

UNIVERSIDADE FEDERAL DO AMAZONAS  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO STRICTO SENSU  
MESTRADO EM CIÊNCIAS DA SAÚDE

BÁRBARA PROENÇA BUOSI

**BARREIRAS E FACILITADORES PARA A PRÁTICA DA ATIVIDADE FÍSICA EM  
PESSOAS TRANSGÊNERO**

Manaus/AM

2023

BÁRBARA PROENÇA BUOSI

BARREIRAS E FACILITADORES PARA A PRÁTICA DA ATIVIDADE FÍSICA EM  
PESSOAS TRANSGÊNERO

Dissertação apresentada como  
requisito final para obtenção do  
grau de Mestre no Programa de  
Pós-Graduação em Ciências da  
Saúde.

Orientador: Dr. Mateus Rossato

Manaus/AM

2023

*Dedico este trabalho a meus pais, Liliane e Ailton Buosi, e ao Emanuel Queiroz por não pouparem seus esforços em me apoiar, bem como me acolherem em meus momentos de fragilidade.*

“Ninguém nasce mulher: torna-se mulher. (...) Entre meninas e meninos, o corpo é, primeiramente, a irradiação de uma subjetividade, o instrumento que efetua a compreensão do mundo: é através dos olhos, das mãos e não das partes sexuais que apreendem o universo.” BEAUVOIR, S. O segundo sexo – II A experiência vivida. Divisão européia do livro, São Paulo, 1967.

## AGRADECIMENTOS

Inicialmente gostaria de dedicar meus agradecimentos às instituições apoiadoras, com grande destaque a Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado do Amazonas (FAPEAM), a qual sempre suportou seus pesquisadores para que tenham condições de custear e executar seus projetos, onde sem este apoio seria irreal concluir este trabalho de mestrado. À Universidade Federal do Amazonas (UFAM) por oferecer ensino, estrutura e profissionais capacitados, os quais proporcionaram a mim toda experiência que obtive dentro do campus, assim como o Programa de Pós-graduação em Ciências da Saúde, o qual ofereceu apoio multidisciplinar e abriu suas portas para a pesquisa em questão.

Aos professores, agradeço a meu orientador Dr. Mateus Rossato por acreditar no meu “jabuti”, nome amistoso dado aos projetos de pesquisa pessoais, e oferecer suporte, resiliência e palavras amigas durante os percalços que a pesquisa enfrentou. Aqui fica meu muito obrigada por esses momentos e também pela paciência que só um orientador sabe que enfrenta. Aos membros da banca Dr. Fernando L. Cardoso, por sua incrível aula de gênero e sexualidade e sugestões no momento da qualificação, trazendo perspectivas renovadoras para o projeto, assim como o Dr. Rafael de O. Alvim, com suas ponderações certeiras quanto a metodologia utilizada.

Ao professor da Universidade de Valência Dr. José Devís-Devís por seu apoio ao compartilhar e disponibilizar sua pesquisa e questionário para ser adaptado ao público brasileiro, e ao Prof. Dr. Jhonnata B. de Carvalho por sua dedicação e agilidade no manuseio dos dados da pesquisa, disponibilizando-se a atender e esclarecer minhas dúvidas que surgiram no decorrer da computação dos dados.

Aos revisores, M.Sc Bernardo M. da Silva e Lorenzo M. R. Luz, colegas de profissão e amigos pessoais, por suas opiniões sinceras e disponibilização de tempo e atenção ao revisarem o questionário, aprimorando-o e ressaltando a importância de membros da comunidade estarem inseridos na execução de trabalhos com populações específicas.

Aos laboratórios, Laboratório de Estatística ICE/UFAM por apoiar pesquisadores e com maestria oferecer suporte à análises de dados, e ao Laboratório de Estudo do Desempenho Humano por sua infraestrutura para reuniões, salas de estudo e acolhimento.

Aos colegas de mestrado que tiveram sua presença marcada durante as aulas, nos grupos e também como ombros amigos. Thalyson, Talyne, Yana, Raisa, Gabriela, Lorena, Rebeca, Liana e Ejandre, vocês foram fundamentais nesse processo.

A todos os acima citados e os que carrego na memória, meu sincero muito obrigada!

# **BARREIRAS E FACILITADORES PARA A PRÁTICA DA ATIVIDADE FÍSICA EM PESSOAS TRANSGÊNERO**

Bárbara Proença Buosi

ABRIL, 2023

Orientador: Dr. Mateus Rossato

Área de Concentração: Ciências da Saúde

Linha de Pesquisa: 3 - Gestão, ética/bioética e tecnologia em saúde

Palavras-chave: Transexual; Exercício Físico, Análise Fatorial.

## **RESUMO**

A população possui barreiras e facilitadores para alcançar níveis adequados de atividade física (AF) em suas rotinas. As barreiras dificultam a participação, enquanto os facilitadores promovem a adesão à AF. Pensando na população transgênero (TG) que apresenta características específicas, tornou-se necessário identificar quais seriam esses fatores. Caracterizado como um estudo epidemiológico transversal, com coleta de 2022/2. A análise contou com estatística descritiva, análise fatorial e teste de Kaiser-Meyer-Olkin. A consistência interna da escala foi monitorada por alfa de Cronbach, demonstrando alta confiabilidade do estudo. Foi aplicado um questionário online. Participaram 28 indivíduos maiores de 18 anos, que se identificam como TG e residem no Brasil. Com as seguintes características: 50% homens transgêneros, 67,9% com idade inferior a 30 anos, 60,7% de etnia parda, 85,7% solteiros, 57,1 % com ensino médio completo e 60,7% com renda de até três salários mínimos. As principais barreiras identificadas foram a falta de envolvimento dos amigos em AF, a falta de sensibilidade dos profissionais e a falta de divulgação inclusiva LGBTQ+. Por outro lado, os principais facilitadores foram o desejo de ter um corpo ativo e saudável e o apoio de amigos e familiares. Não foi observada uma relação direta entre escolaridade e renda com a adesão à prática de AF. Destacando-se assim a importância do apoio recebido de amigos, familiares e profissionais, bem como a divulgação de centros esportivos inclusivos para a comunidade LGBTQ+, a fim de promover o crescimento contínuo da prática de AF entre a população TG.

## **LISTA DE ILUSTRAÇÕES**

Figura 1 – Página inicial do perfil institucional da rede social Facebook.

Figura 2 – Página inicial do perfil institucional da rede social Instagram.

Figura 3 – Página inicial do perfil institucional da rede social Twitter.

Figura 4 – Representação da bandeira adotada pela população transgênero para representar sua identidade.

Figura 5 – Infográfico para veiculação do link que redirecionava para a página da pesquisa.

Figura 6 – Imagem de compartilhamento para status do *WhatsApp* e *stories* do Instagram.

Figura 7 – *Box-plot* entre o escore de barreiras e a escolaridade.

Figura 8 – *Box-plot* entre o escore de barreiras e a renda.

Figura 9 – *Box-plot* entre o escore de facilitadores e a escolaridade.

Figura 10 – *Box-plot* entre o escore de facilidade e a renda.

## **LISTA DE TABELAS**

Tabela 1 – Caracterização dos sujeitos.

Tabela 2 – Renda e usufruto dos participantes.

Tabela 3 – Nível de atividade física do sujeito.

Tabela 4 – Coeficiente de confiabilidade para as escalas.

Tabela 5 – Média, desvio padrão e carga fatorial da AF em barreiras.

Tabela 6 – Média, desvio padrão e carga fatorial da análise fatorial nos facilitadores para a prática de AF.

Tabela 7 – Resumo do teste de Mann-Whitney para as comparações dos escores.

## **LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS**

AF – Atividade física

H1 – Hipótese 1

H2 – Hipótese 2

KMO – Kaiser-Meyer-Olkin

TCLE – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

TG – Transgênero

VIGITEL – Secretaria de Vigilância em Saúde

WHO – Organização Mundial da Saúde

## SUMÁRIO

1. APRESENTAÇÃO .....	13
2. INTRODUÇÃO .....	14
3. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA .....	15
FATORES QUE INFLUENCIAM A PRÁTICA DA ATIVIDADE FÍSICA.....	15
Social .....	16
Econômica.....	16
Pessoais.....	17
Ambiental .....	17
A ESCOLHA DA POPULAÇÃO .....	18
A quebra da binaridade .....	19
Compreendendo o “T” do LGBTQ+ .....	20
4. JUSTIFICATIVA .....	22
5. HIPÓTESES.....	23
6. OBJETIVOS .....	23
Objetivo Geral.....	23
Objetivos Específicos.....	23
7. MÉTODOS .....	23
Caracterização do estudo .....	24
Seleção dos participantes.....	24
Instrumento de coleta de informações .....	24
Procedimentos metodológicos de divulgação .....	26
Acesso ao questionário.....	29
Análise estatística.....	30
Critérios de inclusão .....	30
Critérios de exclusão .....	30
8. RESULTADOS .....	31
9. DISCUSSÃO .....	39
10. CONCLUSÕES .....	42
REFERÊNCIAS .....	43
APÊNDICE A .....	50
Questionário aplicado .....	50

APÊNDICE B .....	51
Termo de consentimento livre e esclarecido .....	51
APÊNDICE C .....	52
Trabalhos desenvolvidos e relacionados com a pesquisa - Capítulo de livro publicado .....	52
ANEXO A.....	53
Parecer do comitê de ética .....	53
ANEXO B.....	54
Questionário BPASQ-LGBTQ+ (Barriers to Physical Activity and Sport Questionnaire for LGBTQ+) de Úbeda-Colomer et al. (2020) .....	54

## **1. APRESENTAÇÃO**

A vigente dissertação de mestrado, intitulada “Barreiras e facilitadores para a prática da atividade física em pessoas transgênero”, está vinculada à linha de pesquisa “Gestão, ética/bioética e tecnologia em saúde”, do Programa de Pós-Graduação em Ciências da Saúde (PPGCIS) pela Universidade Federal do Amazonas (UFAM). O estudo realizado é aprovado pelo Comitê de Ética (CEP) sob nº 5.352.824; CAAE 55739122.6.0000.5020, e foi conduzido junto ao Laboratório de Estudo do Desempenho Humano (LEDEHU). A mestranda possuiu apoio da por meio de bolsa junto a Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado do Amazonas (FAPEAM).

Inicialmente, serão identificados os aspectos teóricos relacionados ao conteúdo da dissertação através de tópicos, a começar pelos fatores que influenciam a prática de atividades físicas, indo a dos termos das variantes do sexo biológico, identidade de gênero, orientação sexual/sexualidade. Fazendo-se necessário para que se haja a compreensão do qual momento a comunidade se insere. Expondo assim a hipótese de como isso é afetado para a comunidade transgênero, passando para os métodos utilizados na aplicação de um questionário e chegando ao então resultados sua discussão e findando na conclusão.

## 2. INTRODUÇÃO

A Organização Mundial da Saúde (WHO, 2020) recomenda que para a manutenção do bem estar de jovens e adultos é necessária a realização de atividades físicas (AF) semanais de no mínimo 150 minutos em intensidade moderada. No entanto, a Secretaria de Vigilância em Saúde (VIGITEL, 2021) traz dados nos quais 47,2% da população brasileira, com idade superior a 18 anos de ambos os sexos, não alcançam níveis suficientes de prática de AF. Nesse sentido, diferentes estratégias devem ser elaboradas, para atrair novos praticantes e para aumentar a aderência dos que já realizam.

Para um melhor entendimento, dois conceitos que possuem ideias opostas surgem, sendo eles as barreiras e facilitadores. Barreiras são fatores que dificultam ou impedem a iniciação/manutenção com a prática de atividade física. Já os facilitadores são fatores que contribuem para a adesão e aderência (GRANDE & SILVA, 2014).

No Brasil, investigações têm sido feitas avaliando os impactos das barreiras e facilitadores em diferentes grupos (SERON, ARRUDA & GREGUOL, 2015; KRUG, LOPES & MAZO, 2015; JUNG, MARQUES & KALINOSKI, 2017; GONÇALVES *et al.*, 2019; SILVA *et al.*, 2020). Estudos semelhantes também tem sendo desenvolvidos no exterior (ZABATIERO *et al.*, 2016; GLOWACKI *et al.*, 2017; KANAVAKI *et al.*, 2017; ABDELGHAFAR *et al.*, 2019; WRIGHT *et al.*, 2019). No entanto, no melhor de nosso conhecimento não foram encontrados na literatura nacional estudos que tivessem avaliado tais barreiras e facilitadores na população transgênero (TG).

Indivíduos TG são aqueles que não se reconhecem junto ao gênero que lhes foi conferido inicialmente ao nascimento, sendo um termo guarda-chuva, pois a partir dele surgem outras expressões. Estima-se que indivíduos com diversidade de gênero, aqueles que não são cisgêneros, variam entre 0,1 e 2% da população (GOODMAN *et al.*, 2019) e conseqüentemente, totalizando quase 3 milhões no Brasil (SPIZZIRRI *et al.*, 2021). Dentro da população TG, não sendo uma regra, existem aqueles que sentem a necessidade de realizarem cirurgias ou hormonização para modificação corporal. Desta forma há a supressão de hormônios endógenos e a substituição por hormônios consistentes com o gênero afirmado (RADIX, 2019) acarretando em

mudanças biopsicossociais que influenciam diretamente a quantidade de barreiras para a prática de AF e conseqüentemente colaborado para os baixos níveis de inserção dessa população (KLAVER *et al.*, 2018).

Esses dados fazem surgir a indagação de quais seriam os motivos para não haver índices melhores da prática de AF entre TG. As evidências existentes (JONES *et al.*, 2017) apontam que o constrangimento, a ansiedade com as reações de outros indivíduos, esportes de equipe que não os aceitassem, ambientes de vestiários, chuveiros sem divisórias e roupas esportivas geralmente mais marcadas no corpo são ditas como possíveis barreiras para a prática de AF. Por outro lado, fatores como ambientes mais seguros, com espaços onde já estejam inseridos outros TG e também colegas e treinadores que não permitam atos transfóbicos tem sido apontado como sendo facilitadores para a prática de AF. Apesar desses achados fornecerem evidências robustas, Bauman *et al.* (2012) acredita que se deve explorar outros fatores influenciadores na participação em AF, como até mesmo os quesitos econômicos. Nesse sentido, surgiram as seguintes perguntas “Quais são os fatores que levam esta população brasileira a praticarem ou deixarem de praticar exercícios físicos?” e “Esses fatores teriam ligação com a sua individualidade socioeconômica?”.

### **3. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA**

#### **FATORES QUE INFLUENCIAM A PRÁTICA DA ATIVIDADE FÍSICA**

A AF é uma prática que envolve muito além do que exercício propriamente. Ela também está profundamente interligada a fatores que propiciem a fomentação dessa e de acordo com Alencar *et. al.* (2011) existem condições determinantes para a obtenção de níveis satisfatórios de AF, sendo elas: intrínsecas e extrínsecas ao indivíduo e divididas entre obstáculos e estímulos.

Os fatores intrínsecos são baseados no que tange o interno do indivíduo, já os extrínsecos são as condições externas, estando além de seus esforços. E os obstáculos também são denominados como barreiras que podem limitar o acesso e a participação no esporte, assim como os estímulos são os facilitadores.

Estas condições internas e externas possuem influências de diferentes áreas, para se haver melhor compreensão são alocadas em grupos: Social, Ambiental, Pessoal (CHRISTOFOLETTI, *et al.*, 2022) e Econômica. A seguir tais aspectos serão abordados para maior compreensão de suas repercussões no indivíduo.

## **Social**

A influência social está interligada ao incentivo dos familiares e amigos como também na companhia para realizar AT, sendo um fator crucial que pode afetar tanto quanto a motivação, a confiança e a habilidade dos participantes (CHRISTOFOLETTI, *et al.*, 2022).

Isto pode ser visto de acordo com CAVALLO *et al.* (2014) no fator da presença física, ou até mesmo de forma virtual, da família e amigos na AF, constatando que esses desempenham um papel significativo em incentivar e apoiar a prática regular de AF. Seja através de motivação, apoio, exemplo ou companhia, eles podem ajudar o indivíduo a alcançar seus objetivos de saúde e bem-estar, consistindo assim em um facilitador para permanência em práticas esportivas.

Podendo também ter o caráter oposto, de barreiras, quando se há a pressão ou falta de apoio dos pais e o comportamento dos colegas de equipe. Sendo cobrados para que sejam bem-sucedidos nos esportes, levando-os a se sentirem frustrados e desmotivados quando não conseguem atingir essas expectativas (SMOLL, SMITH & CUMMING, 2007; PERIM, *et al.*, 2015)

## **Econômica**

Os fatores econômicos se associam à ocupação, renda financeira, o acesso a recursos e disponibilidade de tempo, afetando a capacidade e o desempenho de um indivíduo na prática de AF.

A prática de esportes pode envolver a compra de equipamentos e acessórios. A falta de recursos financeiros acaba tornando-se um empecilho para a realização, onde indivíduos mais pobres e com maiores cargas de estudo e trabalho também têm menos oportunidades de participar em atividades esportivas organizadas (FONTES & VIANNA, 2009).

Instalações esportivas e treinamento especializado exigem o pagamento de aulas e taxas de participação em competições. Além disso, a disponibilidade desses

recursos pode variar dependendo da região geográfica, o que pode levar a desigualdades no acesso a oportunidades esportivas (JAKUBOWSKA, 2018).

O nível de energia e a disposição de uma pessoa também são influenciados pelo fator financeiro. Baixos níveis de energia, fadiga, indisposição física ou problemas de sono podem afetar a capacidade de uma pessoa em se engajar em atividades físicas, mesmo que tenha a motivação e intenção de fazê-lo, sob a condição dos assalariados que possuem altas cargas horárias e maiores demandas no trabalho, deixando seu tempo livre para outros tipos de atividades (CHRISTOFOLETTI, *et al.*, 2022).

### **Pessoais**

Os fatores comportamentais também desempenham um papel dentro da prática da atividade física. As escolhas, atitudes e comportamentos de um indivíduo afetam diretamente a participação regular e consistente em atividades físicas. A escolha se reflete até mesmo na associação esportiva que o praticante se envolve (MORENO *et al.*, 2006).

Bem como a motivação é o ator que envolve diretamente a confiança do indivíduo. A motivação pode ser intrínseca, como o prazer e a satisfação de se exercitar, ou extrínseca, como a busca por recompensas externas, elogios ou reconhecimento. A presença de uma motivação adequada pode aumentar a probabilidade de um indivíduo se engajar em atividades físicas regularmente (MORENO *et al.*, 2006).

Há também o comportamento dos treinadores e a maneira que se comunicam com os atletas, podendo atuar diretamente na motivação, desempenho e satisfação desse. Uma comunicação clara e efetiva pode ajudar a estabelecer metas e expectativas, bem como fornecer feedback construtivo e incentivar o desenvolvimento dos atletas (ROAS, 2011).

### **Ambiental**

Enquanto os demais fatores podem haver a mescla de condições determinantes, os ambientais são absolutamente extrínsecos, podendo facilitar como dificultar a sua realização da AF. Instalações, clima, acesso e segurança são alguns

exemplos da gama de influências que ele pode apresentar (CHRISTOFOLETTI *et al.*, 2022).

A presença de instalações esportivas adequadas, como quadras, campos, pistas, academias, entre outros, é um fator chave para a prática esportiva. A falta dessas instalações pode dificultar a realização de atividades físicas, especialmente para aqueles que não têm acesso a recursos financeiros suficientes para frequentar academias ou clubes esportivos (CHOI *et al.*, 2017).

