

# Newsletter

## Dezembro 2020



## FICHA TÉCNICA

### **Newsletter do CIEQV**

Dezembro 2020

Número 4 | volume 1

### **Editores:**

José Fernandes Rodrigues

Rui Matos

Filipe Rodrigues

ISSN: 2184-8637

Periodicidade: Mensal

Suporte: Digital

[www.cieqv.pt/newsletter/](http://www.cieqv.pt/newsletter/)

### **Conceção gráfica:**

CloudByte

### **Propriedade:**

Centro de Investigação em Qualidade de Vida

Avenida Mário Soares, 110, 2040-413 Rio Maior

## ÍNDICE

1. Editorial .....	04
2. Notícia .....	06
3. Entrevista .....	13
4. Artigo .....	16
5. Publicações .....	22
6. Atividades do CIEQV-LQRC .....	23
7. Concursos e Financiamentos .....	24
8. Agenda .....	26

01

## EDITORIAL

Esta é uma época festiva em que fazemos o exercício de reflexão sobre o ano passado e projetamos as nossas expectativas sobre o ano vindouro.

O ano 2020 tão estranho e atípico, o ano de desenvolvimento do CIEQV, em que os investigadores estiverem muito ativos, proporcionou a definição da matriz do centro e permitiu a orientação da estratégia e das ações visando a sua estabilidade.

Neste final de ano, esperamos que todos os membros deste centro de investigação e seus familiares tenham passado este período de festas com saúde, assegurando a manutenção dos laços afetivos e emocionais, que são dominantes desta época especial.

Para o ano 2021, as nossas expectativas estão alocadas ao desenvolvimento da ciência. Com a esperança e a segurança, da inovação e da investigação científica, esperamos que o novo ano nos proporcione um combate mais eficaz contra a pandemia que assola a nossa sociedade. Tentaremos contribuir com o esforço do centro para o conhecimento sobre a doença e os seus impactos sociais, nas áreas em que temos competência instalada.

Em 18 e 19 de fevereiro 2021, teremos o 1º Congresso Internacional do CIEQV, que se realizará na Escola Superior de Desporto de Rio Maior. Este evento está previsto para uma realização híbrida, presencial e “online”. Para a análise do tema “Qualidade de Vida – Investigação e Inovação” contaremos com mais de 100 comunicações e sete conferências com investigadores internacionais referenciados.

Neste número da newsletter temos a participação dos investigadores Carla Chicau Borrego, Raul Antunes e Paula Ruivo, que contribuem com os seus artigos e entrevista, e merecem a nossa dedicada leitura.



**José Fernandes Rodrigues** <sup>1,2</sup>

<sup>1</sup> Professor Coordenador Principal ESDRM – IPSantarém

<sup>2</sup> Coordenador do Centro de investigação em Qualidade de Vida

02

## NOTÍCIA

### — Team Building – We and I



Carla Chica Borrego <sup>1,2</sup>

<sup>1</sup> Professora Doutora, Escola Superior de Desporto de Rio Maior, IPSantarém

<sup>2</sup> CIEQV – Área Científica Atividade Física e Estilos de Vida Saudáveis  
(Coordenadora)

O grupo social ocupa muito do nosso dia-a-dia. Trabalhamos em grupo, socializamos em grupo, brincamos em grupos e representamos as nossas perspetivas e atitudes através do grupo. De uma forma geral os grupos também contribuem para a definição do que somos, ou seja, os grupos aos quais pertencemos determinam o idioma que falamos, a pronúncia que temos, atitudes gerais, que práticas culturais adotamos, que educação recebemos e em último caso quem somos. “*Até mesmo os grupos aos quais não pertencemos, quer por opção quer por exclusão, têm um impacto profundo nas nossas vidas*”, (Hogg & Vaughan, 2002, p. 268; McEwan & Beauchamp, 2014).

No entanto, as medidas de distanciamento físico para combater a propagação do novo coronavírus apresentam desafios para a saúde mental e o bem-estar de todos. De forma repentina ficamos isolados dos companheiros de equipa de grupo, impedidos de participar de em atividades desportivas que costumam ser centrais para sua identidade e desenvolvimento. No presente algumas atividades foram iniciadas, mas para muitos como os jovens em desportos de coletivos e adultos e idosos, ainda voltaram. A pertença

a um grupo é uma característica fundamental da nossa sociedade. De acordo com esta ordem de ideias, sentimo-nos motivados para pertencer a um grupo social (Baumeister & Leary, 1995). Contudo, seja qual for o grupo em que está incluído, o indivíduo lida com uma diversidade de efeitos psicossociais e comportamentais na sua relação com o grupo no qual está inserido. Assim, é-nos efetivamente impossível compreender o comportamento de um indivíduo, por exemplo, na sua prática desportiva, sem compreendermos também todo o contexto social em que está inserido e que está por detrás de todo este processo.

