baixo                              (3) Moderado  
 (4) Alto                                      (5) Máximo

**12. Você frequentemente faz aula com um par fixo?**

- (1) Sim              (2) Não

**13. Como você conheceu o Zouk?**

- (1) Assistiu a uma apresentação  
 (2) Conheceu o ritmo em um baile  
 (3) Viu na TV  
 (4) Viu na internet  
 (5) Conheceu na própria academia de dança  
 (6) Outro. Qual? \_\_\_\_\_

**14. Em relação aos motivos abaixo, o quanto cada um deles o motivou para ingressar no Zouk?**

**a) Indicação médica para atividade física**

- (0) Nada importante              (1) Pouco importante              (2) Importante              (3) Muito importante

**b) Convite de amigos e parentes**

- (0) Nada importante              (1) Pouco importante              (2) Importante              (3) Muito importante

**c) Estética**

- (0) Nada importante              (1) Pouco importante              (2) Importante              (3) Muito importante

**d) Morar perto**

- (0) Nada importante              (1) Pouco importante              (2) Importante              (3) Muito importante

**e) Condicionamento físico**

- (0) Nada importante              (1) Pouco importante              (2) Importante              (3) Muito importante

**f) Interesse pela modalidade**

- (0) Nada importante              (1) Pouco importante              (2) Importante              (3) Muito importante

**g) Outro. Qual?** \_\_\_\_\_

- (0) Nada importante              (1) Pouco importante              (2) Importante              (3) Muito importante

**15. Em relação aos motivos abaixo, o quanto cada um deles lhe atrai em uma aula de Zouk?**

**a) Movimentações**

- (0) Nada importante              (1) Pouco importante              (2) Importante              (3) Muito importante

**b) Músicas**

- (0) Nada importante              (1) Pouco importante              (2) Importante              (3) Muito importante

**c) Método de ensino dos professores**

- (0) Nada importante              (1) Pouco importante              (2) Importante              (3) Muito importante

**d) Socialização**

(0) Nada importante            (1) Pouco importante            (2) Importante            (3) Muito importante

**e) Outro. Qual?** \_\_\_\_\_

(0) Nada importante            (1) Pouco importante            (2) Importante            (3) Muito importante

**C – INFLUÊNCIA AMBIENTAL NA MOTIVAÇÃO**
**16. Em relação aos motivos abaixo, o quanto cada um interferiu na escolha do local de prática?****a) Recepção e atendimento**

(0) Nada importante            (1) Pouco importante            (2) Importante            (3) Muito importante

**b) Relacionamento com a turma**

(0) Nada importante            (1) Pouco importante            (2) Importante            (3) Muito importante

**c) Relacionamento com o professor**

(0) Nada importante            (1) Pouco importante            (2) Importante            (3) Muito importante

**d) Localização**

(0) Nada importante            (1) Pouco importante            (2) Importante            (3) Muito importante

**e) Estrutura física e condições materiais**

(0) Nada importante            (1) Pouco importante            (2) Importante            (3) Muito importante

**f) Valor da aula**

(0) Nada importante            (1) Pouco importante            (2) Importante            (3) Muito importante

**17. Em relação aos motivos abaixo, o quanto cada um interferiu na permanência no local de prática?****b) Recepção e atendimento**

(0) Nada importante            (1) Pouco importante            (2) Importante            (3) Muito importante

**b) Relacionamento com a turma**

(0) Nada importante            (1) Pouco importante            (2) Importante            (3) Muito importante

**c) Relacionamento com o professor**

(0) Nada importante            (1) Pouco importante            (2) Importante            (3) Muito importante

**d) Localização**

(0) Nada importante            (1) Pouco importante            (2) Importante            (3) Muito importante

**e) Estrutura física e condições materiais**

(0) Nada importante            (1) Pouco importante            (2) Importante            (3) Muito importante

**f) Valor da aula**

(0) Nada importante            (1) Pouco importante            (2) Importante            (3) Muito importante

<b>D – BARREIRAS DA PRÁTICA DO ZOUK BRASILEIRO</b>
--

**18. Você consegue realizar as movimentações ensinadas?**

(0) Nunca                      (1) Às vezes                      (2) Quase sempre                      (3) Sempre

**19. Você se sente constrangido na frente da turma?**

(0) Nunca                      (1) Às vezes                      (2) Quase sempre                      (3) Sempre

**20. Você consegue entender as instruções do(a) professor(a)?**

(0) Nunca                      (1) Às vezes                      (2) Quase sempre                      (3) Sempre