As condições climáticas têm grande impacto na AF, dias de muito calor ou frio extremo podem tornar a prática esportiva mais difícil. Além disso, chuvas fortes ou outras condições meteorológicas adversas podem impedir a realização de atividades físicas ao ar livre (DISHMAN, SALLIS; ORENSTEIN, 1985).

A segurança do ambiente em que se pratica esportes é outro fator relevante. Áreas com altas taxas de criminalidade ou locais com tráfego intenso, por exemplo, podem desencorajar as pessoas a saírem para praticar atividades físicas (FERREIRA *et al.*, 2007)

O acesso a transporte para aqueles que vivem em áreas rurais ou distantes de instalações esportivas. A falta de transporte pode impedir que as pessoas participem de atividades físicas, especialmente aquelas que não têm um carro ou transporte público acessível. E até mesmo a cultura e normas sociais em torno da prática esportiva também podem influenciar o seu sucesso (HOEHNER *et al.*, 2005).

## **A ESCOLHA DA POPULAÇÃO**

Elling-Machartzki (2017) e Klaver *et al.* (2018) expõem que o envolvimento de pessoas TG em programas de AF possui um baixo número de facilitadores, em oposição a um alto número de barreiras, influenciando diretamente no quantitativo desses praticantes em exercícios físicos.

Esses achados se apoiam no estudo de López-Cañada *et al.* (2020) que evidencia uma baixa prevalência de pessoas trans ativas fisicamente: reportam que entre os participantes da pesquisa (212 trans), 14,5 % dos participantes pararam de realizar atividade física após assumirem seu gênero e 10,6 % nunca estiveram inseridos em nenhuma prática esportiva. Enquanto o grupo que realizava AF, 50 % desses praticavam somente uma ou duas vezes na semana.

Esses estudos citados anteriormente são indicativos que se deve haver um olhar mais aguçado para a população referida e entender como esses fatores influenciam a população brasileira. Entretanto, faz-se necessário compreender as minuciosidades que o termo TG traz consigo, devido ao alto número de expressões e ideais contidos em si.

### **A quebra da binaridade**

A binaridade é a ideia de que existem apenas duas categorias de gênero: masculino e feminino, e que cada pessoa deve ser identificada e classificada em uma dessas duas esferas, de acordo com seu sexo biológico. Bem como só deve haver a atração sexual pelo sexo oposto do indivíduo (DE OLIVEIRA PREU & BRITO, 2019).

Essa visão limitada ignora a diversidade de expressões do ser humano, limitando sua pluralidade de identidade. Perpetuando a ideia de que a expressão do indivíduo deve estar ligada às expectativas socialmente construídas de comportamento e características associadas a cada um desses dois gêneros. O estudo sobre gênero e orientação sexual se encaixa exatamente nessa temática, trazendo ampliação da visão múltipla e fluída que é a sociedade (GROSSI, 1998).

Gênero é um conceito que se refere às características socialmente construídas, papéis, comportamentos e expectativas associadas a homens e mulheres em uma determinada sociedade, cultura e cognição (COLLING, 2018). Mas não somente isso, é um processo que está em constante mutação, não havendo início, meio e fim definidos, apenas fluídos ao longo da trajetória da vivência humana (BUTLER, 1999).

É importante entender que o gênero é diferente do sexo biológico, este refere-se às características físicas, como genitais, cromossomos e hormônios, que determinam se uma pessoa é considerada masculina ou feminina com base na anatomia (GROSSI, 1998).

Sendo assim é uma construção social e cultural que varia de acordo com o contexto onde está inserido, pois apesar de haver diferenças biológicas entre os sexos, a plasticidade cerebral também exerce um papel significativo na constituição de nossas diferenças de gênero (SILVA, BARBOSA & SOUZA, 2015).

As normas de gênero são transmitidas e internalizadas através da socialização, ou seja, do processo pelo qual as pessoas aprendem as expectativas de gênero de sua sociedade e as internalizam como partes pessoais (SILVA, BARBOSA & SOUZA,

2015). Isso inclui os papéis de gênero esperados, como as expectativas em relação ao comportamento, aparência, vestimenta, interesses, carreiras, relações afetivas, entre outros (BRICKELL, 2006).

Já a orientação sexual refere a uma parte essencial da identidade humana, que envolve a atração física, romântica, emocional e/ou sexual por outras pessoas, bem como as relações interpessoais e as práticas sexuais (COLLING, 2018). Estando presente em todos os aspectos da vida, incluindo a autoexpressão, o relacionamento interpessoal, a reprodução e a intimidade emocional. Também é influenciada por fatores biológicos, psicológicos, culturais e sociais e pode ser expressa de várias maneiras.

A orientação sexual pode variar ao longo de um espectro, sendo as categorias mais conhecidas o heterossexual – atração por pessoas do sexo oposto; o homossexual – atração por pessoas do mesmo sexo; e o bissexual – atração por pessoas de ambos os sexos. Além dessas categorias, também existem tantas outras orientações sexuais, como o assexual – ausência de atração sexual por outras pessoas (GROSSI, 1998).

Dessa maneira o termo LGBTQ+ surge para a representação de uma comunidade. Possuindo diferentes siglas aos longos dos anos e cada uma adotada por subgrupos dentro da comunidade, o principal objetivo é que haja a inclusão, normalização e aceitação da pluralidade de cada indivíduo (COLLING, 2018).

### **Compreendendo o “T” do LGBTQ+**

Compreende-se que pessoas cisgênero são aquelas que se identificam com o gênero que lhes foram atribuídas no nascimento em decorrência do seu órgão sexual, enquanto as TG não se reconhecem junto ao gênero que lhes foi conferido inicialmente ao nascimento, sendo também um termo guarda-chuva, pois a partir dele, surgem outras expressões, como por exemplo o termo “não-binário” que são indivíduos que não se identificam nem como gênero feminino, nem com o masculino, há também “travesti” (pessoa que se identifica com o feminino, mas não com o “ser mulher”. É uma identidade entre a binaridade e a não-binaridade).

A título de entendimento, alguns TG podem sentir a necessidade de realizar cirurgias ou hormonização para modificação corporal, não sendo uma regra, pois o

que valida sua condição é o entendimento interpessoal e não a estética corporal, desconstruindo a ideia de que um gênero só é válido pelo órgão sexual que o indivíduo possui. Anteriormente, os TG que optavam por realizar estes procedimentos de modificação corporal eram denominadas como “transexuais”, porém o termo caiu em desuso por se aplicar erroneamente o sufixo “sexual”, utilizado apenas para expressar a orientação.

No Brasil, os TG que almejam a realização da terapia de hormonização e a cirurgia podem iniciar o tratamento gratuitamente pelo Sistema Único de Saúde (CONSELHO NACIONAL DE SAÚDE, 2011) contudo, no Brasil existem poucos centros especializados nesse tipo de atendimento.

Como visto anteriormente, existem TG que apresentam disforia de gênero (a caracteriza-se por identificação forte e persistente com o gênero oposto associada a ansiedade, depressão, irritabilidade e muitas vezes a um desejo de viver como um gênero diferente do sexo do nascimento) e não se identificam totalmente ou parcialmente com suas características físicas (ARAÚJO, 2018).

O que os têm motivado a realizarem a terapia hormonal, a fim de adquirirem características sexuais normativas, o que inclui a supressão de hormônios endógenos e a substituição por hormônios consistentes com o gênero afirmado (RADIX, 2019). Para que haja o início da terapia hormonal, deve-se haver o acompanhamento da saúde por uma equipe multiprofissional, a fim de acompanhar como o paciente se encontra física e psicologicamente (RADIX, 2019).

Em casos que o paciente seja menor de 18 anos, só é permitido iniciar o tratamento com o consentimento dos pais. Para o tratamento em homens TG é necessário que haja a aplicação exógena da testosterona. A mesma pode ser administrada em diferentes vias, como injeções intramusculares ou subcutâneas, aplicações transdérmicas (géis ou adesivo) ou incluindo implantes subcutâneos.

Ao utilizarem testosterona homens TG alteram sua composição corporal, passando a ter uma maior massa livre de gordura de maneira geral no corpo e concentrando gordura na região do abdome. Além disso, destaca-se o aumento de pelos corporais e faciais, mudança na voz e também amenorreia (ausência da menstruação no período em que elas deveriam acontecer, ou cessação desta) (NARASIMHAN & SAFER, 2018).

Já em mulheres TG, é aplicado o estrogênio (do tipo estradiol combinado com antiandrógeno) por vias transdérmicas ou oral (RADIX, 2019). As alterações corporais implicam na redistribuição da gordura para a região dos glúteos e coxas, além de resultar no crescimento mamário, lentidão na alopecia androgênica (perda permanente de cabelo do couro cabeludo causando a calvície), redução da próstata e tamanho testicular (KLAVER *et al.*, 2018).

Junto a hormonização, surgem outros fatores que requerem atenção à saúde. Homens TG ao realizarem hormonioterapia apresentam agravos em fatores de risco de doenças cardiovasculares, entre elas, resistência à insulina e elevação da pressão arterial (GETAHUN *et al.*, 2018; IRWIG, 2018).

Tais agravos elevam a preocupação com acidente vascular cerebral ou infarto do miocárdio (STREED *et al.*, 2017). Em mulheres TG a preocupação vai além. Algumas apresentam indícios de trombose (IRWIG, 2018), alterações na densidade mineral óssea (DMO) e índices altos de osteoporose e deficiência de vitamina D (DAVIDGE-PITTS; CLARKE, 2019).

Outra circunstância a ser destacada com essa população são os altos níveis de doenças psicológicas, ressaltando a depressão, ansiedade, baixa autoestima (BOUMAN *et al.*, 2017; MILLET; LONGWORTH; ARCELUS, 2017), assim como pensamentos suicidas (CARMEL; ERICKSON-SCHROTH, 2016; VEALE *et al.*, 2017).

#### **4. JUSTIFICATIVA**

O presente trabalho científico possui relevância, pois aborda uma lacuna de conhecimento sobre a presença de pessoas TG no esporte e em AF. Através de uma extensa pesquisa bibliográfica e documental nos últimos 20 anos em língua portuguesa, inglesa e espanhola, identificou-se uma escassez de estudos básicos nessa área, sendo encontrado apenas em população estrangeira (JONES *et al.*, 2017; DEVÍS-DEVÍS *et al.*, 2020).

Dessa forma, a pesquisa visa preencher a lacuna, a fim de gerar embasamento teórico para o surgimento de pesquisas com graus de execução mais elevados envolvendo esporte de alto rendimento e composição corporal daqueles que fazem uso de hormônios exógenos, técnicas de promoção de atividades físicas para saúde

e bem estar, bem como outras temáticas. Assim, pode-se trazer um retorno para a comunidade TG, a qual será beneficiada com técnicas fundamentadas e especializadas para a realização de esportes e AF.

Já a motivação pessoal para a realização deste trabalho surge do meu envolvimento em debates sobre a inclusão da comunidade LGBTQ+ no esporte. Percebi a ausência de discussões que incluíam as pessoas transgênero no meio acadêmico, o que despertou em mim um desejo de compreender essa lacuna e contribuir para a produção de conhecimento nessa área.

## **5. HIPÓTESES**

As hipóteses levantadas são:

H1: As barreiras para prática de AF serão maiores que os facilitadores. se encontram maiores quando se comparados aos favoráveis.

H2: E o principal fator socioeconômico que impacta na prática de AF é a renda salarial.

## **6. OBJETIVOS**

### **Objetivo Geral**

Identificar as barreiras e facilitadores para a prática de atividades físicas em pessoas TG.

### **Objetivos Específicos**

Caracterizar a comunidade TG que responder o questionário online;

Descrever o perfil socioeconômico dessa população TG;

Apresentar a frequência de AF antes e depois da afirmação de gênero;

Conhecer quais fatores influenciam ou dificultam a prática de AF pela população TG.

## **7. MÉTODOS**

A seleção da amostra é não probabilística por acessibilidade, uma vez que, os entrevistados terão que ter acesso a internet para responder o questionário *on-line*. A base do estudo está fundamentada em pesquisa bibliográfica e documental dos últimos 20 anos em língua portuguesa, inglesa e espanhola com a abordagem da população TG em sua totalidade – de forma social, biológica e comportamental.

### **Caracterização do estudo**

Utiliza-se o método indutivo, de natureza básica caracterizado como epidemiológico transversal, uma vez que se utiliza um corte da população no período de junho a agosto de 2022 para difundir seus achados.

O presente estudo tem como população alvo pessoas que se identificam como TG, maiores de 18 (dezoito) anos e que residam no Brasil.

### **Seleção dos participantes**

Os participantes foram recrutados pelo método “bola de neve” - foi criado um *link* na internet que após acessado redireciona o usuário para a página inicial da pesquisa, sendo possível o participante compartilhar esse *site* para demais conhecidos com o mesmo perfil, dando se assim o significado do termo.

Esse método foi escolhido, pois o público alvo se concentra em bolhas populacionais e geralmente de difícil acesso para membros externos. Dessa forma, a adesão se torna maior, por ser alguém inserido no meio a compartilhar o *link*.

Havendo também a possibilidade de ser difundido por indivíduos que não são o público alvo, mas se interessaram em divulgar a pesquisa.

### **Instrumento de coleta de informações**

O questionário foi desenvolvido pensado para a população brasileira, com perguntas estruturadas fechadas. Sendo elaborado e dividido em 5 dimensões:

- 1) Perfil sócio econômico;
- 2) Características da AF antes da afirmação de gênero;
- 3) Características das AF após a afirmação de gênero;

- 4) Principais barreiras para a prática de AF;
- 5) Principais facilitadores para a prática de AF.

O tópico um é voltado para a caracterização do sujeito, incluindo perguntas como a data de nascimento, estado que reside, gênero afirmado, escolaridade, condição financeira, ocupação entre outros. Dentro do tópico dois e três há questões sobre a possível realização, ou não, de práticas físicas e se realiza, quais. Sendo no período anterior a sua afirmação social de gênero e a atual. Já as dimensões cinco e seis abrangem através da escala likert sobre barreiras e facilitadores para a inserção de práticas esportivas em seu cotidiano tendo como base o período dos últimos 12 meses.

É essencial salientar que as questões desses dois tópicos finais possuem um recorte inspirado na pesquisa científica “*Development and validation of the barriers to physical activity and sport questionnaire for lesbian, gay, bisexual, transgender and queer/questioning persons*” de Úbeda-Colomer *et al.* (2020). Autorizada para utilização pelo professor e orientador José Devís-Devís, profissional de educação física e esporte da Universidade de Valência na Espanha onde foi desenvolvida a pesquisa. Bem como a análise de dados se baseou nos métodos utilizados pelo referido autor.

A escala *likert* é um procedimento metodológico marcado pela apresentação de frases afirmativas. E então o respondente é convidado a emitir o seu grau de concordância com aquela frase. Na presente pesquisa foi adotado a tabela de concordância de 0 a 4. Sendo em barreiras 0 = Não tem sido uma barreira para mim e 4= Tem sido uma barreira muito importante. E em facilitadores 0 = não tem sido motivador para mim e 4= tem sido um motivador muito importante.

Sabendo-se da importância da inclusão de pessoas TG na produção e participação de trabalhos que envolvem essa população, o questionário foi revisado por dois membros acadêmicos que se identificam como homens TG, a fim de que as questões presentes não desrespeitem a comunidade e sejam inclusivas. Sendo eles Msc Bernardo Maia da Silva e o licenciado em educação física Lorenzo Marclely Ramos Luz.

Por se tratar de uma pesquisa *on-line* não poderia ter sido descartada a possibilidade de o *site* ser invadido por *ciber*-criminosos, para minimizar estes riscos, semanalmente era acessado o banco de dados da plataforma e extraído as respostas

inseridas e armazenadas em um computador, após isso eram deletados os dados da nuvem.

## Procedimentos metodológicos de divulgação

O ponto de partida se deu através da criação do perfil institucional para maior seguridade dos participantes por se tratar do ambiente virtual. Este perfil foi criado pela autora através do *e-mail* disponibilizado pelo programa de Pós-graduação em Ciências da Saúde (PPGCIS/ UFAM).

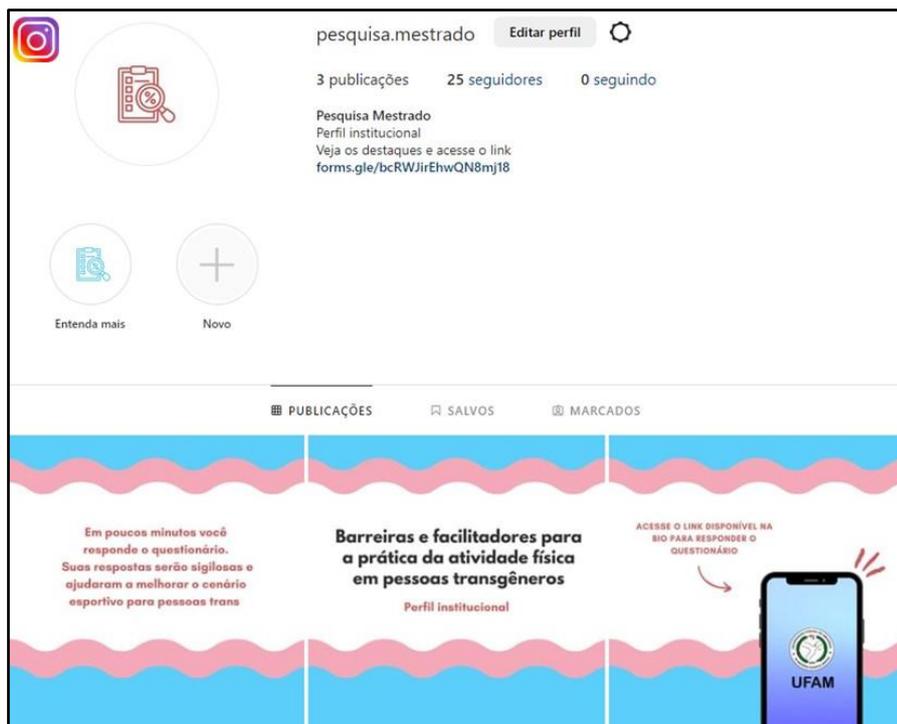
Por meio dele foi possível cadastrar contas nas principais redes sociais utilizadas pelos brasileiros, sendo o *facebook*, *instagram* e *twitter*. Estas contas foram o ponto central de divulgação da pesquisa.

Figura 1 - Página inicial do perfil institucional da rede social Facebook



Fonte: Produção própria do autor

Figura 2 - Página inicial do perfil institucional da rede social Instagram.



Fonte: produção própria do autor

Figura 3 - Página inicial do perfil institucional da rede social Twitter.



Fonte: produção própria do autor.

Uma vez criadas as contas, foram desenvolvidos infográficos que continham informações relevantes para a divulgação da pesquisa. A fonte das palavras utilizadas foi a “*Arial Black*”, para não haver poluição visual e serem mais acessíveis visualmente a diferentes públicos.

As cores: rosa claro, branco e azul claro, foram pensadas de acordo com a bandeira que representa a comunidade transgênero. Já as figuras adotadas foram obtidas através do banco de imagens do *site* de edição [www.canva.com](http://www.canva.com), sendo escolhidas as de acesso livre para utilização.

