



CIRCULAR N° 33/2022/LMFT/COMPETIÇÕES

Taubaté, 02 de maio de 2022.

Ref.: MODELO DE QUESTIONÁRIO PARA PARTICIPAÇÃO NOS CAMPEONATOS DE 2022.

Para seu conhecimento, segue em anexo o modelo de questionário exigido na Resolução nº 006/2022.

Atenciosamente


Diego Rodrigo Neves Magalhães
Presidente





Questionário de prontidão para Atividade Física (PAR-Q)

Este questionário tem o objetivo de identificar a necessidade de avaliação por um médico antes do início da atividade física. Caso você responda “SIM” a uma ou mais perguntas, converse com seu médico ANTES de aumentar seu nível atual de atividade física. Mencione este questionário e as perguntas as quais você respondeu “SIM”

Por Favor, assinale “SIM” ou “NÃO” para as seguintes perguntas

- 1- Algum médico já disse que você possui algum problema do coração e que só deveria praticar atividade física supervisionada por profissionais de saúde?
() SIM () NÃO
- 2- Você sente dores no peito quando pratica atividade física?
() SIM () NÃO
- 3- No ultimo mês você sentiu dores no peito quando praticou atividade física?
() SIM () NÃO
- 4- Você apresenta desequilíbrio devido à tontura e/ou perda de consciência?
() SIM () NÃO
- 5- Você possui algum problema ósseo ou articular que poderia ser piorado pela atividade física?
() SIM () NÃO
- 6- Você toma atualmente algum medicamento para pressão arterial e/ou problema do coração?
() SIM () NÃO
- 7- Sabe de alguma outra razão pela qual você não deve praticar atividade física?
() SIM () NÃO

Se você respondeu “sim” para mais de um alternativa, leia e assine o termo de responsabilidade para pratica de atividade física.

Termo de responsabilidade para pratica de atividade física e participação nos campeonatos realizados em 2022 pela Liga Municipal de Futebol de Taubaté.

Estou ciente de que é recomendável conversar com um médico antes de aumentar meu nível atual de pratica de atividade física, por ter respondido SIM a uma ou mais perguntas do “Questionário de prontidão para Atividade física” (PAR-Q). Assumo plena responsabilidade por qualquer atividade física praticada e na participação dos campeonatos realizados em 2022 pela Liga Municipal de Futebol de Taubaté sem o atendimento a essa recomendação.

Nome completo: _____

Data de nascimento: ____/____/____

Data: ____/____/2022

Assinatura: _____