A valorização da pessoa como um todo, no complexo ambiente onde ocorrem as interações está presente na socialização, entendida por Coakley (2011) como um processo ativo de aprendizagem e de desenvolvimento social que ocorre à medida que as pessoas interagem umas com as outras, conhecem o mundo social no qual vivem, formam ideias acerca de quem são, e tomam decisões acerca dos seus objetivos e comportamentos é facilitada pela pertença a um grupo. A estrutura ecológica e dinâmica, reconhece e promove a constante reorganização do sistema no sentido da aprendizagem, contribuindo para a máxima que “o todo é mais do que a soma das partes”. Com efeito um grupo obtém resultados e rendimentos que jamais uma pessoa isolada conseguiria alcançar. Uma boa equipa é muito mais do que a soma das suas partes, isto é, não nos podemos limitar a reduzir o grupo a uma simples soma de atributos e características individuais.

Carron (1988) afirma que os grupos são reais, tem objetivos, aspirações, carácter e personalidade que difere da simples soma dos objetivos, carácter, e personalidade de cada um dos membros do grupo. Acrescenta ainda, que a influência do grupo pode levar ao aumento da conformidade, desvio, persistência ou outros comportamentos que os

indivíduos não podem apresentar quando estão isolados. No entanto as características individuais num dado grupo são matéria a não negligenciar no tratamento da informação proveniente do processo grupal. O técnico ao enfatizar o conceito de grupo ou equipa deve evitar que os atletas/participantes deixem de reconhecer a importância das suas próprias contribuições para o grupo.

Enquanto assistia ao excelente documentário, série "The Last Dance", deliciei-me ao ver como um treinador como o Phil Jackson, conseguia criar as atmosferas ideais para que todos os seus diamantes pudessem brilhar. Tendo Michael Jordan como intérprete principal, Scottie Pippen a não querer jogar e Dennis Rodman com um timeout (férias) de 48h, o drama estava lançado. Observei a forma soberba como o treinador conhece a sua equipa como um todo, e cada um dos seus elementos, que a ela pertence, em função de um contexto sempre dinâmico, sendo revelador de uma grande inteligência emocional.

Não é de surpreender, então, que haja uma rica história de pesquisa na área da dinâmica de grupo que se foca na infinidade de grupos que podem ser encontrados em ambientes de desporto, atividade física e exercício. Este corpo de literatura é resumido em livros, como por exemplo, Eys, Evan & Benson (2020) e textos editados (i.e., Beauchamp & Eys, 2014; Jowett & Lavallee, 2007).

Manter os elementos do grupo unidos na perseguição dos seus objetivos e/ou para a satisfação das necessidades afetivas dos membros, é segundo Carron (1982, p. 184), um processo dinâmico que se designa por coesão. O mesmo autor desenvolve o modelo conceptual de coesão, que preconiza a integração no grupo que reflete as perceções individuais em relação ao que o grupo acredita ser a sua proximidade (*closeness*), similaridade e ligação enquanto um todo e o grau de unidade do grupo, e a percepção



social, que designam de atração do grupo, que reflete as motivações individuais para se manter no grupo, assim como os seus sentimentos em relação ao grupo. Cada uma destas categorias pode ser dividida em orientações para a tarefa ou para o social, que reflete o facto de um membro estar interessado nos objetivos do grupo e/ou nas relações sociais do grupo.

No contexto desportivo e do exercício o reconhecimento da importância da dinâmica do grupo parece algo intuitivo. O Team Building (TB) é um processo dinâmico que ocorre ao longo do tempo, sendo o resultado do trabalho conjunto dos atletas/participantes e treinadores/instrutores no alcançar de metas e objetivos da equipa, no desenvolver de um clima favorável conducente à obtenção de objetivos, e ainda um mecanismo que possibilita a discussão aberta e honesta da qualidade de funcionamento e eficiência da equipa (Yukelson, 1997). Este autor, acrescenta ainda que sendo um constructo multidimensional influenciado por um conjunto de fatores pessoais, situacionais e de equipa, existe a necessidade de consenso sobre uma visão que todos conhecem, objetivos comuns e papéis complementares, trabalho de equipa colaborativo e sinérgico, responsabilidade individual e partilhada, cultura positiva e grupo coeso, um sistema de comunicação que facilite a coesão na tarefa e social, ajuda dos colegas e suporte social.