**Figura 4** – Representação da bandeira adotada pela população transgênero para representar sua identidade

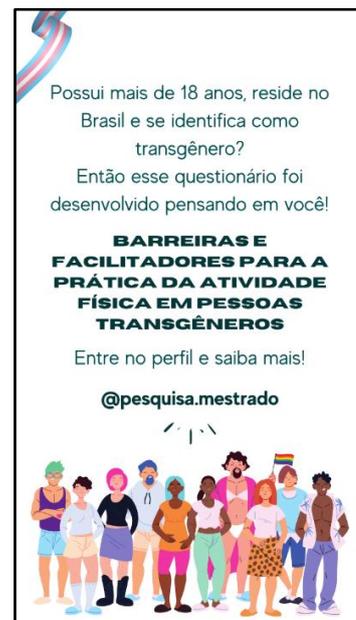
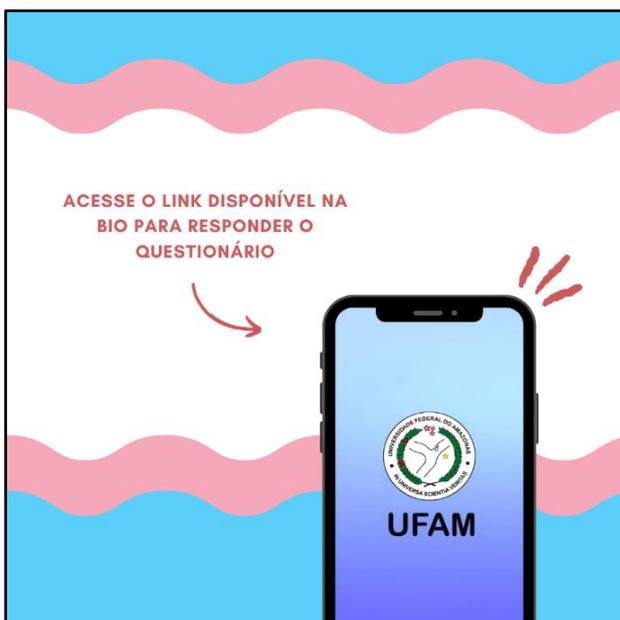


Fonte: Página do Wikipédia<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> [https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/b/b0/Transgender\\_Pride\\_flag.svg](https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/b/b0/Transgender_Pride_flag.svg)

**Figura 5 e 6** – Infográficos para veiculação do link que redirecionava para a página da pesquisa, imagens disponíveis no Instagram para publicação e stories



Fonte: produção própria do autor<sup>2</sup>

Após o material ter sido produzido, iniciou a divulgação nas redes sociais, e compartilhamento por meio do aplicativo de mensagens *Whatsapp*, sendo enviado um pequeno texto informativo juntamente com a imagem de divulgação e o *link* para pesquisa.

### **Acesso ao questionário**

Ao acessar o *link*, o participante era direcionado ao *site* do *Google Forms* que continha na página inicial o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) que para dar continuidade a pesquisa deveria ser lido e assinalado a opção que concordava com as condições. Também nesta primeira página era solicitado o *e-mail* desse, a fim de enviar uma cópia do TCLE para assegurar os direitos dos participantes.

Ao final do questionário, após ser concluído, surgia na tela a informação que as respostas haviam sido enviadas e que compartilhassem o *link* para conhecidos. Após

---

<sup>2</sup> Montagem a partir de imagens coletadas no site Canva.com

o período de aplicação do questionário, todas as informações divulgadas nas redes sociais e perfis foram excluídas para maior segurança dos participantes e da pesquisa.

### **Análise estatística**

A apresentação dos dados foi realizada por meio da estatística descritiva (média e desvios padrão). Utilizou-se a estatística multivariada através da técnica de análise fatorial que verificou a inter-relação das perguntas dos questionários com os fatores inseridos. Esta análise visa reduzir a quantidade dos itens da escala e destacar os mais relevantes. Ao verificar a estrutura e inter-relação de variáveis observadas, a análise fatorial define o agrupamento dos fatores que melhor expliquem as covariâncias da escala.

Foi utilizado o teste de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) para verificar a adequação da amostra para análise fatorial. A esfericidade foi avaliada por meio do teste de Bartlett que verifica se a matriz de correlação entre os itens é igual a matriz identidade, onde o nível de significância assumido foi de  $p < 0,05$ . Se realizou esses testes separadamente para barreiras e facilitadores.

Já a consistência interna da escala foi testada pelo cálculo alfa de Cronbach e varia no intervalo (0,1), quanto mais próximo de 1, tem-se um indicativo que a escala é confiável e, quanto mais próxima de 0, temos o efeito inverso, menos confiável é a escala. Dessa forma, foi realizada uma análise fatorial em que o número de fatores foi escolhido através do critério do menor autovalor ser maior ou igual a 1. Foram incluídos os itens no fator com carga mínimo de pelo menos 0,4, foi utilizada a rotação promax e foi utilizado o método de estimação de mínimos quadrados como feito em Úbeda-Colomer *et. al* (2020).

### **Critérios de inclusão**

Poderão fazer parte da pesquisa: a) Brasileiros, b) que se identifiquem como transgênero; c) com idade igual ou superior a 18 (dezoito) anos.

### **Critérios de exclusão**

Serão excluídos do estudo: a) não ter acesso à internet, b) não preencher todo o questionário on-line

## 8. RESULTADOS

Foram avaliadas respostas de 30 questionários de indivíduos com idade entre 20 a 54 anos. Entretanto, dois participantes não atingiram os critérios de inclusão, por não se identificarem como TG, então foram retirados do estudo. Dessa forma, 28 participantes permaneceram na pesquisa de forma anônima e voluntária.

Os resultados encontrados serão subdivididos nas abordagens: perfil sociodemográfico, confiabilidade do questionário, comportamento das barreiras para a prática de AF, comportamento dos facilitadores para a prática de AF e escores em *box-plot*.

Tratando do perfil sociodemográfico, durante todo o questionário foi respeitado o direito contido dentro do TCLE cujo participante podia recusar-se a responder qualquer pergunta contida dentro da pesquisa. Na Tabela 1 pôde-se observar a composição do perfil dos participantes da pesquisa, sendo as maiores frequências de: homens transgêneros (50%); faixa etária inferior a 30 anos (67,9%); etnia parda (60,7%); estado civil solteiro (85,7%); escolaridade ensino médio completo (57,1%); ausência de limitações motoras pré-existentes (85,7%). Outro ponto observado em destaque é que 60,7% dos participantes realizam terapia hormonal.

**Tabela 1 - Caracterização dos sujeitos**

<b>Variáveis sociodemográficas</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Gênero</b>		
Mulheres trans	4	14,3%
Homens trans	14	50,0%
Não-binários	6	21,4%
Travesti	3	10,7%
Não responderam	1	3,6%
<b>Faixa Etária</b>		
<30	19	67,9%
>30	9	32,1%
<b>Cor/Etnia</b>		
Branco	7	25,0%
Pardo	17	60,7%
Preto	3	10,7%
Amarelo	1	3,6%
<b>Estado Civil</b>		
Solteiro	24	85,7%
União Estável	2	7,1%
Casado	1	3,6%
Não responderam	1	3,6%
<b>Escolaridade</b>		
Ensino médio	16	57,1%
Ensino superior	8	28,6%
Especialização	2	7,1%
Mestrado	1	3,6%
Doutorado	1	3,6%
<b>Realiza terapia hormonal</b>		
Sim	17	60,7%
Não	10	35,7%
Não responderam	1	3,6%
<b>Limitação motora ou doença</b>		
Sim	4	14,3%
Não	24	85,7%

Fonte: produção própria

Já em relação a renda, 60,7% relatam receber até três salários mínimos, 57,1% utilizam transporte público e 71,4% possuem algum tipo de centro esportivo próximo a residência, conforme a Tabela 2.

**Tabela 2 - Renda e usufruto dos participantes**

<b>Variáveis socioeconômicas</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Renda familiar</b>		
Até 1 salário mínimo	3	10,7%
De 1 a 3 salários mínimos	14	50,0%
De 3 a 6 salários mínimos	3	10,7%
De 6 a 9 salários mínimos	1	3,6%
Acima de 10	4	14,3%
Não responderam	3	10,7%
<b>Meio de transporte</b>		
Transporte próprio	11	39,3%
Transporte público	16	57,1%
Não responderam	1	3,6%
<b>Centros esportivos próximo à residência</b>		
Sim, gratuito	9	32,1%
Sim, privado	4	14,3%
Ambos	7	25,0%
Nenhum	8	28,6%

**Nota: O salário-mínimo refere-se ao segundo semestre de 2022, sendo o valor de R\$1.212,00 de acordo com MP 1.091/2021.**

Fonte: produção própria

Avaliou-se também o nível de AF no período anterior à afirmação de gênero dos participantes, com os achados revelando que o somatório das frequências “muitas vezes” e “sempre” possuem igualdade em porcentagem (39,3%) com o somatório de “quase nunca” e “nunca”, conforme observado na Tabela 3. Já no período após à afirmação de gênero, essa igualdade não ocorre, estando concentrada a maior porcentagem (46,4%) nas frequências “sempre” e “muitas vezes”.

**Tabela 3 - Nível de atividade física do sujeito**

<b>Variáveis</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Frequência da AF antes da afirmação de gênero</b>		
Sempre	1	3,6%
Muitas vezes	10	35,7%
Ocasionalmente	6	21,4%
Quase nunca	6	21,4%
Nunca	5	17,9%
<b>Frequência da AF depois da afirmação de gênero</b>		
Sempre	7	25,0%
Muitas vezes	6	21,4%
Ocasionalmente	6	21,4%
Quase nunca	0	0,0%
Nunca	8	28,6%
Não quis responder	1	3,6%

Fonte: produção própria

Tratando-se da confiabilidade dos dados, na Tabela 4 estão apresentados os valores de alfa de Cronbach para as barreiras e facilitadores da prática da AF. Ambos os índices atingiram valores que indicam uma boa confiança. O teste de KMO obteve o valor igual a 0,55 que é superior ao valor mínimo aceitável de 0,5. A esfericidade avaliada por meio do teste de Bartlett resultou em 315,209 e comparando com uma distribuição chi-quadrado com 153 graus de liberdade, obteve-se um valor-p menor que 0,01. Ou seja, há evidências de que a matriz de correlação não é igual à matriz identidade.

**Tabela 4** - Coeficiente de confiabilidade para as escalas

<b>Escala</b>	<b>Alfa de Cronbach</b>	<b>Número de perguntas</b>
Barreiras	0,894	18
Facilitadores	0,811	10

Fonte: produção própria

Tratando das barreiras, através da análise fatorial, foi utilizada a rotação promax e o método de estimação de mínimos quadrados, como feito em Úbeda-Colomer *et. al* (2020). Dessa forma, o número de fatores escolhidos resultou em 4 (Tabela 5), correspondendo a 73,56% da variação total. O critério utilizado para tal determinação foi critério do menor autovalor ser maior ou igual a 1, sendo excluídos os itens com carga abaixo de 0,4, assim como ocorreu com o item “Você está preocupado (a) com a sua aparência enquanto se envolve em atividades físicas ou práticas esportivas”, que apresentou baixa correlação com os fatores encontrados.

Dentro de cada fator demonstrado na tabela, os itens são apresentados por ordem de impacto, tendo em vista o valor das suas respectivas cargas fatoriais.

**Tabela 5** – Média, desvio padrão e carga fatorial da AF em barreiras

Itens	Média	Desvio Padrão	Carga Fatorial
<b>Fator 1: Ambiental</b>			
Falta de sensibilidade para lidar com a diversidade por parte de profissionais de Educação Física	2,61	1,55	0,875
As atividades e competições são segregadas por sexo	2,54	1,55	0,775
Falta de adequação de chuveiros e vestiários em centros esportivos	2,46	1,73	0,697
Você sofre rejeição/assédio nos centros esportivos	1,46	1,50	0,617
<b>Fator 2: Social</b>			
Seus amigos não se envolvem em AF ou práticas esportivas	1,46	1,45	0,896
Falta de publicidade inclusiva LGBTQ+ em centros / organizações esportivas	3,04	1,35	0,804
Sua família não apoia seus esforços para se envolver em AF ou práticas esportivas	0,86	1,33	0,791
Seus amigos não apoiam seus esforços para se envolver em AF ou práticas esportivas	0,79	1,29	0,766
Ausência de associações desportivas LGBTQ+	3,14	1,35	0,723
Sua família não se envolve em AF ou práticas esportivas	1,43	1,57	0,621
<b>Fator 3: Econômica</b>			
Falta de variedade nas AF ou práticas esportivas oferecidas	1,89	1,52	0,773
Falta de instalações esportivas perto de sua casa	1,96	1,73	0,661
O custo econômico é muito alto	2,75	1,38	0,580
O tempo gasto com sua ocupação (estudar/trabalhar)	3,18	1,06	0,452
<b>Fator 4: Pessoal</b>			
Medo de rejeição/assédio em AF ou práticas esportivas	2,61	1,57	0,781
Falta de confiança em sua capacidade de se envolver em AF ou práticas esportivas	2,43	1,53	0,661
Falta de motivação para se envolverem em AF ou práticas esportivas	2,43	1,55	0,441

Fonte: produção própria

Tratando dos facilitadores, a medida de KMO foi calculada e obteve-se um valor igual a 0,638, isto é, acima do mínimo aceitável. Além disso, após o teste de esfericidade de Bartlett o valor foi igual a 140,531 e comparando com uma distribuição chi-quadrado com 45 graus de liberdade, obteve-se um valor-p menor que 0,01, ou seja, há evidências de que a matriz de correlação não é igual à matriz identidade.

Dessa forma, através de outra análise fatorial, com os mesmos critérios tomados para as barreiras, resultando em três fatores (Tabela 6), correspondendo a 72,29% da variação total. Nota-se que, ao comparar barreiras com facilitadores, entende-se que o fator econômico não é utilizado como um facilitador, por não estar relacionado nesta categoria.

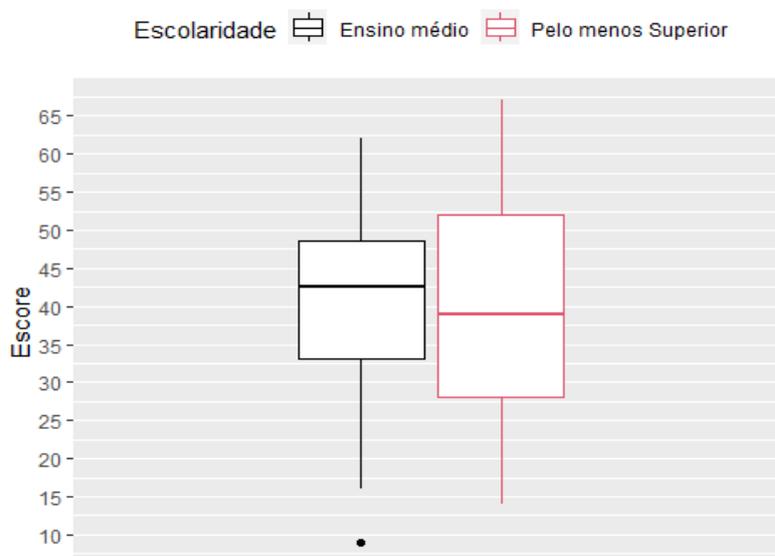
**Tabela 6** – Média, desvio padrão e carga fatorial da análise fatorial nos facilitadores para a prática de AF

Itens	Média	Desvio Padrão	Carga Fatorial
<b>Fator 1: Pessoal</b>			
Busca por um corpo ativo e saudável	3,54	0,74	0,934
Satisfação/prazer em realizar a AF	3,32	1,06	0,855
Acentuar as mudanças corporais	3,07	1,59	0,795
A mudança corporal que nota em seu corpo decorrente a hormonização	2,79	1,71	0,676
<b>Fator 2: Ambiental</b>			
Centros/ organizações esportivas voltadas apenas para LGBTQ+	2,36	1,64	0,848
Vestiários individuais ou com divisões em centros esportivos	2,75	1,69	0,795
Apoio dos professores, técnicos e demais profissionais de educação física	2,89	1,52	0,718
<b>Fator 3: Social</b>			
Apoio dos amigos	2,75	1,51	0,922
Apoio dos familiares	2,50	1,71	0,913

Fonte: produção própria

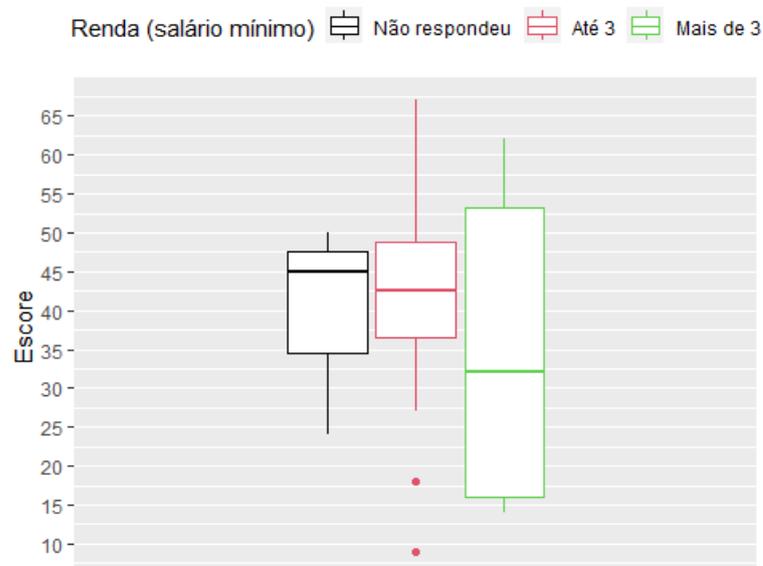
Tratando-se dos escores, foram criados dois: um escore para as barreiras e o outro para os facilitadores. Cada escore é formado pela soma das respostas de cada indivíduo. O escore referente às barreiras varia de 0 a 67 e o escore referente aos facilitadores varia de 0 a 45. Em ambos os casos, quanto mais próximo de zero, menor a concordância com os itens do questionário.

**Figura 7:** Box-plot entre o escore de barreiras e a escolaridade



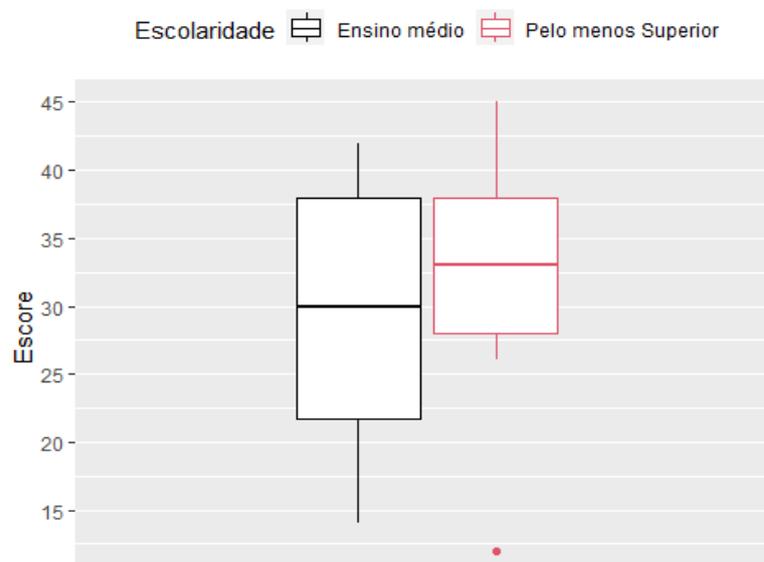
Pela Figura 7, pode-se notar que, aparentemente, não há grandes diferenças entre as distribuições dos escores.