**21. Você sente algum impedimento físico/desconforto/dor durante a prática?**

(0) Nunca                      (1) Às vezes                      (2) Quase sempre                      (3) Sempre

**22. Você se sente excessivamente tonto(a) durante a prática?**

(0) Nunca                      (1) Às vezes                      (2) Quase sempre                      (3) Sempre

**24. Você sente algum outro tipo de dificuldade na prática do Zouk?**

(1) Sim    (2) Não                      Se sim, qual? \_\_\_\_\_

## APÊNDICE C – Carta Convite



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA  
CENTRO DE DESPORTOS  
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA



Sr. \_\_\_\_\_

Florianópolis, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2018

**Proprietário administrativo da empresa \_\_\_\_\_.**

A graduanda, Larissa Secco, matriculada no curso de Educação Física Bacharelado, da Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC, deseja desenvolver o projeto de pesquisa nomeado **“FATORES MOTIVACIONAIS PARA ADESÃO E ADERÊNCIA DE PRATICANTES DO ZOUK BRASILEIRO EM FLORIANÓPOLIS”**, que envolve o trabalho de conclusão de curso de graduação, sob orientação do professor Dr. Giovani Firpo Del Duca. Com isso, solicitamos autorização da Vossa Senhoria para realizar a coleta de dados na academia \_\_\_\_\_.

O presente estudo tem como objetivo investigar os fatores motivacionais para adesão e aderência de praticantes de Zouk Brasileiro em Florianópolis.

A coleta de dados acontecerá por meio de um questionário, aplicado em alunos e bolsistas de turmas de Zouk Brasileiro. Com isso, assume-se o compromisso de utilizar os dados obtidos apenas para fins científicos, assim como dispor os resultados obtidos para esta instituição.

Tendo conhecimento de vossa colaboração para execução deste estudo, agradecemos antecipadamente a atenção concedida e colocamo-nos à disposição para quaisquer esclarecimentos.

Atenciosamente,

---

Acadêmica Larissa Secco  
(49) 98838-1534  
larissecco@gmail.com

---

Prof. Dr. Giovani Firpo Del Duca  
(48) 99988-6944  
gfdelduca@gmail.com

**APÊNDICE D – Declaração de Participação**

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA  
CENTRO DE DESPORTOS  
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA



---

**DECLARAÇÃO**

Eu, \_\_\_\_\_, declaro para os devidos fins e efeitos legais que, objetivando atender as exigências para a obtenção de parecer do Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos, e como representante legal da instituição \_\_\_\_\_, tomei conhecimento do projeto de pesquisa: **“FATORES MOTIVACIONAIS DE ADESÃO E ADERÊNCIA NA PRÁTICA NO ZOUK BRASILEIRO NO BAIRRO TRINDADE EM FLORIANÓPOLIS-SC”**, do pesquisador responsável e orientador Dr. Giovani Firpo Del Duca, e cumprirei os termos da Resolução CNS 466/12 e suas complementares, e como esta instituição tem condição para o desenvolvimento deste projeto, autorizo a sua execução nos termos propostos.

Florianópolis, \_\_\_/\_\_\_/2018

---

**Proprietário Administrativo**

## ANEXO A: Aceite Comitê de Ética

UNIVERSIDADE FEDERAL DE  
SANTA CATARINA - UFSC



### PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

#### DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

**Título da Pesquisa:** Fatores motivacionais para adesão e aderência de praticantes do zouk brasileiro em Florianópolis-SC

**Pesquisador:** GIOVANI FIRPO DEL DUCA

**Área Temática:**

**Versão:** 2

**CAAE:** 00663518.1.0000.0121

**Instituição Proponente:** Universidade Federal de Santa Catarina

**Patrocinador Principal:** Financiamento Próprio

#### DADOS DO PARECER

**Número do Parecer:** 3.027.666

#### Apresentação do Projeto:

Trabalho de Conclusão de Curso de Larissa Secco apresentado ao Curso de Educação Física do Departamento de Educação Física, orientado por Giovâni Firpo Del Duca. A população alvo deste estudo serão alunos de Zouk Brasileiro de academias de dança de salão localizadas em Florianópolis/SC e associadas a ACDS – Associação Catarinense de Dança de Salão, que oferecem o estilo em sua grade de aulas. Serão convidados a participar do estudo todos os alunos das turmas de Zouk (incluindo bolsistas), maiores de 18 anos, de ambos os sexos e que estejam matriculados e frequentando as aulas. Estão previstos 100 participantes. Será utilizado como instrumento de pesquisa um questionário estruturado auto aplicável contendo 23 questões abertas, escolha única e por escala de importância, distribuídas nos seguintes blocos: (a) Dados Pessoais, (b) Influência da Modalidade na Motivação, (c) Influência Ambiental na Motivação, (d) Barreiras da Prática do Zouk Brasileiro.