No contexto do exercício, Borrego et al. (2007) desenvolveram um estudo para analisar a influência de um programa baseado nos princípios de TB (Carron & Spink, 1993), na coesão, aderência e satisfação dos participantes adultos no contexto de exercício. Pretenderam determinar se o programa de intervenção iria facilitar o desenvolvimento de normas e expectativas do grupo, o aumento da perceção de distinção entre os membros de uma classe de fitness, facilitaria a interação e a comunicação e finalmente promovia a

estabilidade do grupo. Os participantes no grupo experimental reportam maior atração para o grupo em relação à tarefa, maior frequência e menos desistências, comparativamente ao grupo de controlo. A adoção de estilos de vida saudáveis, foi também um resultado do programa de intervenção. Outro exemplo, Beauchamp, et al. (2015) realizaram um estudo de atividade física baseado em Grupo para adultos idosos (GOAL) com o objetivo de analisar a taxa de adesão dos participantes, bem como os efeitos de moderação e potenciais mecanismos de mediação, em diferentes programas de exercícios baseados em grupo para idosos.

No desporto, Borrego, et al. (2011), propuseram o estudo onde desenvolveram um programa de TB, baseado nos princípios de TB (Spink & Carron, 1993) com o objetivo de desenvolver a coesão e satisfação de equipa. Os resultados mostraram que após a intervenção TB ocorre um aumento da coesão social, a manutenção da coesão na tarefa e a diminuição da satisfação associada aos aspetos em relação aos objetivos. Na fase de acompanhamento, a coesão na tarefa é mantida e há um declínio na coesão social. Concluíram que o programa de intervenção psicológica pode ser um catalisador de coesão, satisfação da equipe e desempenho no contexto deste grupo de equipe.

Apesar da investigação na área da dinâmica de grupo no contexto do desporto e do exercício contemplar os antecedentes, consequências, moderadores e facilitadores da unidade de grupo, existem ainda muitas questões sem resposta sobre o papel da coesão na performance (rendimento & desempenho) dos grupos, retenção dos atletas e adesão ao exercício e bem estar dos membros do grupo (Carron, 1982; Eys & Brawley, 2018 ) A literatura tem sugerido a realização de estudo sobre os mecanismos que influenciam a coesão, a dinâmica temporal das perceções de coesão emergentes ao longo do ciclo de vida de grupos de atividade física e desporto, (c) abordagens alternativas para avaliar e

analisar a coesão, e (d) coesão em grupos de desporto e exercícios entre diferentes populações (por exemplo, grupos de idades mais jovens, atletas com deficiência e grupos de risco à saúde).

Em síntese, e resgatando o “The Last Dance”, constatamos a importância de reconhecer as individualidades e respeitá-las, promovendo em simultâneo uma cultura de que o “todo é maior do que o somatório das partes” enquanto respeitamos as necessidades e desenvolvemos ao máximo as competências individuais de cada membro – We and I.

- 
- Beauchamp, M., Harden, S., Wolf, S., Rhodes, R., Liu, Y., Dunlop, W., Schmader, T., Sheel, A., Zumbo, B., & Estabrooks, P. (2015). Group based physical Activity for Older adults (GOAL) randomized controlled trial: study protocol. *BMC Public Health*, 15, 592.  
<https://doi.org/10.1186/s12889-015-1909-9>
- Borrego, C., Casaca, M., & Romero, F. (2007). *Team building and adherence in exercise*. In J. Diniz, F. Costa, & M. Onofre (Eds.), *Active Lifestyles: The Impact of Education and Sport*. Proceedings do 2005 AIESEP World Congress. Faculdade de Motricidade Humana, Universidade Técnica.
- Borrego, C., Silva, C., & Palmi, J. (2011). Programa de Intervención psicológica para la optimización del concepto de equipo (team building) en jóvenes futbolistas. *Revista de Psicología del Deporte*, 21(1).
- Carron, A. (1982). Cohesiveness in sport groups: Interpretations and considerations. *Journal of Sport Psychology*, 4, 123-138.
- Coakley, J. (2011). Youth Sports: What Counts as “Positive Development?”. *Journal of Sport & Social Issues*, 35(3), 306-324. <https://doi.org/10.1177/0193723511417311>
- Eys, M., & Brawley, L. (2018). Reflections on cohesion research with sport and exercise groups. *Social and Personality Psychology Compass*, 12(4). <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/spc3.12379>
- Eys, M., Benson, A., & Evans, M. (2020). *Group Dynamics in Sport* (5th edition). FIT publishing.
- Hogg, M., & Vaughan, G. (2002). *Social Psychology* (3rd edition). Prentice Hall.
- McEwan, D., & Beauchamp, M. (2014). Teamwork in sport: a theoretical and integrative review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 7(1), 229-250.  
<https://doi.org/10.1080/1750984X.2014.932423>
- Spink, K., & Carron, A. (1993). The Effects of Team Building on the Adherence Patterns of Female Exercise Participants. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15(1), 39-49.