**Figura 8:** Box-plot entre o escore de barreiras e a renda.



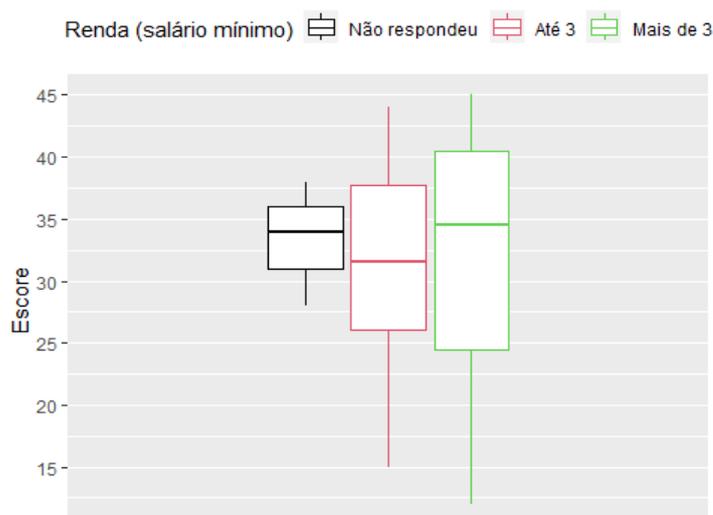
Pode-se perceber na Figura 8, que aparentemente, as distribuições dos escores não são muito diferentes.

**Figura 9:** Box-plot entre o escore de facilitadores e a escolaridade.



Observando a Figura 9, aparentemente, as distribuições dos escores de facilitadores não são muito diferentes.

**Figura 10:** Box-plot entre o escore de facilidade e a renda.



Observando a Figura 10, aparentemente, as distribuições dos escores de facilidades não são muito diferentes.

Para comparar os escores de barreiras e facilitadores com a renda e a escolaridade, foi utilizado o teste não paramétrico para duas amostras independentes de Mann-Whitney. Foi desconsiderado os escores de 3 indivíduos que não informaram a renda.

**Tabela 7:** Resumo do teste de Mann-Whitney para as comparações dos escores.

Comparações	Estatística U	Valor-p
Escore de barreiras x escolaridade	100,5	0,895
Escore de barreiras x renda	87,5	0,404
Escore de facilitadores x escolaridade	86,0	0,442
Escore de facilitadores x renda	64,0	0,677

Analisando os valores-p da Tabela 7 e considerando um nível de significância de 5%, não é rejeitada a hipótese de que não existem diferenças entre a renda e escolaridade em relação aos escores de barreiras e facilitadores. Ou seja, não há evidências de que os escores diferem em relação à escolaridade e a renda.

## 9. DISCUSSÃO

O presente estudo pretendeu identificar quais seriam as principais barreiras e facilitadores para a prática de AF em pessoas TG, percorrendo desde o perfil socioeconômico até os fatores que corroboravam ou interferiam na realização de exercícios. O principal achado expõe que o item “apoio dos amigos” se representou como sendo o maior facilitador para a prática de AF entre os TG.

Ademais, também foi constatado que após a afirmação de gênero a frequência de AF dos partícipes aumentou. Este fenômeno é observado na pesquisa de Elling-Machartzki (2017) onde ao iniciarem a terapia hormonal os indivíduos se mantinham distantes das práticas esportivas, decorrente de suas mudanças corporais, e após passado esse período a adesão na AF se tornava mais forte.

A caracterização do público conversa com os achados de Carpenter, Eppink & Gonzales (2020) revelando um alto índice de participantes que realizam terapia hormonal. Bem como, composto por grande parte de homens TG, com faixa etária inferior a 30 anos, baixo grau de escolaridade e baixo poder aquisitivo. Também foi notada uma baixa prevalência de limitações motoras.

Observou-se que a divisão de três fatores que influenciam na prática da AF foi condizente com os obtidos por Christofolletti *et al.* (2022), porém no aspecto das barreiras, foi adicionado um quarto fator, denominado econômico, por se mostrar um dado latente em demais pesquisas sobre barreiras e facilitadores com diferentes públicos alvos no Brasil (SILVA, PETROSKI & REIS, 2009; SERON, ARRUDA & GREGUOL, 2015).

Em relação as barreiras, se há destaque nos itens com cargas fatoriais acima de 0,750. Dentro do fator ambiental, entendeu-se que a falta de sensibilidade por parte dos profissionais de AF é um impacto forte, bem como as atividades serem segregadas por sexo, item também citado pela revisão realizada por Jones *et al.* (2017) como uma grande barreira para competições esportivas de homens TG, trazendo à tona que muitas dessas segregações nas políticas das competições revisadas pelo autor não eram baseadas em evidências científicas.

No fator econômico, a “*Falta de variedade nas AF ou práticas esportivas oferecidas*” é o item que encabeça o fator. No social, o item em destaque é o “*Medo de rejeição/assédio em AF ou práticas esportivas*” justificado pelo crime de ódio sofrido

diariamente por esta população no Brasil, sendo o país que mais sofre com genocídio de TG (DE JESUS, 2013; RODRIGUES, BARBOSA & DA SIVA, 2021) causando este sentimento de alerta.

Já no fator social diferentes itens possuem boa relevância. O item *“Falta de publicidade inclusiva LGBTQ+ em centros/organizações esportivas”* possui uma carga fatorial muito próxima ao apresentado pelo trabalho de Úbeda-Colomer, *et. al* (2020), mostrando assim como é latente a divulgação de espaços esportivos que sejam inclusivos. Destaca-se também o item *“Seus amigos não se envolvem em AF ou práticas esportivas”*, sendo este o item com a maior carga fatorial entre todos os fatores presentes nas barreiras, em que há vinculação direta com fator social dos facilitadores *“apoio dos amigos”* correspondente a carga fatorial de 0,922. Estes resultados também foram observados em um estudo de Greenspan *et al.* (2019) mostrando a necessidade de apoio dos amigos para se manterem regulares nas práticas esportivas, fazendo-nos recordar que realizar AF também é um mecanismo de socialização.

Em relação aos facilitadores, também se destacam os itens com carga fatorial acima de 0,750. No topo da lista encontra-se o fator pessoal com o item *“Busca por um corpo ativo e saudável”* e carga fatorial 0,934 e merecendo destaque também o item *“Satisfação/prazer em realizar a AF”* com 0,855. Expondo assim que o objetivo principal da AF, ser saudável, continua sendo o eixo central para a prática do exercício, onde transpassa as questões de gênero, uma vez que este dado também pode ser encontrado na pesquisa de Silva *et al.* (2020) realizado com 1.153 pessoas em que o principal facilitador para os ambos os sexos foi ter uma condição melhor de saúde.

Já o item *“A mudança corporal que nota em seu corpo decorrente a hormonização”* não possuiu destaque dentro do fator pessoal, diferente dos resultados encontrados pela revisão de Holder, Morris & Spreckley (2022) que afirmavam que realizar a terapia hormonal os deixavam mais confiantes e assim mais motivados para realizarem AF.

Dentro do fator ambiental os itens que se sobressaíram foram *“Centros/organizações esportivas voltadas apenas para LGBTQ+”* e *“Vestiários individuais ou com divisões em centros esportivos”* sendo tópicos extremamente pontuados na pesquisa de Herrick & Duncan (2020) apresentando que cabines individuais são

extremamente necessárias para não ocasionar disforia de gênero nos praticantes de exercício e nem sofrerem com situações embaraçosas.

O estudo está sujeito a limitações notáveis, das quais estão ligadas à metodologia utilizada. Em primeiro lugar está a falta de validação do teste para a população brasileira, apesar de ser baseado em um questionário aprovado recentemente para a população LGBTQ+. Segundo, houve baixo impulsionamento da divulgação da pesquisa, resultando em um número baixo de participantes que responderam ao questionário. Entretanto, tais pontos a serem melhorados são justificados por ser tratarem de uma parcela da população que se mantém desassistida e com difícil localização, observado também por JONES *et al.* (2017), sendo necessário em estudos futuros haver um período maior para coleta de dados, bem como estratégias mais certeiras para captação do público alvo.

É importante salientar também os pontos fortes da pesquisa, no qual apesar do questionário não ser validado no Brasil, o teste de confiabilidade do questionário foi alto, representando alto grau de confiança nos resultados obtidos. No melhor de nossos achados, o trabalho mostra-se pioneiro no estudo de práticas esportivas e AF na população TG dentro do território brasileiro, trazendo à tona as necessidades e demandas específicas, permitindo que políticas públicas e iniciativas pessoais possam ser adaptadas para atender a essas demandas de maneira mais adequada e inclusiva. Por fim, a pesquisa pode contribuir para uma maior visibilidade aos TG no contexto do esportivo e de qualidade de vida, promovendo uma sociedade mais diversa e inclusiva.

## 10. CONCLUSÕES

Esta revisão identificou quatro fatores chave que atuam como impeditivos ou impulsionadores para a participação de pessoas TG no esporte: social, pessoal, ambiental e econômico. Com base em nossos achados as principais barreiras para a prática de AF entre TG foram a falta de envolvimento dos amigos em AF, a falta de sensibilidade dos profissionais e a falta de divulgação inclusiva LGBTQ+ em centros esportivos e de divulgação. Por outro lado, os principais facilitadores foram o desejo de ter um corpo ativo e saudável e o apoio de amigos e familiares. Não foi observada uma relação direta entre escolaridade e renda com a adesão à prática de AF.

Com base nos estudos abordados neste trabalho, para que a prática de AF do público TG possa permanecer em ascensão, reforça-se a importância do apoio que recebem de amigos, familiares e profissionais, bem como divulgação e centros esportivos inclusivos com a comunidade LGBTQ+. Sugere-se que novos estudos envolvam um número maior de participantes para que se possa confirmar ou confrontar nossos achados.

## REFERÊNCIAS

ABDELGHAFAR, El-Ammari et al. **Perspectives of adolescents, parents, and teachers on barriers and facilitators of physical activity among school-age adolescents: a qualitative analysis.** Environmental health and preventive medicine, v. 24, n. 1, p. 1-13, 2019.

ALENCAR, M. et al. **Motivação à prática regular de atividade física: um estudo exploratório.** Estudos de Psicologia, v. 16, n. 1, p. 99–106, 2011.

ARAÚJO D. S. M. de. **CIDADÃO TRANS - Existência e Aplicação de Políticas Públicas para o Público Transgênero.** Pós-Graduação em Opinião Pública e Inteligência de Mercado - Fundação Escola de Sociologia e Política de São Paulo/FESPSP, 2018.

BAUMAN, Adrian E. et al. **Correlatos da atividade física: por que algumas pessoas são fisicamente ativas e outras não?.** A lanceta , v. 380, n. 9838, pág. 258-271, 2012.

BOUMAN, W. P. et al. **Transgender and anxiety: A comparative study between transgender people and the general population.** International Journal of Transgenderism, v. 18, n. 1, p. 16–26, 2017.

BRICKELL, Chris. **The sociological construction of gender and sexuality.** The Sociological Review, v. 54, n. 1, p. 87-113, 2006.

BUTLER, Judith. **Gender trouble: Feminism and the subversion of identity.** Routledge, New York, 1999.

CARMEL, T. C.; ERICKSON-SCHROTH, L. **Mental Health and the Transgender Population.** Psychiatric Annals, v. 46, n. 9, p. 1689–1699, 2016.

CARPENTER, Christopher S.; EPPINK, Samuel T.; GONZALES, Gilberto. **Status transgênero, identidade de gênero e resultados socioeconômicos nos Estados Unidos**. *ILR Review* , v. 73, n. 3, pág. 573-599, 2020.

CAVALLO, David N. *et al.* **Social support for physical activity — role of Facebook with and without structured intervention**. *Translational behavioral medicine*, v. 4, n. 4, p. 346-354, 2014.

CHOI, Jaesung *et al.* **Correlatos associados à participação em atividade física entre adultos: uma revisão sistemática de revisões e atualizações**. *BMC saúde pública* , v. 17, p. 1-13, 2017.

CHRISTOFOLETTI, Marina *et al.* **Barreiras e facilitadores para a prática de atividade física em diferentes domínios no Brasil: uma revisão sistemática**. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 27, p. 3487-3502, 2022.

COLLING, Leandro. **Gênero e sexualidade na atualidade**. Livros Digitais - Especialização em Gênero e Sexualidade na Educação EaD (SEAD), 2018.

DAVIDGE-PITTS, C.; CLARKE, B. L. **Transgender bone health**. *Maturitas*, v. 127, n. April, p. 35–42, 2019

DE JESUS, Jaqueline Gomes. **Transfobia e crimes de ódio: Assassinatos de pessoas transgênero como genocídio**. *História agora*, v. 16, p. 101-123, 2013.

DE OLIVEIRA PREU, Roberto; BRITO, Carolina Franco. **Os paradoxos da binaridade e a transexualidade como abertura a novas performatividades**. *Revista de Psicologia da UNESP*, v. 18, n. 2, p. 1-18, 2019.

DISHMAN, Rod K.; SALLIS, James F.; ORENSTEIN, Diane R. **The determinants of physical activity and exercise**. *Public health reports*, v. 100, n. 2, p. 158, 1985.

ELLING-MACHARTZKI, A. **Extraordinary body-self narratives: sport and physical activity in the lives of transgender people**. *Leisure Studies*, v. 36, n. 2, p. 256–268, 2017.

ELLING-MACHARTZKI, Agnes. **Narrativas extraordinárias do eu corporal: esporte e atividade física na vida de pessoas transgênero**. *Estudos do Lazer*, v. 36, n. 2, pág. 256-268, 2017.

FERREIRA, Isabel *et al.* **Environmental correlates of physical activity in youth—a review and update**. *Obesity reviews*, v. 8, n. 2, p. 129-154, 2007.

FONTES, Ana Cláudia Dias; VIANNA, Rodrigo Pinheiro Toledo. **Prevalência e fatores associados ao baixo nível de atividade física entre estudantes universitários de uma universidade pública da região Nordeste-Brasil**. *Revista brasileira de epidemiologia*, v. 12, p. 20-29, 2009.

GETAHUN, D. *et al.* **Cross-sex hormones and acute cardiovascular events in transgender persons: A cohort study**. *Annals of Internal Medicine*, v. 169, n. 4, p. 205–213, 2018.

GLOWACKI, Krista *et al.* **Barriers and facilitators to physical activity and exercise among adults with depression: A scoping review**. *Mental Health and Physical Activity*, v. 13, p. 108-119, 2017.

GONÇALVES, Walter Ricardo Dorneles *et al.* **Barreiras e Facilitadores para a Prática de Atividades Físicas em Crianças e Adolescentes com Transtorno do Espectro Autista de Uruguaiana-RS**. *Revista da Associação Brasileira de Atividade Motora Adaptada*, v. 20, n. 1, 2019.

GOODMAN, Michael *et al.* **Size and distribution of transgender and gender nonconforming populations: a narrative review**. *Endocrinology and Metabolism Clinics*, v. 48, n. 2, p. 303-321, 2019.

GRANDE, Antonio José; SILVA, Valter. **Barreiras e facilitadores para a adesão à prática de atividade física no ambiente de trabalho**. *O mundo da saúde*, v. 38, n. 2, p. 204-209, 2014.

GREENSPAN, Scott B. et al. **Perspectivas do atletismo escolar de jovens LGBTQ+ e aliados: uma análise de método misto**. *Revista da Juventude LGBT*, v. 16, n. 4, pág. 403-434, 2019.

GROSSI, Miriam Pillar. **Identidade de gênero e sexualidade**. *Revista antropologia em primeira mão*, 1998.

HERRICK, Shannon SC; DUNCAN, Lindsay R. **Locker-room experiences among LGBTQ+ adults**. *Journal of sport and exercise psychology*, v. 42, n. 3, p. 227-239, 2020.

HOEHNER, Christine M. *et al.* **Perceived and objective environmental measures and physical activity among urban adults**. *American journal of preventive medicine*, v. 28, n. 2, p. 105-116, 2005.

HOLDER, Jay; MORRIS, Jaqueline; SPRECKLEY, Mark. **Barreiras e Facilitadores para a Participação em Atividade Física na População Transgênero: Uma Revisão Sistemática**. *Atividade Física e Saúde*, v. 6, n. 1, 2022.

IRWIG, M. S. **Cardiovascular Health in Transgender Populations**. *Reviews in Endocrine and Metabolic Disorders*, v. 19, n. August, p. 243–251, 2018

JAKUBOWSKA, Honorata. **O esporte como meio de inclusão e exclusão social**. *Introdução à edição especial do Society Register*. *Registro da Sociedade*, v. 2, n. 1, pág. 9-17, 2018.

JONES, Bethany Alice et al. **Sport and transgender people: a systematic review of the literature relating to sport participation and competitive sport policies**. *Sports medicine*, v. 47, p. 701-716, 2017.

JUNG, Laura; MARQUES, Alexandre; KALINOSKI, Angélica. **Barreiras e facilitadores para a atividade física das pessoas com déficit intelectual.** Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde, v. 22, n. 4, p. 362-372, 2017.

KANAVAKI, Archontissa M. et al. **Barriers and facilitators of physical activity in knee and hip osteoarthritis: a systematic review of qualitative evidence.** BMJ open, v. 7, n. 12, p. e017042, 2017.

KLAVER, M. et al. **Early Hormonal Treatment Affects Body Composition and Body Shape in Young Transgender Adolescents.** Journal of Sexual Medicine, v. 15, n. 2, p. 251–260, 1 fev. 2018.

KRUG, Rodrigo de Rosso; LOPES, Marize Amorim; MAZO, Giovana Zarpellon. **Barreiras e facilitadores para a prática da atividade física de longevas inativas fisicamente.** Revista Brasileira de Medicina do Esporte, v. 21, p. 57-64, 2015.

LÓPEZ-CAÑADA, E. et al. **Physical activity and sport in trans persons before and after gender disclosure: Prevalence, frequency, and type of activities.** Journal of Physical Activity and Health, v. 17, n. 6, p. 650–656, 2020.

MORENO, Ricardo Macedo *et al.* **Persuasão e motivação: interveniências na atividade física e no esporte.** Lecturas: Educación física y deportes, n. 103, p. 35, 2006.

NARASIMHAN, S.; SAFER, J. D. **Hormone Therapy for Transgender Men.** Clinics in Plastic Surgery, v. 45, n. 3, p. 319–322, 2018.

PERIM, Paulo Castelar *et al.* **Resiliência, suporte social e prática esportiva: relações e possibilidades de intervenção social.** Psicologia e Saber Social, v. 4, n. 2, p. 207-223, 2015.

RADIX, A. **Hormone Therapy for Transgender Adults**. Urologic Clinics of North America, v. 46, n. 4, p. 467–473, 2019.

ROAS, Aendria Fernanda Castro Martins. **A motivação no esporte: o papel do técnico em estudos sobre a motivação em diversas modalidades**. 2011.