#### Objetivo da Pesquisa:

Objetivo primário:

Investigar os fatores motivacionais para adesão e aderência de praticantes do Zouk Brasileiro em Florianópolis/SC.

Objetivo Secundário:

**Endereço:** Universidade Federal de Santa Catarina, Prédio Reitoria II, R: Desembargador Vitor Lima, nº 222, sala 401  
**Bairro:** Trindade **CEP:** 88.040-400  
**UF:** SC **Município:** FLORIANOPOLIS  
**Telefone:** (48)3721-6094 **E-mail:** cep.propesq@contato.ufsc.br

Continuação do Parecer: 3.027.866

Descrever o perfil sócio demográfico dos praticantes do Zouk Brasileiro em Florianópolis; Identificar as características de tempo de prática, frequência semanal e intensidade do Zouk Brasileiro para seus adeptos; Descrever os principais motivos pessoais e ambientais para adesão e aderência à prática do Zouk Brasileiro; Analisar as principais barreiras para a aderência à prática do Zouk Brasileiro.

**Avaliação dos Riscos e Benefícios:**

Adequada no projeto e no TCLE.

**Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:**

Sem considerações adicionais.

**Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:**

Folha de rosto assinada pelo pesquisador responsável e pelo subcoordenador dos cursos de graduação em educação física. Modelo de declaração do responsável pela academia no projeto não traz menção ao compromisso com a res. 466/12, mas as declarações assinadas (6 academias) estão adequadas. O orçamento informa de despesas R\$ 250,00 com financiamento próprio. O cronograma informa que a coleta de dados ocorreria a partir de fevereiro de 2019. O TCLE está bem redigido, é esclarecedor quanto aos objetivos, procedimentos e riscos da pesquisa e cumpre essencialmente todas as exigências da res. 466/12.

**Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:**

Sem pendências.

**Considerações Finais a critério do CEP:**

**Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:**

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1209223.pdf	06/11/2018 21:42:06		Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE.docx	06/11/2018 21:41:00	GIOVANI FIRPO DEL DUCA	Aceito
Declaração de Instituição e	autorizacao_instituicao.docx	26/09/2018 15:17:16	GIOVANI FIRPO DEL DUCA	Aceito

**Endereço:** Universidade Federal de Santa Catarina, Prédio Reitoria II, R: Desembargador Vítor Lima, nº 222, sala 401  
**Bairro:** Trindade **CEP:** 88.040-400  
**UF:** SC **Município:** FLORIANOPOLIS  
**Telefone:** (48)3721-6094 **E-mail:** cep.propesq@contato.ufsc.br



UNIVERSIDADE FEDERAL DE  
SANTA CATARINA - UFSC



Continuação do Parecer: 3.027.666

Infraestrutura	autorizacao_instituicao.docx	26/09/2018 15:17:16	GIOVANI FIRPO DEL DUCA	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	autorizacao_assinadas.pdf	26/09/2018 15:16:59	GIOVANI FIRPO DEL DUCA	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	carta_convite.docx	13/09/2018 18:24:38	GIOVANI FIRPO DEL DUCA	Aceito
Outros	questionario.docx	05/09/2018 16:23:04	Willen Tozetto	Aceito
Folha de Rosto	folha_de_rosto.pdf	28/08/2018 13:12:59	Willen Tozetto	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto.docx	27/08/2018 21:54:46	Willen Tozetto	Aceito

**Situação do Parecer:**

Aprovado

**Necessita Apreciação da CONEP:**

Não

FLORIANOPOLIS, 20 de Novembro de 2018

---

**Assinado por:**  
**Maria Luiza Bazzo**  
**(Coordenador(a))**

**Endereço:** Universidade Federal de Santa Catarina, Prédio Reitoria II, R: Desembargador Vitor Lima, nº 222, sala 401  
**Bairro:** Trindade **CEP:** 88.040-400  
**UF:** SC **Município:** FLORIANOPOLIS  
**Telefone:** (48)3721-6094 **E-mail:** cep.propesq@contato.ufsc.br