Jowett, S. & Lavallee, D. (2007). *Social Psychology in sport*. Human Kinetics

03

## ENTREVISTA

### — Entrevista a Raul Antunes



Raul Antunes <sup>1,2</sup>

<sup>1</sup> Professor Doutor, Escola Superior de Educação e Ciências Sociais, IPLeiria

<sup>2</sup> CIEQV – Área Científica Atividade Física e Estilos de Vida Saudáveis

#### Breve apresentação curricular

Doutorado em Ciências do Desporto pela Universidade da Beira Interior, mestre em Desporto, especialização em Educação Física Escolar e licenciado em Desporto, variante Psicologia do Desporto e Exercício, ambas pela Escola Superior de Desporto de Rio Maior. Membro integrado do Centro de Investigação em Qualidade de Vida (CIEQV) e membro do grupo de trabalho do Desporto Adaptado, da Rede de Escolas com formação em Desporto do Ensino Superior Politécnico Público (REDESPP).

Atualmente é Professor Adjunto Convidado, a tempo integral, na Escola Superior de Educação e Ciências Sociais (ESECS – IP Leiria) e Professor Adjunto Convidado, a tempo parcial, na Escola Superior de Desporto de Rio Maior (ESDRM-IPS).

Além da dimensão académica é treinador de Grau II da modalidade de Basquetebol e coordenador técnico do Basket Clube do Lis com experiência no treino desportivo em diferentes escalões (em ambos os géneros) desde o ano de 2009, bem como com experiência na formação de treinadores, tanto na componente específica como na tutoria

e coordenação de estágios de grau I e II da Escola Nacional de Basquetebol. Pelos serviços prestados ao desenvolvimento e promoção do Minibasquete em Portugal, foi distinguido com diploma de mérito pela Federação Portuguesa de Basquetebol.

### **Quais são os seus objetivos como membro do CIEQV?**

Os meus objetivos passam, essencialmente, por poder contribuir para o crescimento do centro, nomeadamente através de uma maior produção científica como, igualmente, de uma maior visibilidade da nossa atuação no contexto das ciências do desporto.

### **Quais são os seus projetos de investigação mais importantes?**

Tenho de salientar o projeto “Jogamos tudo, Brincamos todos”, um projeto de investigação mas acima de tudo de intervenção comunitária que passa, essencialmente, pela promoção de competências de inclusão em crianças do primeiro ciclo do ensino básico através de jogos motores adaptados onde, brincando, vão experienciando as diferentes sensações que um qualquer par com deficiência (motora ou sensorial) poderá passar.

Além deste projeto a minha investigação continua a centrar-se, essencialmente, nas temáticas das determinantes e das consequências da prática de atividade física e desporto, nas diversas populações.

### **De que forma é que a função de treinador e educador tem influenciado a investigação que desenvolve?**

Julgo que essa é uma questão essencial. Acredito essencialmente numa investigação que procure responder a problemas do terreno e com os quais nos vamos deparando na prática.

A minha função de treinador e de educador, desde cedo, me despertou a necessidade de sermos mais do que “potenciadores” de rendimento desportivo mas, acima de tudo, podermos contribuir para uma prática desportiva da qual resultem mais benefícios, não apenas físicos mas também psicossociais.

**A investigação científica sobre o treino desportivo, o bem-estar e a saúde dos praticantes apresenta algumas recomendações para a qualidade de vida. Fale um pouco acerca deste problema.**

De facto, desde há muito tempo a esta parte, que a investigação tem deixado claro o efeito positivo que a prática desportiva pode ter na saúde física e mental dos praticantes, nas diversas faixas etárias. Contudo parece-me essencial que se realce, de forma muito clara, que não é apenas a prática desportiva por si só que pode ter associados estes efeitos positivos, mas, essencialmente, as características dessa prática (por exemplo no que se refere à forma como as pessoas regulam o seu comportamento). Aí os treinadores, entre outros agentes, devem de facto assumir um papel de relevo.