RODRIGUES, José Welhington Cavalcante; BARBOSA, Bruno Rafael Silva Nogueira; DA SIVA, Laionel Vieira. **O combate a transfobia na agenda de políticas públicas de segurança no Brasil: cenário atual e desafios**. REI-REVISTA ESTUDOS INSTITUCIONAIS, v. 7, n. 3, p. 1060-1080, 2021.

SANTOS, Mariana Silva et al. **Prevalência de barreiras para a prática de atividade física em adolescentes**. Revista brasileira de epidemiologia, v. 13, p. 94-104, 2010.

SERON, Bruna Barboza; ARRUDA, Gustavo Aires de; GREGUOL, Márcia. **Facilitadores e barreiras percebidas para a prática de atividade física por pessoas com deficiência motora**. Revista Brasileira de Ciências do Esporte, v. 37, p. 214-221, 2015.

SILVA, Caroline Ramos de Moura, *et al.* **Percepção de barreiras e facilitadores dos usuários para participação em programas de promoção da atividade física**. Cadernos de Saúde Pública, v. 36, p. e00081019, 2020.

SILVA, Diego Augusto Santos; PETROSKI, Edio Luiz; REIS, Rodrigo Siqueira. **Barreiras e facilitadores de atividades físicas em frequentadores de parques públicos**. Motriz. Journal of Physical Education. UNESP, p. 219-227, 2009.

SILVA, Jeane Torres da; BARBOSA, Irecê dos Santos; SOUZA, José Camilo Ramos de. **Neurociência cognitiva e habilidades de gênero uma análise do desempenho cognitivo de estudantes brasileiros avaliados no pisa**. Revista Amazônica de Ensino de Ciências, 2015.

SMOLL, F. L., SMITH, R. E., CUMMING, S. P. **Coaching behaviors, motivational climate, and young athletes' sport experiences.** In C. Goncalves, M. Coelho e Silva, L. Adelino, & R. M. Malina (Eds.), *Sport and Education* (pp. 165-176). Coimbra, Portugal: Coimbra University Press, 2007

SPIZZIRRI, Giancarlo *et al.* **Proportion of people identified as transgender and non-binary gender in Brazil.** *Scientific reports*, v. 11, n. 1, p. 2240, 2021.

VEALE, J. F. *et al.* **Mental Health Disparities Among Canadian Transgender Youth.** *Journal of Adolescent Health*, v. 60, n. 1, p. 44–49, 2017.

VIGITEL. Ministério da Saúde. **Secretaria de Vigilância em Saúde Departamento de Análise em Saúde e Vigilância de Doenças Não Transmissíveis**, Brasília. 1ª edição, 2021.

WARBURTON, D. E., Nicol, C. W., & Bredin, S. S. (2006). **Health benefits of physical activity: the evidence.** *Canadian Medical Association Journal*, 174(6), 801-809.

WHO. **Guidelines on physical activity and sedentary behaviour.** [s.l: s.n.] 2020

WRIGHT, Annemarie *et al.* **Barriers and facilitators to physical activity participation for children with physical disability: comparing and contrasting the views of children, young people, and their clinicians.** *Disability and rehabilitation*, v. 41, n. 13, p. 1499-1507, 2019.

ZABATIERO, Juliana *et al.* **Beliefs, barriers and facilitators to physical activity in bariatric surgery candidates.** *Obesity surgery*, v. 26, n. 5, p. 1097-1109, 2016.

## **APÊNDICE A**

### **Questionário aplicado**

# Questionário sobre as barreiras e facilitadores para a prática de atividades físicas e esportivas na população transgênero

Você está sendo convidado(a/e) a participar do projeto de pesquisa intitulado "BARREIRAS E FACILITADORES PARA A PRÁTICA DA ATIVIDADE FÍSICA EM PESSOAS TRANSGÊNERO", cujo pesquisador responsável é Bárbara Proença Buosi, mestrando em ciências da saúde, formada em Educação Física.

## \*Obrigatório

Caso se identifique como transgênero, estás sendo convidado(a/e) a participar da pesquisa que tem como objetivo identificar quais são os fatores motivantes e desmotivantes para realizar práticas físicas em seu cotidiano.

Na hipótese de aceitar participar da pesquisa sua contribuição consiste em responder um questionário com perguntas fechadas e escala likert que não tomará mais do que 15 minutos do seu tempo. As perguntas serão divididas em cinco tópicos que refletem o objetivo do estudo, estes são: 1) Perfil sócio econômico; 2) Características da atividade física antes da afirmação de gênero; 3) Características das atividades físicas após a afirmação de gênero; 4) Principais barreiras para a prática de AF e 5) Principais facilitadores para a prática de AF. No tópico 1 serão realizadas perguntas como a data de nascimento, estado que reside, gênero afirmado, condição financeira e ocupação. No tópico 2 e 3 haverá questões sobre a possível realização, ou não, de práticas físicas e quais realiza, sendo no período anterior a sua afirmação social de gênero e atual. Já as dimensões 5 e 6 envolverão questões sobre barreiras e facilitadores para a inserção de práticas esportivas em seu cotidiano tendo como base o período dos últimos 12 meses. Previno que as informações aqui coletadas serão confidenciais e privadas, protegendo sua identidade e imagem e a não haverá estigma, garantindo a não utilização das informações em prejuízo de pessoas e/ou das comunidades. Nenhuma pergunta será obrigatória, caso não se sinta confortável a responde-la.

Você possui plena liberdade de recusar-se a participar ou retirar seu consentimento, em qualquer fase da pesquisa. Caso após preencher e enviar o questionário desejar retirar seu consentimento para uso dos dados, deve entrar em contato com o pesquisador responsável através do e-mail, este lhe enviará resposta confirmando ciência de sua decisão.

Toda pesquisa com seres humanos envolve riscos aos participantes. Nesta pesquisa os principais riscos poderão estar presentes durante a resposta a alguma das perguntas podendo gerar desconforto por haver informações pessoais sobre seu estado financeiro e também se há realização de cirurgias e terapia hormonal. Para diminuir tais desconfortos, as perguntas foram estruturadas utilizando os termos adequados a população em questão, passando pela revisão de dois acadêmicos transgênero. É garantido que não haverá divulgação da identidade do participante, com total sigilo e privacidade de sua participação e de seus dados durante todas as fases da pesquisa e posteriormente na divulgação científica. Por esse motivo não solicitamos o seu nome em nenhum momento, assim como os únicos que terão acesso para visualizar os dados serão o pesquisador responsável e seu orientador de mestrado Dr. Mateus Rossato. Informamos também por ser tratar de uma pesquisa on-line não podemos descartar a possibilidade do site ser invadido por cibercriminosos, para minimizar estes riscos todos os dias o pesquisador responsável entrará no banco de dados da plataforma e extrairá as informações aqui inseridas e armazenará em um computador sem acesso a internet.

Também são esperados os seguintes benefícios com esta pesquisa: Por ser uma pesquisa realizada pela primeira vez com a população brasileira, os participantes que optarem por participar se beneficiarão a curto ou a longo prazo em sua vivência na prática de atividades físicas, uma vez que, saberão as barreiras e impulsionadores do exercício físico em sua comunidade. Melhorando assim os estabelecimentos, o atendimento profissional, e até mesmo o vestuário onde está inserido. Possibilitando a promoção igualitária de seus direitos sociais, civis e culturais.

Se julgar necessário, dispõe de tempo para que possa refletir sobre sua participação, consultando, se necessário, seus familiares ou outras pessoas que possam ajudá-los na tomada de decisão livre e esclarecida.

Deve estar ciente também por ser tratar de um ambiente on-line que haverá a utilização de dados de internet móvel ou da internet residencial. Não havendo quaisquer custos previstos anteriormente. Mas caso haja outros tipos de custos, garantimos ao ressarcimento das despesas. Também estão assegurados o direito a pedir indenizações e a cobertura material para reparação a dano causado pela pesquisa ao participante da pesquisa.

Asseguramos o direito de assistência integral gratuita devido a danos diretos/indiretos e imediatos/tardios decorrentes da sua participação NO ESTUDO, pelo tempo que for necessário. Essa assistência será prestada mediante a faculdade de psicologia - FAPSI da Universidade Federal do Amazonas - UFAM.

Podendo e entrar em contato com o pesquisador responsável a qualquer tempo para informação adicional pelo telefone (92) 98215-2493, ou pelo e-mail [barbarabuosi@ufam.edu.br](mailto:barbarabuosi@ufam.edu.br) Ou se preferir pelo endereço a seguir: Av. General Rodrigo Octavio Jordão Ramos, 1200 - Coroado I, Manaus - AM, 69067-005 localizado no Mini Campus da Universidade Federal do Amazonas na Faculdade de Educação Física e Fisioterapia no bloco C dentro no anexo do LEDEHU.

Também pode entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal do Amazonas (CEP/UFAM) e com a Comissão Nacional de Ética em Pesquisa (CONEP), quando pertinente. O CEP/UFAM fica na Escola de Enfermagem de Manaus (EEM/UFAM) - Sala 07, Rua Teresina, 495 – Adrianópolis – Manaus – AM, Fone: (92) 3305-1181 Ramal 2004, E-mail: [cep@ufam.edu.br](mailto:cep@ufam.edu.br). O CEP/UFAM é um colegiado multi e transdisciplinar, independente, criado para defender os interesses dos participantes da pesquisa em sua integridade e dignidade e para contribuir no desenvolvimento da pesquisa dentro de padrões éticos.

Recomendamos imprimir este TCLE e guardá-lo como comprovante de seu consentimento e dos termos aqui descritos, ou fazer download em PDF. Ao imprimir marcar a opção imprimir "cabeçalhos e rodapés", para ter o link da página de origem e a paginação do TCLE.

Ao clicar no botão abaixo, você concorda em participar da pesquisa nos termos apresentados neste TCLE, e iniciará a resposta ao questionário. Caso não concorde em participar, apenas feche essa página no seu navegador. Caso desista da participação antes de finalizar o formulário basta não enviar ao final.

1. Afirmo que li o Termo de consentimento livre e esclarecido e concordo em participar da pesquisa científica. \*

*Marcar apenas uma oval.*

Sim, eu concordo

2. E-mail \*

PERFIL  
SOCIOECONÔMICO

Assinale as alternativas que correspondam ao seu estado de vida atual

3. Qual a sua data de nascimento? \*

---

Exemplo: 7 de janeiro de 2019

4. Qual o gênero que melhor se identifica? \*

*Marcar apenas uma oval.*

- Homem transgênero
- Mulher transgênero
- Travesti
- Gênero fluido
- Não-binário
- Agênero
- Outro
- Prefiro não responder

5. Qual sua cor/etnia? \*

*Marcar apenas uma oval.*

- Branco(a/e)
- Pardo(a/e)
- Preto(a/e)
- Amarelo(a/e)
- Indígena
- Prefiro não responder

6. Estado civil \*

*Marcar apenas uma oval.*

- Solteiro(a/e)
- Casado(a/e)
- Divorciado(a/e)
- Viúvo(a/e)
- União estavel
- Prefiro não responder

7. Qual cidade reside? \*

---

8. Em qual estado reside? \*

*Marcar apenas uma oval.*

- Acre - AC
- Alagoas - AL
- Amapá - AP
- Amazonas - AM
- Bahia - BA
- Ceará - CE
- Espírito Santo - ES
- Goiás - GO
- Maranhão - MA
- Mato Grosso - MT
- Mato Grosso do Sul - MS
- Minas Gerais - MG
- Pará - PA
- Paraíba - PB
- Paraná - PR
- Pernambuco - PE
- Piauí - PI
- Rio de Janeiro - RJ
- Rio Grande do Norte - RN
- Rio Grande do Sul - RS
- Rondônia - RO
- Roraima - RR
- Santa Catarina - SC
- São Paulo - SP
- Sergipe - SE
- Tocantins - TO
- Distrito Federal - DF
- Prefiro não responder

9. Assinale seu nível de escolaridade de maior grau que possua certificado. \*
- Ex.: Fernando está CURSANDO mestrado. Logo, seu nível de MAIOR GRAU é ensino superior.

*Marcar apenas uma oval.*

- Ensino fundamental incompleto
- Ensino fundamental
- Ensino médio
- Ensino superior
- Especialização
- Mestrado
- Doutorado
- Prefiro não responder

10. Qual é sua ocupação atual? \*

*Marcar apenas uma oval.*

- Estudante
- Trabalhador remunerado
- Ambos
- Desempregado(a/e)
- Prefiro não responder

11. Quantas pessoas moram na mesma casa que você, contando com você? (incluindo parentes e amigos) \*

*Marcar apenas uma oval.*

- Moro sozinho(a/e)
- 2 pessoas
- 3 - 4 pessoas
- 5 - 6 pessoas
- 7 - 8 pessoas
- 9 pessoas ou mais
- Prefiro não responder

12. Sua residência é: \*

*Marcar apenas uma oval.*

- Própria
- Alugada
- Cedida
- Casa de acolhimento
- Prefiro não responder

13. Qual é sua renda familiar aproximada? (Se morar sozinho(a/e) somente sua renda) \*

*Marcar apenas uma oval.*

- Até 1 salário mínimo (até R\$ 1.100,00).
- De 1 a 3 salários mínimos (de R\$ 1.100,01 até R\$ 3.300,00)
- De 3 a 6 salários mínimos (de R\$ 3.300,01 até R\$ 6.600,00)
- De 6 a 9 salários mínimos (de R\$ 6.600,01 até R\$ 9.900,00)
- Acima de 10 salários mínimos (a partir de R\$ 11.000,00)
- Prefiro não responder

14. Qual seu principal meio de transporte? \*

*Marcar apenas uma oval.*

- Bicicleta
- Moto
- Carro
- Ônibus/Transporte coletivo
- Nenhum - a pé
- Prefiro não responder

15. Você possui alguma limitação motora ou doença que lhe impeça de praticar atividade física? Se sim, qual? \*

---

16. Próximo a sua residência possui algum centro esportivo/área de lazer que consiga realizar alguma atividade física? \*

*Marcar apenas uma oval.*

- Não
- Sim - de forma gratuita
- Sim - de forma privada
- Sim - de forma gratuita e privada
- Prefiro não responder

17. Você realiza terapia hormonal para transicionar? \*

*Marcar apenas uma oval.*

- Sim
- Não
- Prefiro não responder

**PERÍODO  
ANTERIOR A  
AFIRMAÇÃO DE  
GÊNERO**

Para responder as próximas questões, leve em consideração **SOMENTE** o período anterior ao se afirmar socialmente seu gênero

18. Com que frequência semanal você costumava praticar atividades físicas ou esportivas? \*

*Marcar apenas uma oval.*

- Não praticava nenhum tipo de prática física
- Pouco quase nunca
- Ocasionalmente
- Muitas vezes
- Sempre
- Prefiro não responder

19. Qual(is) atividade(s) física(s) ou esportiva(s) você realizava em maior frequência? \*

*Marque todas que se aplicam.*

- Esportes coletivos (ex.: Futebol, basquete, vôlei, outros)
- Esportes individuais (ex.: Natação, tênis, skate)
- Lutas/Artes marciais
- Atividades aeróbicas (ex.: Corrida, caminhada, ciclismo)
- Dança
- Musculação
- Prefiro não responder

**PERÍODO  
ATUAL – após  
afirmação.**

Para responder as próximas questões, leve em consideração os últimos 12 MESES ou o período após a afirmação de gênero.

20. Com que frequência semanal você costuma a praticar atividades físicas ou esportivas? \*

*Marcar apenas uma oval.*

- Não realizo práticas físicas regulares
- Ocasionalmente
- 1 - 2 vezes na semana
- 3 vezes por semana
- Mais do que 3 vezes por semana
- Prefiro não responder

21. Qual(is) atividade(s) física(s) ou esportiva(s) você costuma praticar? \*

*Marque todas que se aplicam.*

- Esportes coletivos (ex.: Futebol, basquete, vôlei, outros)
- Esportes individuais (ex.: Natação, tênis, skate)
- Lutas/Artes marciais
- Atividades aeróbicas (ex.: Corrida, caminhada, ciclismo)
- Dança
- Musculação
- Prefiro não responder

**BARREIRAS –**  
Barreiras encontradas  
para a prática de  
atividades físicas ou  
esportivas.

Para responder as próximas perguntas leve em consideração os últimos 12 MESES ou o período após a afirmação de gênero

Avalie as barreiras que dificultaram ou impediram sua participação em atividades físicas ou práticas esportivas nos últimos 12 meses. Classifique cada barreira em uma escala de 0 a 4.

Sendo:

0 = Não tem sido uma barreira para mim.

4= Tem sido uma barreira muito importante.

22. Falta de motivação para se envolverem em atividades físicas ou práticas esportivas \*

Marcar apenas uma oval.

—

0

1

2

3

4

—

23. O tempo gasto com sua ocupação (estudar/trabalhar) \*

Marcar apenas uma oval.

—

0

1

2

3

4

—

—

24. Você está preocupado (a) com o sua aparência enquanto se envolvente em atividades físicas ou práticas esportivas \*

Marcar apenas uma oval.

—

0

1

2

3

4

—

—

25. Falta de confiança em sua capacidade de se envolver em atividades físicas ou práticas esportivas \*

Marcar apenas uma oval.

—

0

1

2

3

4

—

26. Medo de rejeição/assédio em atividades físicas ou práticas esportivas \*

Marcar apenas uma oval.

—

0

1

2

3

4

—

27. Seus amigos não se envolvem em atividades físicas ou práticas esportivas \*

Marcar apenas uma oval.

—

0

1

2

3

4

—

—

28. Seus amigos não apoiam seus esforços para se envolver em atividades físicas ou práticas esportivas \*

Marcar apenas uma oval.

—

0

1

2

3

4

—

—

29. Sua família não se envolve em atividades físicas ou práticas esportivas \*

Marcar apenas uma oval.

—

0

1

2

3

4

—

—

30. Sua família não apoia seus esforços para se envolver em atividades físicas ou práticas esportivas \*

Marcar apenas uma oval.

—

0

1

2

3

4

—

—

31. Você sofre rejeição/assédio nos centros esportivos \*

Marcar apenas uma oval.

0

1

2

3

4

—

32. Falta de sensibilidade para lidar com a diversidade por parte de profissionais de Educação Física. \*

Marcar apenas uma oval.

0

1

2

3

4

—

33. Falta de adequação de chuveiros e vestiários em centros esportivos \*

Marcar apenas uma oval.

0

1

2

3

4

—

34. As atividades e competições são segregadas por sexo \*

Marcar apenas uma oval.

0

1

2

3

4

—

35. Falta de instalações esportivas perto de sua casa \*

Marcar apenas uma oval.

0

1

2

3

4

—

36. O custo econômico é muito alto \*

Marcar apenas uma oval.

0

1

2

3

4

—

37. Falta de variedade nas atividades físicas ou práticas esportivas oferecidas \*

Marcar apenas uma oval.

0

1

2

3

4

—

38. Ausência de associações desportivas LGBTQ+ \*

Marcar apenas uma oval.

0

1

2

3

4

—

39. Falta de publicidade inclusiva LGBTQ+ em centros / organizações esportivas \*

Marcar apenas uma oval.

0

1

2

3

4

Facilitadores –  
Facilitadores  
encontrados para a  
prática de atividades  
físicas ou esportivas

Para responder as próximas perguntas leve em consideração os últimos 12 MESES ou o período após afirmação de gênero.

Avalie os facilitadores que motivam sua participação em atividades físicas ou práticas esportivas nos últimos 12 meses. Classifique cada facilitador em uma escala de 0 a 4.

Sendo

0 = não tem sido motivador para mim.

4= tem sido um motivador muito importante.

40. Busca por um corpo ativo e saudável \*

Marcar apenas uma oval.

→ \_\_\_\_\_

0

1

2

3

4

\_\_\_\_\_

—

41. Satisfação/prazer em realizar a atividade física \*

Marcar apenas uma oval.

→ \_\_\_\_\_

0

1

2

3

4

\_\_\_\_\_

—

42. A mudança corporal que nota em seu corpo decorrente a hormonização \*

Marcar apenas uma oval.

0

1

2

3

4

—

43. Acentuar as mudanças corporais \*

Marcar apenas uma oval.

0

1

2

3

4

—

44. Caso realize, ou tenha realizado a cirurgia de redesignação sexual lhe motiva a praticar exercício físico \*

Marcar apenas uma ova.

—

0

1

2

3

4

—

45. Centros/ organizações esportivas voltadas apenas para LGBTQ+ \*

Marcar apenas uma ova.

—

0

1

2

3

4

—

46. Vestiários individuais ou com divisões em centros esportivos \*

Marcar apenas uma oval.

—

0

1

2

3

4

—

—

47. Apoio dos familiares \*

Marcar apenas uma oval.

—

0

1

2

3

4

—

—

48. Apoio dos amigos \*

Marcar apenas uma oval.

—

0

1

2

3

4

—

49. Apoio dos professores, técnicos e demais profissionais de educação física \*

Marcar apenas uma oval.

—

0

1

2

3

4

—

---

Este conteúdo não foi criado nem aprovado pelo Google.

## Google Formulários

## **APÊNDICE B**

### **Termo de consentimento livre e esclarecido**



## TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidado(a/e) a participar do projeto de pesquisa intitulado "BARREIRAS E FACILITADORES PARA A PRÁTICA DA ATIVIDADE FÍSICA EM PESSOAS TRANSGÊNERO", cujo pesquisador responsável é a Bárbara Proença Buosi, mestrando em ciências da saúde, formada em Educação Física.

Caso se identifique como transgênero, estás sendo convidado(a/e) a participar da pesquisa que tem como objetivo identificar quais são os fatores motivantes e desmotivantes para realizar práticas físicas em seu cotidiano. Na hipótese de aceitar participar da pesquisa sua contribuição consiste em responder um questionário com perguntas fechadas e escala likert que não tomará mais do que 15 minutos do seu tempo. As perguntas serão divididas em cinco tópicos que refletem o objetivo do estudo, estes são: 1) Perfil sócio econômico; 2) Características da atividade física antes da afirmação de gênero; 3) Características das atividades físicas após a afirmação de gênero; 4) Principais barreiras para a prática de AF e 5) Principais facilitadores para a prática de AF. No tópico 1 serão realizadas perguntas como a data de nascimento, estado que reside, gênero afirmado, condição financeira e ocupação. No tópico 2 e 3 haverá questões sobre a possível realização, ou não, de práticas físicas e quais realiza, sendo no período anterior a sua afirmação social de gênero e atual . Já as dimensões 5 e 6 envolverão questões sobre barreiras e facilitadores para a inserção de práticas esportivas em seu cotidiano tendo como base o período dos últimos 12 meses. Previno que as informações aqui coletadas serão confidenciais e privadas, protegendo sua identidade e imagem e a não haverá estigma, garantindo a não utilização das informações em prejuízo de pessoas e/ou das comunidades. Nenhuma pergunta será obrigatória, caso não se sinta confortável a responde-la.

Você possui plena liberdade de recusar-se a participar ou retirar seu consentimento, em qualquer fase da pesquisa. Caso após preencher e enviar o questionário desejar retirar seu consentimento para uso dos dados, deve entrar em contato com o pesquisador responsável através do e-mail, este lhe enviará resposta confirmando ciência de sua decisão.

---

Rubricas \_\_\_\_\_ (Participante)

Página 1 de 3

\_\_\_\_\_ (Pesquisador)



## Universidade Federal do Amazonas Programa de Pós- Graduação em Ciências da Saúde



Toda pesquisa com seres humanos envolve riscos aos participantes. Nesta pesquisa os principais riscos poderão estar presentes durante a resposta a alguma das perguntas podendo gerar desconforto por haver informações pessoais sobre seu estado financeiro e também se há realização de cirurgias e terapia hormonal. Para diminuir tais desconfortos, as perguntas foram estruturadas utilizando os termos adequados a população em questão, passando pela revisão de dois acadêmicos transgênero. É garantido que não haverá divulgação da identidade do participante, com total sigilo e privacidade de sua participação e de seus dados durante todas as fases da pesquisa e posteriormente na divulgação científica. Por esse motivo não solicitamos o seu nome em nenhum momento, assim como os únicos que terão acesso para visualizar os dados serão o pesquisador responsável e seu orientador de mestrado Dr. Mateus Rossato. Informamos também por ser tratar de uma pesquisa on-line não podemos descartar a possibilidade do site ser invadido por cibercriminosos, para minimizar estes riscos todos os dias o pesquisador responsável entrará no banco de dados da plataforma e extrairá as informações aqui inseridas e armazenará em um computador sem acesso à internet.

Também são esperados os seguintes benefícios com esta pesquisa: Por ser uma pesquisa realizada pela primeira vez com a população brasileira, os participantes que optarem por participar se beneficiarão a curto ou a longo prazo em sua vivência na prática de atividades físicas, uma vez que, saberão as barreiras e impulsionadores do exercício físico em sua comunidade. Melhorando assim os estabelecimentos, o atendimento profissional, e até mesmo o vestuário onde está inserido. Possibilitando a promoção igualitária de seus direitos sociais, civis e culturais.

Se julgar necessário, dispõe de tempo para que possa refletir sobre sua participação, consultando, se necessário, seus familiares ou outras pessoas que possam ajudá-los na tomada de decisão livre e esclarecida. Deve estar ciente também por ser tratar de um ambiente on-line que haverá a utilização de dados de internet móvel ou da internet residencial. Não havendo quaisquer custos previstos anteriormente. Mas caso haja outros tipos de custos, garantimos ao ressarcimento das despesas. Também estão assegurados o direito a pedir indenizações e a cobertura material para reparação a dano causado pela pesquisa ao participante da pesquisa.

---

Rubricas \_\_\_\_\_ (Participante)

Página 2 de 3

\_\_\_\_\_ (Pesquisador)



## Universidade Federal do Amazonas Programa de Pós- Graduação em Ciências da Saúde



Asseguramos o direito de assistência integral gratuita devido a danos diretos/indiretos e imediatos/tardios decorrentes da sua participação NO ESTUDO, pelo tempo que for necessário. Essa assistência será prestada mediante a faculdade de psicologia - FAPSI da Universidade Federal do Amazonas - UFAM.

Podendo e entrar em contato com o pesquisador responsável a qualquer tempo para informação adicional pelo telefone (92) 98215-2493, ou pelo e-mail barbarabuosi@ufam.edu.br ou se preferir pelo endereço a seguir: Av. General Rodrigo Octavio Jordão Ramos, 1200 - Coroado I, Manaus - AM, 69067-005 localizado no Mini Campus da Universidade Federal do Amazonas na Faculdade de Educação Física e Fisioterapia no bloco C dentro no anexo do LEDEHU.

Também pode entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal do Amazonas (CEP/UFAM) e com a Comissão Nacional de Ética em Pesquisa (CONEP), quando pertinente. O CEP/UFAM fica na Escola de Enfermagem de Manaus (EEM/UFAM) - Sala 07, Rua Teresina, 495 – Adrianópolis – Manaus – AM, Fone: (92) 3305-1181 Ramal 2004, E-mail: cep@ufam.edu.br. O CEP/UFAM é um colegiado multi e transdisciplinar, independente, criado para defender os interesses dos participantes da pesquisa em sua integridade e dignidade e para contribuir no desenvolvimento da pesquisa dentro de padrões éticos.

Recomendamos imprimir este TCLE e guardá-lo como comprovante de seu consentimento e dos termos aqui descritos,

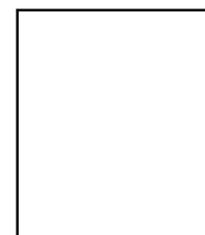
### CONSENTIMENTO PÓS-INFORMAÇÃO

Li e concordo em participar da pesquisa.

          (Local)          , \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

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

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



IMPRESSÃO DACTILOSCÓPICA

Rubricas \_\_\_\_\_ (Participante)

\_\_\_\_\_ (Pesquisador)

## **APÊNDICE C**

**Trabalhos desenvolvidos e relacionados com a pesquisa - Capítulo de livro publicado**

See discussions, stats, and author profiles for this publication at: <https://www.researchgate.net/publication/362666333>

# PESSOAS TRANSGÊNERO: BARREIRAS E FACILITADORES PARA A PRÁTICA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS

Chapter · August 2022

DOI: 10.35587/brj.ed.0001723

---

CITATIONS

0

READS

17

2 authors, including:



**Mateus Rossato**

Federal University of Amazonas

116 PUBLICATIONS 622 CITATIONS

SEE PROFILE

Some of the authors of this publication are also working on these related projects:



Biodynamics of the disabilities [View project](#)



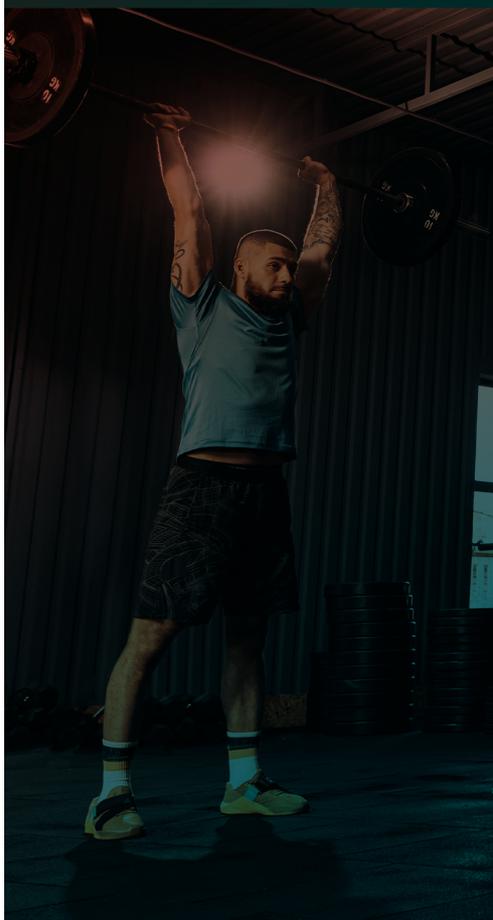
Effects of low level laser therapy (LLLT) on neuromuscular parameters, performance, and fatigue [View project](#)



Ewertton de Souza Bezerra  
Organizador

# DESEMPENHO HUMANO: VERTENTES DO EXERCÍCIO FÍSICO E ESPORTE

1º Edição



**Ewertton de Souza Bezerra**  
**Organizador**

**Desempenho humano:  
vertentes do exercício  
físico e esporte**

1° Edição

**Brazilian Journals Editora**  
**2022**

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)  
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)**

Bezerra, Ewertton de Souza

Desempenho humano: vertentes do exercício físico e esporte [livro eletrônico] / Ewertton de Souza Bezerra. -- 1. ed. -- São José dos Pinhais, PR: Brazilian Journals, 2022.

PDF.

ISBN 978-65-81028-43-5

DOI 10.35587/brj.ed.0001558

1. Atividade física 2. Educação física 3. Esportes 4. Exercícios físicos 5. Exercícios físicos - Aspectos fisiológicos 6. Pesquisa científica I. Título.

22-110703

CDD-305.26

**Índices para catálogo sistemático:**

1. Exercícios físicos: Promoção da saúde 613.71  
Aline Grazielle Benitez - Bibliotecária - CRB-1/3129

Brazilian Journals Editora  
São José dos Pinhais – Paraná – Brasil  
[www.brazilianjournals.com.br](http://www.brazilianjournals.com.br)  
[editora@brazilianjournals.com.br](mailto:editora@brazilianjournals.com.br)

## CAPÍTULO 13

# PESSOAS TRANSGÊNERO: BARREIRAS E FACILITADORES PARA A PRÁTICA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS

**Bárbara Proença Buosi**  
**Mateus Rossato**

DOI: 10.35587/brj.ed.0001723

### **Pontos-chaves:**

- Deve se ter entendimento sobre diferenças entre os termos *sexo biológico* e *identidade de gênero*;
- A prática regular de AF desempenharia resultados positivos também em pessoas trans que realizam terapia hormonal de redesignação;
- Há um grande trajeto a ser percorrido pela inserção igualitária e equitativa de pessoas trans em centros esportivos, academias e espaço de lazer e recreação.

## **1. INTRODUÇÃO**

De acordo com recomendações recentes da Organização Mundial da Saúde (WHO, 2020), para a manutenção da saúde, a indicação é que seja realizada a prática de atividade física (AF) semanalmente de no mínimo 150 minutos em intensidade moderada por jovens e adultos.

Desta forma, fatores intrínsecos e extrínsecos são determinantes para a obtenção tais níveis de AF pela

população (ALENCAR *et al.*, 2011), podendo ser dividido entre estímulos e obstáculos. Segundo Moore *et al.*, (2010) e Marques, Sarmiento, Carreiro (2015), alguns desses estímulos por parte das pessoas cisgêneros (cis) são a busca pela saúde, socialização com amigos e aperfeiçoamento corporal, assim como os obstáculos correspondem a instalações ruins, custos elevados ou interesse em atividades de lazer mais monótonas.

Elling-Machartzki (2017), expõe que o envolvimento de pessoas transgênero (trans) em programas de AF possui um baixo número de facilitadores, em oposição a um alto número de barreiras, influenciando diretamente no quantitativo desses praticantes em exercícios físicos. Esses achados se apoiam no estudo de López-Cañada *et al.*, (2020) que evidencia uma baixa prevalência de pessoas trans ativas fisicamente: reportam que entre os participantes da pesquisa (212 trans), 14,5 % dos participantes pararam de realizar atividade física após assumirem seu gênero e 10,6 % nunca estiveram inseridos em nenhuma prática esportiva. Enquanto o grupo que realizava AF, 50 % desses praticavam somente uma ou duas vezes na semana.

Nesse sentido, surge a indagação de quais seriam as principais barreiras e facilitadores da população trans para a prática de AF's. Assim, este capítulo pretende abordar estudos que poderão elucidar parcialmente quais são os motivos para uma baixa prevalência de trans ativos fisicamente. Daremos

enfoque a pessoas trans que realizam o processo de terapia hormonal de redesignação, conhecido também como hormonização. Esse grupo dentro do “guarda-chuva transgênero” foi escolhido devido a atual conjuntura de debate sobre a condição física em que o corpo se encontra pela aplicação de hormônios. Iniciaremos conceituando o que se entende por transgênero, a importância da prática de AF para esse grupo, bem como suas barreiras e facilitadores.

## **2. COMPREENDENDO O “T” DO LGBTQ+**

Estima-se que 0,5 % da população se reconheça como transgênero (BAUER *et al.*, 2015). Entretanto, deve-se ressaltar que este campo de estudo voltado para a influência da AF em trans é recente. Seu início é de meados do século XXI, com enfoque direcionado a ciências sociais, uma vez que esses indivíduos ainda são determinados pelos padrões da cis-heteronormatividade (termo usado para descrever situações nas quais identidades de gênero diferentes do cisgênero e/ou orientações sexuais diferentes da heterossexual são marginalizadas, ignoradas ou perseguidas por práticas sociais, crenças ou políticas). Desse modo, não há como distanciar as discussões sobre a ótica social dentro da esfera dessa população. Alguns termos utilizados serão explicados nesse

momento, contudo possuirão outros nas notas de rodapé. Recomenda-se tal leitura para melhor assimilação do texto.

Deve-se ter clareza quanto às diferenças entre os termos *sexo biológico* e *identidade de gênero* para melhor entendimento sobre a temática. O primeiro refere-se unicamente ao órgão sexual presente no corpo fisiológico, diferente do gênero que é uma construção social ligada a auto percepção do indivíduo, sendo o entendimento ao qual gênero este se identifica (JESUS, 2012). Compreende-se que pessoas cis são aquelas que se identificam com o gênero que lhes foram atribuídas no nascimento em decorrência do seu órgão sexual, enquanto as pessoas trans não se reconhecem junto ao gênero que lhes foi conferido inicialmente ao nascimento, sendo também um termo guarda-chuva, pois a partir dele, surgem outras expressões, como por exemplo o termo “travesti” (pessoa que se identifica com o feminino, mas não com o “ser mulher”. É uma identidade entre a binaridade e a não-binaridade).

A título de entendimento, alguns trans podem sentir a necessidade de realizar cirurgias ou hormonização para modificação corporal, não sendo uma regra, pois o que valida sua condição é o entendimento interpessoal e não a estética corporal, desconstruindo a ideia de que um gênero só é válido pelo órgão sexual que o indivíduo possui. Anteriormente, os trans que optavam por realizar estes procedimentos de

modificação corporal eram denominadas como “transexuais”, porém o termo caiu em desuso por se aplicar erroneamente o sufixo “sexual”, utilizado apenas para expressar a *orientação sexual* (termo que está relacionado com as diferentes formas de atração afetiva e sexual de cada um. Esse conceito veio substituir o de “opção sexual” visto que as pessoas não escolhem sua orientação, ou seja, elas desenvolvem sua sexualidade ao longo da vida) da pessoa, o que nada tem a ver com o gênero.

No Brasil, os trans que almejam a realização da terapia de hormonização e a cirurgia podem iniciar o tratamento gratuitamente pelo Sistema Único de Saúde (SAÚDE; CONSELHO NACIONAL DE SAÚDE, 2011). Contudo, no Brasil existem poucos centros especializados nesse tipo de atendimento, enquanto a fila de espera se mantém extensa. Isso faz com que grande parte dos trans interessados em realizar a hormonização e/ou a cirurgia procure por atendimento particular ou até mesmo clandestino, uma vez que tal parte não possui condições financeiras de arcar com os custos dos tratamentos. Fornecedores ilegais vendem substâncias, especialmente hormônios masculinos, sem controle (LIMA, 2017), havendo ainda um grande caminho a percorrer pela segurança nos direitos do público LGBTQ+.

Como visto anteriormente, existem trans que apresentam disforia de gênero (a disforia de gênero

caracteriza-se por identificação forte e persistente com o gênero oposto associada a ansiedade, depressão, irritabilidade e muitas vezes a um desejo de viver como um gênero diferente do sexo do nascimento) e não se identificam totalmente ou parcialmente com suas características físicas (ARAÚJO, 2017). O que os têm motivado a realizarem a terapia hormonal de redesignação, a fim de adquirirem características sexuais normativas, o que inclui a supressão de hormônios endógenos e a substituição por hormônios consistentes com o gênero afirmado (RADIX, 2019). Para que haja o início da terapia de redesignação, deve-se haver o acompanhamento da saúde por uma equipe multiprofissional, a fim de acompanhar como o paciente se encontra física e psicologicamente (RADIX, 2019). Em casos que o paciente seja menor de 18 anos, só é permitido iniciar o tratamento com o consentimento dos pais.