Considero ainda que o momento que estamos a viver com todas estas restrições causadas pela pandemia é um momento-chave onde o desporto e a atividade física podem assumir um papel fundamental na redução do impacto psicossocial associado a uma alteração de hábitos de vida. A literatura tem evidenciado alguns desses benefícios, por exemplo, ao nível das questões relacionadas com a ansiedade (como é exemplo um estudo que tive o privilégio de coordenar durante o primeiro estado de emergência).

04

## ARTIGO

### — Investigação em sistemas agroalimentares num quadro de transição ecológica



Paula Ruivo <sup>1,2</sup>

<sup>1</sup> Professora Doutora, Escola Superior Agrária de Santarém, IPSantarém

<sup>2</sup> CIEQV – Área Científica Produção e Tecnologia Alimentar /  
Comportamento Alimentar (Coordenadora)

Os sistemas alimentares sofrem alterações profundas e são inúmeras as questões que se colocam aos diversos atores que participam numa transição, que se anseia, para uma realidade mais ecológica e sustentável. A expressão sistemas alimentares refere-se a um amplo conjunto de atividades ao longo da cadeia de abastecimento, em que toda a população intervem e que se relaciona diretamente com a sua qualidade de vida. Estrategicamente, estes sistemas, constituem o foco na procura de soluções para muitas das atuais questões e, como se destaca no Pacto Ecológico Europeu, também para os problemas das gerações futuras. A Comissão Europeia, apresentou, em dezembro de 2019, o Pacto Ecológico Europeu, anunciando a ambição de se tornar o primeiro continente com impacto neutro no clima. Alicerçam este plano, entre outros, a Estratégia Farm-to-Fork (Do Prado ao Prato) e a Estratégia Europeia para a Biodiversidade 2030 onde se definem metas relacionadas com a nutrição, a saúde e o ambiente para as quais concorrem as práticas agrícolas e alimentares da União Europeia. Em complemento e



em apoio para uma utilização sustentável dos recursos, foi apresentado em março de 2020, a proposta para o Plano de Ação para a Economia Circular. Nestes documentos os desafios climáticos e ambientais são encarados como oportunidades para os sistemas alimentares, numa transição ecológica que inclui a compreensão das causas das perturbações ambientais e da caracterização das suas consequências – perda de biodiversidade, sobre-exploração dos recursos naturais, poluição da água e do solo, a invasão de espécies exóticas, o risco da utilização de pesticidas químicos, bem como de fertilizantes e antibióticos, desertificação, por forma a encontrar soluções técnicas exequíveis que permitam ultrapassar obstáculos identificados. O crescimento demográfico, a apropriação de recursos ultrapassando os limites de sustentabilidade, a quantidade de energia e de espaço disponível para as outras espécies, cada vez mais reduzidas, a mudança de padrões de consumo e muitas outras variáveis têm pressionado, determinadamente, o setor agrícola e zootécnico. É necessário produzir mais, mas melhor, com menos fatores de produção, de forma ambientalmente sustentável, tendo em conta os limites da biosfera, com maior investimento no aumento da oferta de serviços de ecossistema em prol de infraestruturas ecológicas que promovam a biodiversidade. É necessário perceber como se pode realinhar os sistemas alimentares para melhorar o acesso à alimentação, a preços acessíveis, proporcionando valor nutricional, de forma sustentável, com mitigação dos efeitos das mudanças climáticas, protegendo o ambiente, e não esquecendo a equidade social. A Agenda de Inovação para a Agricultura 20/30, apresentada na Resolução do Conselho de Ministros (nº 86/2020), define as estratégias e políticas para o setor, em consonância com as prioridades europeias e internacionais, para promoção de uma “agricultura mais sustentável, competitiva e inovadora, emissora e recetora de conhecimento”. Nesta Agenda, designada por Terra Futura, são definidos os pilares da Solidariedade, Território, Cadeia de Valor e o Estado. Neste último pilar enuncia-se como uma das cinco metas objetivas o incremento em 60% do investimento

em investigação e desenvolvimento. Nas iniciativas emblemáticas propostas, destacam-se a Promoção da investigação e a Inovação e a Capacitação que importa superar, em especial, para a necessária recuperação económica pós-pandemia COVID-19. A situação que se vive veio forçar ou retomar a reflexão sobre alguns pontos fundamentais. É de elevada prioridade desenvolver investigação que facilite a transição para sistemas de produção mais economicamente viáveis e que alavanque a competitividade da agricultura e da agroindústria, atendendo ainda à maximização da eficiência dos recursos utilizados na distribuição, assegurando a sustentabilidade da cadeia de abastecimento alimentar na sua globalidade. É também muito importante assegurar parcerias que permitam a demonstração de soluções em ambiente real – em campos agrícolas e/ou em ambiente de instalação agroindustrial. É imperioso que os resultados da investigação sejam partilhados também em formações disponibilizadas aos agricultores, técnicos, transformadores, educadores, decisores políticos e eventualmente consumidores.

A resposta a esses desafios envolve uma abordagem multidisciplinar que inclui diversas ciências – engenharia, biológicas, informáticas, económicas e sociais e este é um dos trunfos do Centro de Investigação em Qualidade de Vida, com a multiplicidade de saberes que os seus afiliados congregam. Os investigadores da área científica da Produção e Tecnologia Alimentar/Comportamentos Alimentares (PTACA), participam na construção deste novo modelo de desenvolvimento, respeitador da natureza e das pessoas, orientado estrategicamente para uma gestão territorial baseada na produção agrícola, florestal e zootécnica, em consonância com a visão proposta pela Política Agrícola Comum e outras orientações já enunciadas.

Este esforço de investigação e a visão que se quer afetar à área científica de PTACA tem que ser comunicada a todos os atores da cadeia de valor, divulgando informação sobre

os resultados da investigação e disseminando como os mesmos respeitam os objetivos de desenvolvimento sustentável, primando por objetivos transversais a nível do desenvolvimento rural (atualmente impor-se-á igualmente de agricultura urbana?) e de melhoria das condições de vida da população. A integração de diferentes campos científicos tem como objetivos a abordagem de questões complexas que ligam a agricultura e a sociedade. Almeja-se uma participação crescente, em algumas atividades, como o aconselhamento direto aos atores em toda a cadeia de abastecimento, facilitando o diagnóstico dos problemas e participando de forma colaborativa no desenvolvimento de processo(s), e/ou produto(s) e/ou tecnologia(s) para a sua resolução.

A atividade de investigação e desenvolvimento em busca de produtos diferenciados que aliam alimentação às preocupações com a saúde, a nutrição, a atividade desportiva e de lazer, de forma a oferecer soluções alimentares diversas, saudáveis e sustentáveis que satisfaçam as necessidades dos consumidores, invocam a participação de membros das restantes áreas científicas do CIEQV para um importante trabalho de parceria. A colaboração futura poderá impulsionar o desenvolvimento de alimentos funcionais e nutracêuticos, suplementos alimentares, bioprodutos, promotores de relaxamento, alimentos emergentes para o humor e a mente, etc.

Atualmente os membros da área científica participam em projetos em que procuram:

- Desenvolver e aplicar processos tecnológicos para integrar subprodutos e resíduos das indústrias agroalimentares em novos produtos de base biológica, valorizando-os, diversificando a sua oferta e reduzindo custos de eliminação/tratamento de resíduos;
- Redesenhar processos que promovam a melhor eficiência com ganhos de produtividade e boas características organoléticas do produto final, e em

simultâneo com valorização de frutos de pequeno calibre, ou de frutos com coloração indesejável ou que apresentem outros fatores de desvalorização na venda do hortícola ou do fruto em fresco;

- Promover a requalificação de alimentos com características tradicionais e com métodos de produção tradicional;
- Reformular produtos e/ou embalagens e inovar nos ingredientes e/ou nos processos que permitam, por exemplo, alargar o período de conservação, a extensão do prazo de validade, o tempo de vida em prateleira;
- Procurar fontes de proteína inovadoras, insetos e da carne mimetizada produzida à base de vegetais (por exemplo, de ervilhas).

Globalmente pretende-se obter novos produtos dirigidos a nichos de mercado, quer atuais quer os são percebidos como tendências procurando criar valor para todos os atores intervenientes. Em 2021 mantêm-se muitas das tendências em que os membros da área científica do CIEQV, têm orientado os seus projetos nos últimos anos: naturalmente funcional, fragmentação de mercado, snackificação e sustentabilidade.