Para o tratamento de redesignação em homens trans é necessário que haja a aplicação exógena da testosterona. A mesma pode ser administrada em diferentes vias, como injeções intramusculares ou subcutâneas, aplicações transdérmicas (géis ou adesivo) ou incluindo implantes subcutâneos. Ao utilizarem testosterona homens trans alteram sua composição corporal, passando a ter uma maior massa livre de gordura de maneira geral no corpo e concentrando gordura na região do abdome. Além disso, destaca-se o aumento de pelos corporais e faciais, mudança na voz e

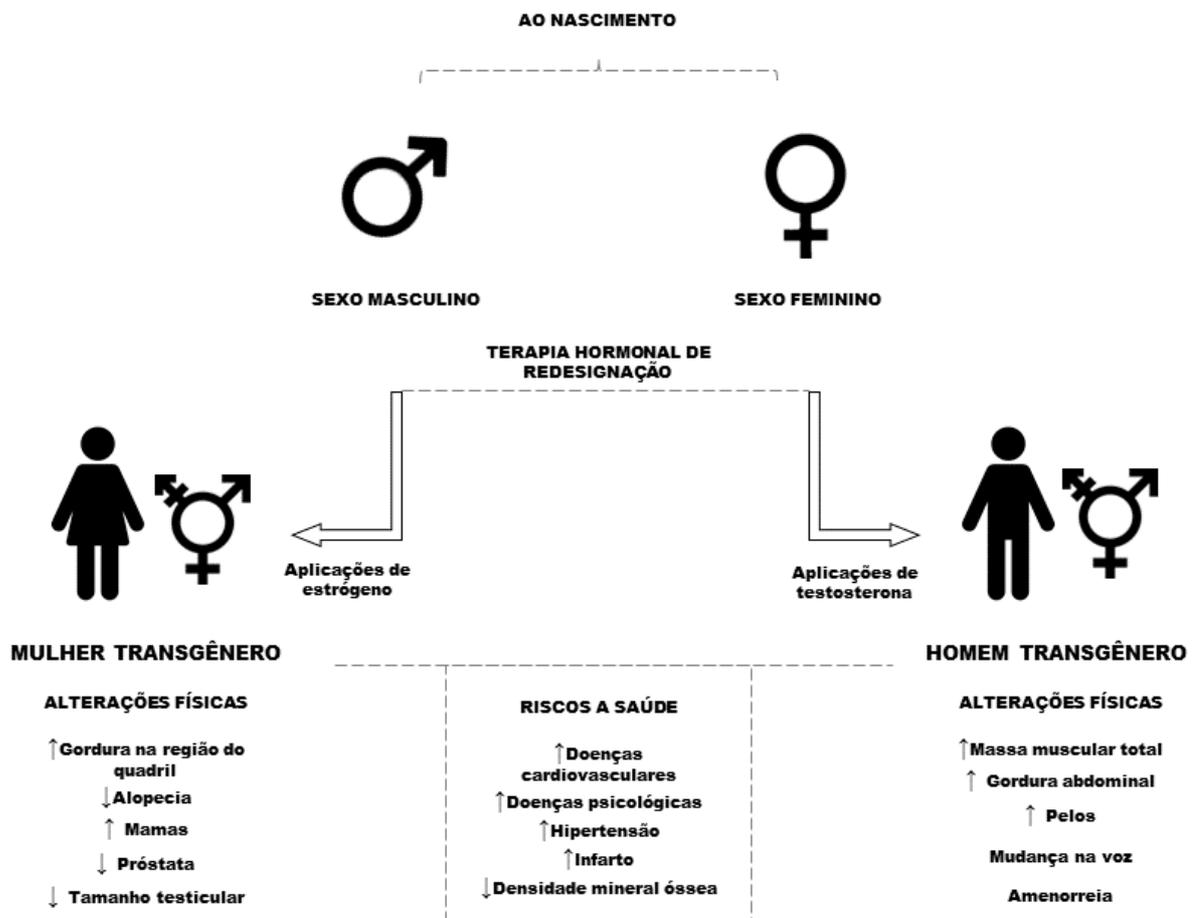
também amenorreia (ausência da menstruação no período em que elas deveriam acontecer, ou cessação desta) (NARASIMHAN; SAFER, 2018). Estudos feitos por nosso grupo, e ainda não publicados, observaram que as reduções no percentual de gordura e ganho de massa magra de homens trans têm relação direta com o tempo de hormonização.

Já em mulheres trans, é aplicado o estrogênio (do tipo estradiol combinado com antiandrógeno) por vias transdérmicas ou oral (RADIX (2019). As alterações corporais implicam na redistribuição da gordura para a região dos glúteos e coxas, além de resultar no crescimento mamário, lentidão na alopecia androgênica (perda permanente de cabelo do couro cabeludo causando a calvície), redução da próstata e tamanho testicular (KLAVER *et al.*, 2018).

Junto a hormonização, surgem outros fatores que requerem atenção à saúde. Homens trans ao realizarem hormonioterapia apresentam agravos em fatores de risco de doenças cardiovasculares, entre elas, resistência à insulina e elevação da pressão arterial (GETAHUN *et al.*, 2018; IRWIG, 2018). Tais agravos elevam a preocupação com acidente vascular cerebral ou infarto do miocárdio (STREED *et al.*, 2017). Em mulheres trans a preocupação vai além. Algumas apresentam indícios de trombose (IRWIG, 2018), alterações na densidade mineral óssea (DMO) e índices altos de osteoporose e deficiência de vitamina D (DAVIDGE-PITTS; CLARKE, 2019).

Outra circunstância a ser destacada com essa população são os altos níveis de doenças psicológicas, ressaltando a depressão, ansiedade, baixa autoestima (BOUMAN *et al.*, 2017; MILLET; LONGWORTH; ARCELUS, 2017), assim como pensamentos suicidas (CARMEL; ERICKSON-SCHROTH, 2016; VEALE *et al.*, 2017). As principais alterações físicas e os riscos à saúde do trans que realiza cirurgia de redesignação estão apresentadas na figura 1.

Figura 1: Alterações físicas e riscos a saúde causados pela cirurgia de redesignação.



Fonte: os autores.

## 2.2 Importância da prática de AF pela população Trans

Todos os fatores de risco para saúde apresentados em pessoas cis, quando associado a prática regular de AF, tendem a melhorar. Tal fato acontece devido a AF promover cardioproteção, possuindo um ótimo desempenho no metabolismo da musculatura cardíaca (SANTOS *et al.*, 2020), auxiliando dessa forma na prevenção e controle das doenças cardiovasculares e diminuindo a pressão arterial (RIQUE; SOARES; MEIRELLES, 2002). Andreoli *et al.*, (2000) demonstram que indivíduos cis praticantes de AF que apresentam maiores sobrecargas, apresentam maior densidade mineral óssea (DMO), quando comparado com aqueles que não praticam. Desta maneira, nota-se que o nível e tipo de atividade física influencia na saúde óssea, uma vez que a manutenção da DMO é importante para prevenção de osteoporose (CADORE; BRENTANO; KRUEL, 2005). Em relação aos aspectos psicológicos, quem realiza AF regularmente apresenta melhores taxas da autoestima e redução dos níveis de depressão (SANTOS, 2019).

Isso nos leva a crer que a prática regular de AF desempenharia resultados positivos também em pessoas trans que realizam terapia hormonal de redesignação, mudando assim o quadro de possíveis complicações decorrentes da hormonização. Entretanto, estudos que avaliaram esses efeitos ainda são escassos. Além disso, pessoas trans encontram

barreiras (ELLING-MACHARTZKI, 2017) para se inserir no meio esportivo e de AF, ficando muitas vezes à margem da inclusão, não se favorecendo dos benefícios da prática regular de AF.

### 2.3 Barreiras encontradas para a prática de atividade física pela população trans

Como visto anteriormente, o quantitativo de pessoas trans que realizam AF se mostra aquém do desejado. Isso instigou autores como López-Cañada *et al.*, (2020) a questionarem quais seriam os motivos para não haver melhores índices da prática esportiva e AF's, e conseqüentemente as dificuldades e obstáculos que tal população enfrenta. Tais informações são úteis para a compreensão de quais fatores moldam esse cenário. Úbeda-Colomer *et al.*, (2020) desenvolveram e validaram um instrumento para avaliar as barreiras e facilitadores que fosse adequado para o público de lésbicas, gays, bissexual, transgênero, *queer* (palavra proveniente do inglês usada para designar pessoas que, seja por sexo biológico, orientação sexual, orientação romântica, identidade de gênero ou expressão de gênero, não correspondem a um padrão cis-heteronormativo, termo guarda-chuva) e outros (LGBTQ+).

A partir desse questionário, os autores elencaram três itens socioecológicos, que consistiam em barreira intrapessoal,

interpessoal e ambiental. No primeiro, estavam contidos fatores individuais, vinculando AF e esporte à autoconfiança (intrapessoal), enquanto o nível interpessoal era o vínculo social e familiar. Já no nível ambiental, estavam incluídos fatores comunitários, organizacionais e institucionais assim como as acomodações.

Como conclusão, o questionário se mostrou confiável e útil, deixando um adendo ao ser utilizado em países de língua não-espanhola; este deverá ser ajustado a relações culturais do país em questão, uma vez que foi desenvolvido na Espanha. Com isto, é possível elencar quais fatores tornam-se relevantes nas práticas esportivas e de AF do público LGBTQ+. De acordo com Symons; O'sullivan; Polman (2017), estudos como esses se fazem necessários, pois, uma vez que estes grupos sofrem severos ataques homofóbicos, bifóbicos e transfóbicos (termos utilizados para descrever ideias, atitudes ou sentimentos negativos, preconceituosos ou discriminatórios contra a orientação sexual e/ou identidade de gênero) por suas particularidades que fogem ao padrão heteronormativo.

Ainda em relação às barreiras e facilitadores para as práticas de AF's por pessoas trans, Jones *et al.*, (2017) realizou uma entrevista semiestruturada com 14 pessoas trans, sendo nove homens e cinco mulheres, com faixa etária entre 18 a 36 anos. O objetivo era elencar os fatores relacionados ao envolvimento esportivo em jovens adultos trans em transição.

Os autores identificaram agravantes intrapessoais como a incongruência de gênero; insatisfação corporal, agravantes interpessoais como a ansiedade com as reações dos outros; participação em esportes de equipe e fatores ambientais como vestiários e chuveiros; além das roupas esportivas.

Vale recordar que os tipos de agravantes se dividem em subáreas para um melhor entendimento da temática. Contudo, um agravante será afetado por outro, uma vez que se interligam.

Agravantes intrapessoais: durante o estágio de transição a maioria dos participantes optava por se abster das práticas esportivas por não estarem em harmonia com seu gênero, afetando assim a confiança, citando que se sentiriam mais à vontade quando o seu corpo passasse completamente pelas mudanças corporais ocasionadas pela hormonização, pois o período em que estavam vivendo não conseguiam se “*passar*” (passar/passabilidade: termo coloquial utilizado no meio LGBTQ+ para expressar que o indivíduo transgênero não apresenta traços ligados a condição de seu órgão sexual, empregando ideias cisnormativas) socialmente.

Consequentemente, apresentavam insatisfação corporal, principalmente enquanto corriam ou pulavam por haver movimentação de suas estruturas físicas sexuais deixando-os desconfortáveis nessas situações.

Agravantes interpessoais: internamente sentiam-se julgados por sua expressão de gênero por meio de pessoas externas, citando que em alguns casos já haviam sido vítimas de discriminação ou estigma, entretanto poucos citaram a experiência real de transfobia nesses espaços, seus medos derivavam de experiências anteriores e a crença de não aceitação do outro, evitando assim os vestiários, tendo que recorrer a outros comportamentos para não precisarem utilizar as dependências do local onde realizavam AF.

Agravantes ambientais: o vestiário se mostrou o lugar onde se sentiam mais vulneráveis, com o sentimento que as demais pessoas poderiam abusar deles, julgá-los ou rir de sua situação. A razão principal se dá pela infraestrutura dessas instalações, já que estas são divididas pelo gênero binário (classificação do gênero e sexo em duas formas distintas e opostas, tal como masculino ou feminino), e muitas vezes possuindo ambientes abertos e de pouca privacidade para trocar a roupa ou tomar banho, ficando desconfortáveis e excluídos pela preocupação das outras pessoas verem seus tórax e genitálias. Nesta situação, incluem-se também as roupas esportivas estereotipadas para homens e mulheres, onde a maneira que o indivíduo se veste revela mais do que gostaria que fosse exibido, ou que deveria seguir um certo papel de gênero se não as utilizassem. De tal modo, ficando ainda mais evidente em trajes de banhos, em que um maiô ou

traje de duas peças são utilizados majoritariamente por mulheres cis. Para estes homens trans que ainda não haviam realizado a mastectomia (cirurgia de remoção completa da mama e consiste em um dos tratamentos cirúrgicos para o câncer de mama, para a ginecomastia ou como parte da cirurgia de redesignação sexual do homem trans) a utilização do *binder* (tecido elástico e de compressão para ser alocado no tórax, com objetivo de reduzir o tamanho dos seios) lhe causava falta de ar, mas sem esse vestuário sentiam-se disfóricos. Além desses fatores externos, ainda há a participação em equipes esportivas, julgando que os demais membros da equipe não alinhariam com sua identidade de gênero atual. Os homens trans se comparavam com seus pares cis em seus níveis de força e tamanho, ficando aflitos por acharem perigosas essas interações durante a prática esportiva.

Ao mesmo tempo, Ferrey (2020) traz outra discussão no impacto ambiental a esses indivíduos. Em seu estudo, participaram 50 mulheres e homens trans além de pessoas não binárias (é uma categoria abrangente para identidades de gênero que não estão relacionadas apenas a identidades masculinas ou femininas que estão fora do binário e da cisnormatividade de gênero) e todos relataram passar por situações de transfobia. O autor correlaciona que quanto maior a recorrência por essa situação, mais estes jovens tinham

comportamentos transfóbicos consigo mesmos, a posto que, seus companheiros de equipe, professores e treinadores corroboravam com esta conduta. Relata-se também que a participação desses jovens em AF's e esportes ocorria pela obrigatoriedade da disciplina de Educação Física em suas escolas, limitando a vontade desses jovens de participarem de outras AF's fora do ambiente escolar.

Devís-Devís *et al.*, (2020) também citam que há uma maior participação e preferência por esportes individuais do que esportes coletivos, ressaltando que indivíduos trans sentem-se mais confortáveis na prática de AF's sozinhos. A exemplo disso, homens trans relataram que preferiam correr sozinhos pois não precisavam usar o *binder* e a respiração ficava mais ritmada (JONES *et al.*, 2017). A preferência a esportes e AF individuais se dava antes da realização da hormonização tanto por homens e mulheres trans e permanecia nos mesmos níveis após o tratamento hormonal (LÓPEZ-CAÑADA *et al.*, 2020).

Outro achado de LÓPEZ-CAÑADA *et al.*, (2020) exhibe quais práticas esportivas e AF's eram mais realizadas antes e depois da terapia de redesignação sendo o estudo realizado em diferentes regiões da Espanha. Enquanto homens trans antes da hormonização praticavam mais futebol, basquetebol e musculação, após a hormonização a prática de futebol e musculação permaneceram, porém o basquetebol decaiu dando

espaço para a corrida e o ciclismo. Já em mulheres trans, antes da hormonização, as AF's mais praticadas eram a dança e o skate. Após a hormonização, estas continuaram praticando dança. Em ambos os casos a natação perdeu números significativos de participantes após o tratamento hormonal.

Todos esses relatos revelam que os agravantes estão completamente interligados e não podem ser desvinculados, em virtude da estrutura socioambiental que as pessoas trans são compelidas a passar antes mesmo de afirmar sua identidade de gênero, levando inseguranças para sua vida particular e social. Contudo, apesar desse cenário, existem elementos facilitadores para a prática esportiva e de AF's para pessoas trans.

#### 2.4 Elementos facilitadores para prática de atividade física

Assim como indivíduos cis possuem seus fatores motivantes para a prática AF, como manutenção da saúde, diversão e melhorar sua aparência física entre outros (SALMON *et al.*, 2003), pessoas trans também expressam os mesmos impulsos, mas com suas particularidades da sua identidade de gênero, possuindo igualmente fatores externos e internos dos níveis socioecológicos.

Jones *et al.*, (2017) relataram que apesar desses indivíduos estarem disfóricos com seus corpos, eles estavam

instigados a melhorarem sua aparência física através de AF's. A inserção de homens trans pós mastectomizados em práticas esportivas se mostrou mais elevada, e os demais homens trans que não haviam ainda realizado a cirurgia supuseram que após a cirurgia de redesignação ficariam mais à vontade para estarem inseridos neste meio.

Esse último fator revela também que os indivíduos trans procuram ser mais fisicamente ativos para haver a acentuação das mudanças corporais para empregarem papéis de gênero ocidentais, em que o padrão de beleza mostra a estrutura corporal de mulheres com cintura mais delineada e homens com tônus muscular mais desenvolvido nos membros superiores (VENDRUSCOLO; MALINA; AZEVEDO, 2014). Por esse motivo, homens trans apresentam mais disposição para trabalhar o ganho de massa muscular e assim melhorar sua autoestima e percepção sobre si, seguindo um modelo físico masculino estereotipado. Por outro lado, mulheres trans buscavam deixar seus corpos mais esguios e delicados. Também foi relatado que esses homens trans, após a aplicação de testosterona, se sentiam mais propensos a ganhar massa muscular realizando AF. Outros fatores contribuintes eram estar saudáveis e com o peso adequado para realizarem a cirurgia de redesignação.

Sobre os fatores ambientais, os trans entrevistados demonstraram ficar mais seguros em locais que mostrem ser

mais acolhedores e com infraestrutura mais acessíveis a sua posição. Especialmente como citado em “espaços seguros” onde os outros participantes também eram trans. Fora desses ambientes, o que lhe dava segurança era ter colegas e treinadores que não permitiam acontecer atos transfóbicos (FERREY, 2020).

### **3. APLICAÇÕES PRÁTICAS**

Ainda há um grande trajeto a ser percorrido pela inserção igualitária e equitativa de pessoas trans em centros esportivos, academias e espaço de lazer e recreação. É de suma importância planejar espaços em que as pessoas trans fiquem à vontade para se expressarem, sem serem acuadas e/ou reprimidas por sua identidade de gênero, ou seja, espaços seguros e livres de transfobia e que compreendam a fase que estão vivendo. Para isso, o mais significativo é haver a disseminação de informações sobre sua expressão de gênero, principalmente dando local de fala a esta população marginalizada pela sociedade. Conseqüentemente a essas ações, deve-se fomentar a elaboração de espaços físicos mais inclusivos e com profissionais que não permitam a ocorrência de atos transfóbicos.

Sugere-se que sejam desenvolvidos estudos com um número maior de participantes de diferentes regiões do Brasil,

incluindo, além dos fatores abordados nesse capítulo, também o perfil sócio-cultural-econômico de pessoas trans. Nesse sentido, conseguiremos incluir a população trans para obter os benefícios que a atividade física regular se propõe.

## REFERÊNCIAS

ALENCAR, M. *et al.*, Motivação à prática regular de atividade física: um estudo exploratório. **Estudos de Psicologia**, v. 16, n. 1, p. 99–106, 2011.

ANDREOLI, A. *et al.*, , . and Muscle Mass in Highly Trained Athletes. **Medicine & Science in Sports & Exercise**, p. 507–511, 2000.

ARAÚJO, D. S. M. DE. CIDADÃO TRANS - Existência e Aplicação de Políticas Públicas para o Público Transgênero. 2017.