Na área científica de PTACA, retomou-se a questão da promoção de circuitos curtos agroalimentares que valorizam a produção local e criam riqueza para a economia do território. A análise ao desenvolvimento dos circuitos curtos locais intensificou-se em 2020, em virtude das preocupações inerentes à pandemia de COVID-19, publicando-se sobre a relevância e diversidade das modalidades implementadas e as muitas dificuldades provocadas pelo enquadramento das políticas públicas em que se articulam. É impossível não estudar como se reflete o impacto da pandemia sobre a atuação dos diferentes atores dos sistemas agrícolas e alimentares e importa refletir sobre a resiliência das alterações que a situação provocou (ou não?) nos últimos 9 meses. Nesse sentido

prevê-se desenvolver investigação que promova a recolha de dados quantitativos sobre os impactos já identificados das iniciativas existentes nos territórios de influência do Centro de Investigação em Qualidade de Vida (CIEQV), produzindo referências para melhorar o desempenho destes sistemas de proximidade.

No âmbito desta temática, e numa perspetiva de internacionalização, procede-se neste momento à avaliação da possibilidade de validar um questionário para aplicação em Portugal, a partir do trabalho desenvolvido nos últimos nove meses por uma equipa de investigadores franceses.

O lema para a atividade de investigação da área científica de PTACA deverá continuar a perspetivar o objetivo de contribuir para soluções nos campos da agricultura, alimentação, biodiversidade e ambiente, com uma abertura específica às questões da dieta mediterrânica. Através do reforço da cooperação científica interna ou pelo estabelecimento de parcerias espera-se conseguir reforçar competências que permitam desenvolver e integrar soluções da digitalização na agricultura e nas indústrias agroalimentares acompanhando as necessidades daqueles para quem desenvolvemos as atividades de investigação.

05

## PUBLICAÇÕES

Rodrigues, F., Macedo, R., Mallet, C., Kawabata, M., & Monteiro, D. (2020). Examining the Coach Motivation Questionnaire in fitness professionals (CMQ-FP): Factor structure, invariance, and predictive analysis. *Research Quarterly for Exercise and Sport*.  
<https://doi.org/10.1080/02701367.2020.1846674>

Luís, T., Simões, V., Ramos, L., Franco, S. (2021) Desenvolvimento, Validação e Aplicação Piloto do Sistema de Observação da Instrução do Instrutor de Fitness em Aulas de Pilates. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 21(1), 225-241.  
<https://doi.org/10.6018/cpd.382381>

Rodrigues, F., Macedo, R., Teixeira, D., Cid, L., & Monteiro, D. (2020). Análise comportamental da prática de exercício físico em adultos em contexto de ginásio ao longo de dois anos. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 21(1), 282-292.  
<https://doi.org/10.6018/cpd.433261>

06

## ATIVIDADES DO CIEQV-LQRC

- **Artigo de referência conceptual escrito pela equipa coordenadora do CIEQV:**

Rodrigues, J., Chicau Borrego, C., Ruivo, P., Sobreiro, P., Catela, D., Amendoeira, J., Matos, R. (2020). Conceptual Framework for the Research on Quality of Life. *Sustainability*, 12, 4911. <https://doi.org/10.3390/su12124911>

- **1<sup>st</sup> International Congress CIEQV:**

Realizado na Escola Superior de Desporto de Rio Maior nos dias 18-19 de fevereiro de 2021. Para mais informações: <https://www.cieqv.pt/congress/>

- **Convite para publicação na revista Frontiers in Psychology:**

A investigadora prof. Dr. Carla Borrego em conjunto com dois investigadores internacionais é editora convidada de um special issue com o tópico: *Psychological Factors in Physical Education and Sport*. A data de submissão de manuscritos é até ao dia 21 de fevereiro de 2021. Para mais informações [VER AQUI](#).

- **Investigadora Premiada:**

A investigadora Marisa Correia foi a vencedora do prémio Best Paper no SIIE 2020, organizado pela Universidade de Cádiz.

- **Projetos de I&D nas áreas científicas do CIEQV:**

Para mais informações [VER AQUI](#).