BAUER, G. R. *et al.*, , . Factors impacting transgender patients' discomfort with their family physicians: A respondent-driven sampling survey. **PLoS ONE**, v. 10, n. 12, p. 1–16, 2015.

BOUMAN, W. P. *et al.*, , . Transgender and anxiety: A comparative study between transgender people and the general population. **International Journal of Transgenderism**, v. 18, n. 1, p. 16–26, 2017.

CADORE, E. L.; BRENTANO, M. A.; KRUEL, L. F. M. Efeitos da atividade física na densidade mineral óssea e na remodelação do tecido ósseo. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 11, n. 6, p. 373–379, 2005.

CARMEL, T. C.; ERICKSON-SCHROTH, L. Mental Health and the Transgender Population. **Psychiatric Annals**, v. 46, n. 9, p. 1689–1699, 2016.

DAVIDGE-PITTS, C.; CLARKE, B. L. Transgender bone health. **Maturitas**, v. 127, n. April, p. 35–42, 2019.

DEVÍS-DEVÍS, J. *et al.*, , . Physical activity and sport in trans persons before and after gender disclosure: prevalence,

frequency, and type of activities. **Journal of physical activity and health**, v. 17, p. 2020, 2020.

ELLING-MACHARTZKI, A. Extraordinary body-self narratives: sport and physical activity in the lives of transgender people. **Leisure Studies**, v. 36, n. 2, p. 256–268, 2017.

FERREY, A. Environmental impact on physical activity and health in transgender youth. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 34, n. Esp., p. 87–95, 2020.

GETAHUN, D. *et al.*, Cross-sex hormones and acute cardiovascular events in transgender persons: A cohort study. **Annals of Internal Medicine**, v. 169, n. 4, p. 205–213, 2018.

IRWIG, M. S. Cardiovascular Health in Transgender Populations. **Reviews in Endocrine and Metabolic Disorders**, v. 19, n. August, p. 243–251, 2018.

JESUS, J. G. DE. Orientações sobre identidade de gênero: conceitos e termos. Guia técnico sobre pessoas transexuais, travestis e demais transgêneros, para formadores de opinião. **Revista e Ampliada**, v. 2ª Edição, p. 42, 2012.

JONES, B. A. *et al.*, Barriers and facilitators of physical activity and sport participation among young transgender adults who are medically transitioning. **International Journal of Transgenderism**, v. 18, n. 2, p. 227–238, 2017a.

JONES, B. A. *et al.*, , . Sport and Transgender People: A Systematic Review of the Literature Relating to Sport Participation and Competitive Sport Policies. **Sports Medicine**, v. 47, n. 4, p. 701–716, 2017b.

KLAVER, M. *et al.*, , . Early Hormonal Treatment Affects Body Composition and Body Shape in Young Transgender Adolescents. **Journal of Sexual Medicine**, v. 15, n. 2, p. 251–260, 1 fev. 2018.

LIMA, S. **O papel do SUS em ajudar cidadãos transexuais renascer.** Disponível em: <<https://epoca.globo.com/saude/noticia/2017/06/o-papel-do-sus-em-ajudar-cidadaos-transexuais-renascer.html>>. Acesso em: 10 dez. 2020.

LÓPEZ-CAÑADA, E. *et al.*, , . Physical activity and sport in trans persons before and after gender disclosure: Prevalence, frequency, and type of activities. **Journal of Physical Activity and Health**, v. 17, n. 6, p. 650–656, 2020.

MARQUES, A.; SARMENTO, H.; CARREIRO, F. Adolescents' perspectives on the barriers and facilitators of physical activity: a systematic review of qualitative studies. **Health Education Research**, v. 30, n. 5, p. 742–755, 2015.

MILLET, N.; LONGWORTH, J.; ARCELUS, J. Prevalence of anxiety symptoms and disorders in the transgender population: A systematic review of the literature. **International Journal of Transgenderism**, v. 18, n. 1, p. 27–38, 2017.

MOORE, J. B. *et al.*, , . A qualitative examination of perceived barriers and facilitators of physical activity for urban and rural youth. **Health Education Research**, v. 25, n. 2, p. 355–367, 2010.

NARASIMHAN, S.; SAFER, J. D. Hormone Therapy for Transgender Men. **Clinics in Plastic Surgery**, v. 45, n. 3, p. 319–322, 2018.

RADIX, A. Hormone Therapy for Transgender Adults. **Urologic Clinics of North America**, v. 46, n. 4, p. 467–473, 2019.

RIQUE, A. B. R.; SOARES, E. DE A.; MEIRELLES, C. DE M. Nutrição e exercício na prevenção e controle das doenças cardiovasculares. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 8, n. 6, p. 244–254, 2002.

SALMON, J. *et al.*, , . Physical activity and sedentary behavior: A population-based study of barriers, enjoyment, and preference. **Health Psychology**, v. 22, p. 1–2, 2003.

SANTOS, C. F. M. DOS *et al.*, , . O exercício físico como tratamento e prevenção de doenças cardiovasculares. **JIM - Jornal Investigação Médica**, p. 26–33, 2020.

SANTOS, M. C. B. O exercício físico como auxiliar no tratamento da depressão. **Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício**, v. 18, n. 2, p. 108–115, 2019.

SAÚDE, M. DA; CONSELHO NACIONAL DE SAÚDE. Carta dos Direitos dos Usuários da Saúde. 2011.

STREED, C. G. *et al.*, , . Cardiovascular disease among transgender adults receiving hormone therapy: A narrative review. **Annals of Internal Medicine**, v. 167, n. 4, p. 256–267, 2017.

SYMONS, C. M.; O’SULLIVAN, G. A.; POLMAN, R. The impacts of discriminatory experiences on lesbian, gay and bisexual people in sport. **Annals of Leisure Research**, v. 20, n. 4, p. 467–489, 2017.

ÚBEDA-COLOMER, J. *et al.*, , . Development and validation of the Barriers to Physical Activity and Sport Questionnaire for lesbian, gay, bisexual, transgender and queer/questioning persons. **Public Health**, v. 185, p. 202–208, 2020.

VEALE, J. F. *et al.*, , . Mental Health Disparities Among Canadian Transgender Youth. **Journal of Adolescent Health**, v. 60, n. 1, p. 44–49, 2017.

VENDRUSCOLO, M. F.; MALINA, A.; AZEVEDO, Â. C. B. DE. A CONCEPÇÃO DE OBESIDADE E PADRÃO CORPORAL POR MEDIAÇÕES A CONCEPÇÃO DE OBESIDADE E

## **ANEXO A**

### **Parecer do comitê de ética**



## PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

### DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

**Título da Pesquisa:** BARREIRAS E FACILITADORES PARA A PRÁTICA DA ATIVIDADE FÍSICA EM PESSOAS TRANSGÊNERO

**Pesquisador:** Bárbara Buosi

**Área Temática:**

**Versão:** 2

**CAAE:** 55739122.6.0000.5020

**Instituição Proponente:** Faculdade de Educação Física e Fisioterapia

**Patrocinador Principal:** Financiamento Próprio

### DADOS DO PARECER

**Número do Parecer:** 5.352.824

#### **Apresentação do Projeto:**

**RESUMO:** Dados da OMS indicam para que haja a manutenção da saúde deve-se ser realizado 150 minutos semanais de atividades físicas por jovens e adultos, entretanto para tais níveis serem atingidos cada indivíduo podem enfrentar barreiras que impeçam de se exercitarem, assim como facilitadores que impulsionam a prática. Muito se é estudado com populações especiais, mas quando se é voltado para o público transgênero no Brasil, pouco se sabe sobre esses fatores, uma vez que esta população possui condições biopsicossociais específicas. Por esta razão, este estudo tem como objetivo identificar as barreiras e facilitadores para a prática de atividades físicas em pessoas transgênero maiores de 18 anos que residam no Brasil. Sendo caracterizado como epidemiológico transversal, com aplicação de questionário estruturado on-line, formulado com questões fechadas e por escala. Os participantes serão recrutados pelo método "bola de neve". A seleção da amostra será não probabilística por acessibilidade, pois os entrevistados terão que ter acesso a internet para participarem. A análise de dados será usando o critério Shapiro-Wilk.

#### **HIPÓTESE:**

Pessoas transgênero apresentam um número elevado de barreiras para a prática de atividade que sobrepõem os facilitadores.

- Com o número de barreiras elevadas há menos pessoas transgênero que praticam atividade física.

**Endereço:** Rua Teresina, 4950

**Bairro:** Adrianópolis

**UF:** AM

**Município:** MANAUS

**CEP:** 69.057-070

**Telefone:** (92)3305-1181

**E-mail:** cep.ufam@gmail.com



Continuação do Parecer: 5.352.824

**METODOLOGIA PROPOSTA:** Participantes – 50

**Caracterização do estudo:** O presente estudo é caracterizado como epidemiológico transversal e tem como população alvo pessoas transgênero, maiores de 18 (dezoito) anos e que residam no Brasil. Seleção dos participantes Os participantes serão recrutados pelo método “bola de neve” por meio de link disponível em mídias sociais, como facebook, instagram e twitter, por intermédio de um perfil institucional. Este método foi optado, posto que a população em potencial é estreitada de encontrar. A seleção da amostra será não probabilística por acessibilidade, uma vez que, os entrevistados terão que ter acesso a internet para responder o questionário on-line. A coleta de dados está prevista para início do mês de março de 2022 mediante autorização do comitê de ética.

**Características do instrumento de coleta de informações:** Será aplicado um questionário estruturado on-line, formulado com questões fechadas e por escala. O questionário estará dividido em 5 dimensões: 1) Perfil sócio econômico; 2) Características da atividade física antes da afirmação de gênero; 3) Características das atividades físicas após a afirmação de gênero; 4) Principais barreiras para a prática de AF e 5) Principais facilitadores para a prática de AF.

**Procedimentos para responder o questionário** Ao acessar o link, o participante será direcionado ao site do Google Forms que conterà na página inicial o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) que deverá ser lido e concordado para dar continuidade a pesquisa, assim como o e-mail deste. Caso o indivíduo não aceite participar, deverá somente sair da página. O e-mail será solicitado a fim de enviar uma cópia do TCLE para assegurar os direitos dos participantes e estes possam imprimir. O link do questionário em questão:

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfYcQDiGxMSxJGZ0EdZnSSCUU5M309aUo0f8doFs8WQroJx8A/viewform?usp=sf\\_link](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfYcQDiGxMSxJGZ0EdZnSSCUU5M309aUo0f8doFs8WQroJx8A/viewform?usp=sf_link) Na dimensão 1 serão realizadas perguntas como a data de nascimento, estado que reside, gênero afirmado, condição financeira e ocupação. Já na dimensão 2 os participantes irão responder questões sobre a prática ou não de AF e qual era principal AF. Na dimensão 3, as perguntas dizem respeito ao período atual e envolverão questões sobre a frequência de AF quais são as principais AFs. As dimensões 4 e 5 envolverão questões sobre barreiras e facilitadores para a prática de AF. Para isso, as questões foram adaptadas do questionário BPASQ-LGBTQ+ (Barriers to Physical Activity and Sport Questionnaire for LGBTQ+) desenvolvido e validado por Úbeda-Colomer et al. (2020) onde o participante deverá levar em consideração os últimos 12 meses ou o período após a sua afirmação de gênero sobre o conjunto de fatores que desencorajam a participar de AF. Composta por resposta em estilo escala likert de 0 a 4. Sendo em barreiras 0 =

**Endereço:** Rua Teresina, 4950

**Bairro:** Adrianópolis

**UF:** AM

**Telefone:** (92)3305-1181

**CEP:** 69.057-070

**Município:** MANAUS

**E-mail:** cep.ufam@gmail.com



Continuação do Parecer: 5.352.824

Não tem sido uma barreira para mim e 4= Tem sido uma barreira muito importante. E em facilitadores 0 = não tem sido motivador para mim e 4= tem sido um motivador muito importante.

#### Metodologia da análise dos dados

Todos os valores foram relatados como média e desvio padrão. A normalidade das medidas foi testada usando o critério Shapiro-Wilk. Havendo normalidade dos dados. Para os procedimentos estatísticos foi utilizado Statistical Package for the Social Science (SPSS 21) para Windows, IBM, Chicago, Ill, USA).

#### CRITÉRIO DE INCLUSÃO:

- a) Brasileiros,
- b) que se identifiquem como transgênero;
- c) com idade igual ou superior a 18 (dezoito) anos.

#### CRITÉRIO DE EXCLUSÃO:

- a) não tenham acesso à internet,
- b) não preencham todo o questionário on-line

#### Objetivo da Pesquisa:

Objetivo Primário:

Identificar as barreiras e facilitadores para a prática de atividades físicas em pessoas transgênero.

Objetivo Secundário:

- Descrever o perfil sócio-econômico da comunidade trans que responder o questionário online;
- Caracterizar as terapias hormonais utilizadas pelas pessoas trans durante o processo de afirmação de gênero;
- Avaliar as principais atividades físicas realizadas antes a após a afirmação de gênero;
- Identificar as principais barreiras para a prática de AF pela população trans;
- Quantificar os principais facilitadores para a prática de AF pela população trans.

#### Avaliação dos Riscos e Benefícios:

De acordo com os pesquisadores:

Riscos:

**Endereço:** Rua Teresina, 4950

**Bairro:** Adrianópolis

**CEP:** 69.057-070

**UF:** AM

**Município:** MANAUS

**Telefone:** (92)3305-1181

**E-mail:** cep.ufam@gmail.com



Continuação do Parecer: 5.352.824

De acordo com a Resolução CNS 466/12, item V, toda pesquisa com seres humano envolve riscos em tipos e gradações variadas. Ressalte-se ainda o item II.22 da mesma resolução que define como "Risco da pesquisa - possibilidade de danos à dimensão física, psíquica, moral, intelectual, social, cultural ou espiritual do ser humano, em qualquer pesquisa e dela decorrente. No caso desta pesquisa, os principais riscos poderão estar presentes durante a resposta a alguma das perguntas podendo gerar desconforto por haver informações pessoais sobre seu estado financeiro e também se há realização de cirurgias e terapia hormonal. Para diminuir tais desconfortos, as perguntas foram estruturadas utilizando os termos adequados a população em questão e garantido que não haja divulgação da identidade do participante. Informamos também por ser tratar de uma pesquisa on-line não podemos descartar a possibilidade do site ser invadido por cibercriminosos, para minimizar estes riscos, semanalmente o pesquisador responsável entrará no banco de dados da plataforma e extrairá as respostas inseridas e armazenará em um computador sem acesso à internet e em HD externo, após isso será deletado os dados da nuvem.

#### Benefícios:

Por ser uma pesquisa realizada pela primeira vez com a população brasileira, os participantes que optarem por participar se beneficiarão a curto ou a longo prazo em sua vivência na prática de atividades físicas, uma vez que, saberão as barreiras e impulsionadores do exercício físico em sua comunidade. Melhorando assim os estabelecimentos, o atendimento profissional, e até mesmo o vestuário onde está inserido. Possibilitando a promoção equalitária de seus direitos sociais, civis e culturais.

#### Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Trata-se da segunda submissão de um projeto de dissertação de mestrado PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO STRICTO SENSU MESTRADO EM CIÊNCIAS DA SAÚDE que tem como pesquisadora responsável a Professora Bárbara Buosi. E tem como membro da equipe o professor Dr. Mateus Rossato da Faculdade de Educação Física e Fisioterapia da Universidade Federal do Amazonas.

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

PB\_INFORMAÇÕES\_BÁSICAS\_DO\_PROJETO\_1703652.pdf - 23/03/2022 03:37:49

I) Projeto detalhado: ProjetoComiteDeEtica\_atualizado.docx - 23/03/2022 03:00:06 ADEQUADA

II) Folha de rosto: folhaDeRosto\_PlataformaBrasil.pdf - 09/02/2022 19:01:22 ADEQUADA

III) TCLE: TCLE\_revisado\_comiteDeEtica.docx - 23/03/2022 02:52:52 ADEQUADA

**Endereço:** Rua Teresina, 4950

**Bairro:** Adrianópolis

**CEP:** 69.057-070

**UF:** AM

**Município:** MANAUS

**Telefone:** (92)3305-1181

**E-mail:** cep.ufam@gmail.com



Continuação do Parecer: 5.352.824

### Recomendações:

Vide campo lista de pendências e inadequações

Este CEP/UFAM analisa os aspectos éticos da pesquisa com base nas Resoluções 466/2012-CNS, 510/2016-CNS e outras complementares. A aprovação do protocolo neste Comitê NÃO SOBREPÕE eventuais restrições ao início da pesquisa estabelecidas pelas autoridades competentes, devido à pandemia de COVID-19. O pesquisador(a) deve analisar a pertinência do início, segundo regras de sua instituição ou instituições/autoridades sanitárias locais, municipais, estaduais ou federais.

### Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Não foram encontrados óbices éticos

Em razão do exposto, somos de parecer favorável que o projeto seja APROVADO, pois o pesquisador cumpriu as determinações da Res. 466/2012.

É o parecer

### Considerações Finais a critério do CEP:

“O(A) pesquisador(a) deve enviar por Notificação os relatórios parciais e final. (item XI.d. da Res 466/2012-CNS), por meio da Plataforma Brasil e manter seu cronograma atualizado, solicitando por Emenda eventuais alterações antes da finalização do prazo inicialmente previsto.

“O(A) pesquisador(a) deve enviar por Notificação os relatórios parciais e final. (item XI.d. da Res 466/2012-CNS), por meio da Plataforma Brasil e manter seu cronograma atualizado, solicitando por Emenda eventuais alterações antes da finalização do prazo inicialmente previsto.

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

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1703652.pdf	23/03/2022 03:37:49		Aceito
Projeto Detalhado / Brochura	ProjetoComiteDeEtica_atualizado.docx	23/03/2022 03:00:06	Bárbara Buosi	Aceito

**Endereço:** Rua Teresina, 4950

**Bairro:** Adrianópolis

**CEP:** 69.057-070

**UF:** AM

**Município:** MANAUS

**Telefone:** (92)3305-1181

**E-mail:** cep.ufam@gmail.com



Continuação do Parecer: 5.352.824

Investigador	ProjetoComiteDeEtica_atualizado.docx	23/03/2022 03:00:06	Bárbara Buosi	Aceito
Parecer Anterior	PB_PARECER_CONSUBSTANCIADO_CEP_5267777.pdf	23/03/2022 02:53:26	Bárbara Buosi	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE_revisado_comiteDeEtica.docx	23/03/2022 02:52:52	Bárbara Buosi	Aceito
Folha de Rosto	folhaDeRosto_PlataformaBrasil.pdf	09/02/2022 19:01:22	Bárbara Buosi	Aceito

**Situação do Parecer:**

Aprovado

**Necessita Apreciação da CONEP:**

Não

MANAUS, 14 de Abril de 2022

---

**Assinado por:**  
**Eliana Maria Pereira da Fonseca**  
**(Coordenador(a))**

**Endereço:** Rua Teresina, 4950

**Bairro:** Adrianópolis

**CEP:** 69.057-070

**UF:** AM

**Município:** MANAUS

**Telefone:** (92)3305-1181

**E-mail:** cep.ufam@gmail.com

## **ANEXO B**

**Questionário BPASQ-LGBTQ+ (Barriers to Physical Activity and Sport Questionnaire for LGBTQ+) de Úbeda-Colomer et al. (2020)**