07

## CONCURSOS E FINANCIAMENTOS

- Concurso para projetos inovadores em diversas áreas das ciências sociais e exatas, financiado pela EEA Grants Portugal. Data limite de submissão: 4 de dezembro de 2020 a 30 de junho de 2023. Para mais informações [\*\*VER AQUI.\*\*](#)
- Concurso “Call Tourism da Portugal Ventures”, financiado Turismo de Portugal. Data limite de submissão: 8 de janeiro de 2021. Para mais informações [\*\*VER AQUI.\*\*](#)
- Concurso European Green Deal Call, financiado pelo Horizonte 2020, Comissão Europeia. Data limite de submissão: 26 de janeiro de 2021. Para mais informações [\*\*VER AQUI.\*\*](#)
- Concurso para bolsa de doutoramento “INPHINIT INCOMING”, financiado pela Fundação La Caixa. Data limite de submissão: 18 de fevereiro de 2021. Para mais informações [\*\*VER AQUI.\*\*](#)
- Concurso 3.<sup>a</sup> Edição do projeto Centro de Estudos, financiado pela Fundação do Futebol – Ilga Portugal em parceria com a Santa Casa da Misericórdia de Lisboa. Data limite de submissão: 22 de fevereiro de 2021. Para mais informações [\*\*VER AQUI.\*\*](#)
- Concurso para bolsa de doutoramento “INPHINIT RETAINING”, financiado pela Fundação La Caixa. Data limite de submissão: 25 de fevereiro de 2021. Para mais informações [\*\*VER AQUI.\*\*](#)
- Prémios Ciências do Desporto 2021, financiado pelo Comité Olímpico de Portugal em parceria com a Fundação Millennium BCP. Data limite de submissão: 25 de fevereiro de 2021. Para mais informações [\*\*VER AQUI.\*\*](#)



- Concurso “Land 2021Travel Awards”, financiado pela MDPI. Data limite de submissão: 27 de fevereiro de 2021. Para mais informações **VER AQUI**.
- Concurso para Projetos de IC&DT em todos os domínios científicos, financiado pela FCT. Data limite de submissão: 24 de março de 2021. Para mais informações **VER AQUI**.
- Concurso para projetos inovadores na área de gestão de resíduos de equipamentos elétricos, pilhas e acumuladores e embalagens usadas, financiado pelo Electrão. Data limite de submissão: 14 de maio de 2021. Para mais informações **VER AQUI**.

08

## AGENDA

- **WCQR | 5<sup>th</sup> World Conference on Qualitative Research** realizado na cidade de Barcelona (Espanha) nos dias 20-22 de janeiro de 2021. Para mais informações [VER AQUI.](#)
- **ARCD** realizado em Nantes (França) nos dias 27-28 de janeiro de 2021. Para mais informações [VER AQUI.](#)
- **ICITS'21 – The 2021 International Conference on Information Technology & Systems** realizado na cidade de Equador (Equador) nos dias 10-12 de fevereiro de 2021. Para mais informações [VER AQUI.](#)
- **WorldCist'21 – 9<sup>th</sup> World Conference on Information Systems and Technologies** realizado nos Açores (Portugal) durante os dias 30 de março e 2 de abril de 2021. Para mais informações [VER AQUI.](#)
- **European Humanities and Beyond Conference** realizado em Lisboa (Portugal) nos dias 5-7 de maio de 2021. Para mais informações [VER AQUI.](#)
- **12<sup>th</sup> International Conference on Applied Human Factors and Ergonomics (AHFE) 2021 and the Affiliated Conferences** realizado em New York (EUA) nos dias 25-29 de julho de 2021. Para mais informações [VER AQUI.](#)
- **World Congress of Performance Analysis of Sport & International Symposium on Computer Science in Sport** realizado em Viena (Áustria) durante os dias 29 de agosto e 21 de setembro de 2021. Para mais informações [VER AQUI.](#)

- **XI Congresso Ibero-Americano de Indicadores de Ciência e Tecnologia** realizado em Lisboa (Portugal) nos dias 8-10 de setembro de 2021. Para mais informações [VER AQUI](#).
- **ICEM 2020 Conference – Annual Conference of International Council of Educational Media** realizado em Santarém (Portugal) nos dias 22-24 de setembro de 2021. (ICEM). Para mais informações [VER AQUI](#).
- **9º Congresso da Sociedade Científica de Pedagogia do Desporto** realizado em Leiria (Portugal) nos dias 16-17 de outubro de 2021. Para mais informações [VER AQUI](#).
- **3º Fórum da REDESPP** realizado em Coimbra (Portugal) nos dias 2-3 novembro de 2021. Para mais informações [VER AQUI](#).
- **L'ARIS – Colloque interdisciplinaire SHS** realizado em Montpellier (França) nos dias 18-21 de janeiro de 2022. Para mais informações [VER AQUI](#).