

# Ciências da Saúde: Campo Promissor em Pesquisa 8



Luis Henrique Almeida Castro  
Thiago Teixeira Pereira  
Silvia Aparecida Oesterreich  
(Organizadores)

 **Atena**  
Editora

Ano 2020

# Ciências da Saúde: Campo Promissor em Pesquisa 8



Luis Henrique Almeida Castro  
Thiago Teixeira Pereira  
Silvia Aparecida Oesterreich  
(Organizadores)

 **Atena**  
Editora

Ano 2020

2020 by Atena Editora

Copyright © Atena Editora

Copyright do Texto © 2020 Os autores

Copyright da Edição © 2020 Atena Editora

**Editora Chefe:** Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

**Diagramação:** Natália Sandrini

**Edição de Arte:** Lorena Prestes

**Revisão:** Os Autores



Todo o conteúdo deste livro está licenciado sob uma Licença de Atribuição *Creative Commons*. Atribuição 4.0 Internacional (CC BY 4.0).

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores. Permitido o download da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

### **Conselho Editorial**

#### **Ciências Humanas e Sociais Aplicadas**

Profª Drª Adriana Demite Stephani – Universidade Federal do Tocantins

Prof. Dr. Álvaro Augusto de Borba Barreto – Universidade Federal de Pelotas

Prof. Dr. Alexandre Jose Schumacher – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Mato Grosso

Prof. Dr. Antonio Carlos Frasson – Universidade Tecnológica Federal do Paraná

Prof. Dr. Antonio Gasparetto Júnior – Instituto Federal do Sudeste de Minas Gerais

Prof. Dr. Antonio Isidro-Filho – Universidade de Brasília

Prof. Dr. Carlos Antonio de Souza Moraes – Universidade Federal Fluminense

Prof. Dr. Constantino Ribeiro de Oliveira Junior – Universidade Estadual de Ponta Grossa

Profª Drª Cristina Gaio – Universidade de Lisboa

Profª Drª Denise Rocha – Universidade Federal do Ceará

Prof. Dr. Deyvison de Lima Oliveira – Universidade Federal de Rondônia

Prof. Dr. Edvaldo Antunes de Farias – Universidade Estácio de Sá

Prof. Dr. Eloi Martins Senhora – Universidade Federal de Roraima

Prof. Dr. Fabiano Tadeu Grazioli – Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões

Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná

Profª Drª Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionale delle Figlie di Maria Ausiliatrice

Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense

Profª Drª Keyla Christina Almeida Portela – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Mato Grosso

Profª Drª Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins

Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte

Prof. Dr. Marcelo Pereira da Silva – Universidade Federal do Maranhão

Profª Drª Miranilde Oliveira Neves – Instituto de Educação, Ciência e Tecnologia do Pará

Profª Drª Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa

Profª Drª Rita de Cássia da Silva Oliveira – Universidade Estadual de Ponta Grossa

Profª Drª Sandra Regina Gardacho Pietrobon – Universidade Estadual do Centro-Oeste

Profª Drª Sheila Marta Carregosa Rocha – Universidade do Estado da Bahia

Prof. Dr. Rui Maia Diamantino – Universidade Salvador

Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará

Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande

Prof. Dr. William Cleber Domingues Silva – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro

Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

#### **Ciências Agrárias e Multidisciplinar**

Prof. Dr. Alexandre Igor Azevedo Pereira – Instituto Federal Goiano

Prof. Dr. Antonio Pasqualetto – Pontifícia Universidade Católica de Goiás

Profª Drª Daiane Garabeli Trojan – Universidade Norte do Paraná

Profª Drª Diocléa Almeida Seabra Silva – Universidade Federal Rural da Amazônia  
Prof. Dr. Écio Souza Diniz – Universidade Federal de Viçosa  
Prof. Dr. Fábio Steiner – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul  
Prof. Dr. Fágner Cavalcante Patrocínio dos Santos – Universidade Federal do Ceará  
Profª Drª Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia  
Prof. Dr. Júlio César Ribeiro – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro  
Profª Drª Lina Raquel Santos Araújo – Universidade Estadual do Ceará  
Prof. Dr. Pedro Manuel Villa – Universidade Federal de Viçosa  
Profª Drª Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão  
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará  
Profª Drª Talita de Santos Matos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro  
Prof. Dr. Tiago da Silva Teófilo – Universidade Federal Rural do Semi-Árido  
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas

### **Ciências Biológicas e da Saúde**

Prof. Dr. André Ribeiro da Silva – Universidade de Brasília  
Profª Drª Anelise Levay Murari – Universidade Federal de Pelotas  
Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás  
Prof. Dr. Edson da Silva – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri  
Profª Drª Eleuza Rodrigues Machado – Faculdade Anhanguera de Brasília  
Profª Drª Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina  
Prof. Dr. Ferlando Lima Santos – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia  
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria  
Prof. Dr. Igor Luiz Vieira de Lima Santos – Universidade Federal de Campina Grande  
Prof. Dr. José Max Barbosa de Oliveira Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará  
Profª Drª Magnólia de Araújo Campos – Universidade Federal de Campina Grande  
Profª Drª Mylena Andréa Oliveira Torres – Universidade Ceuma  
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federaci do Rio Grande do Norte  
Prof. Dr. Paulo Inada – Universidade Estadual de Maringá  
Profª Drª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande

### **Ciências Exatas e da Terra e Engenharias**

Prof. Dr. Adélio Alcino Sampaio Castro Machado – Universidade do Porto  
Prof. Dr. Alexandre Leite dos Santos Silva – Universidade Federal do Piauí  
Prof. Dr. Carlos Eduardo Sanches de Andrade – Universidade Federal de Goiás  
Profª Drª Carmen Lúcia Voigt – Universidade Norte do Paraná  
Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná  
Prof. Dr. Fabrício Menezes Ramos – Instituto Federal do Pará  
Prof. Dr. Juliano Carlo Rufino de Freitas – Universidade Federal de Campina Grande  
Prof. Dr. Marcelo Marques – Universidade Estadual de Maringá  
Profª Drª Neiva Maria de Almeida – Universidade Federal da Paraíba  
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte  
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista

### **Conselho Técnico Científico**

Prof. Msc. Abrãao Carvalho Nogueira – Universidade Federal do Espírito Santo  
Prof. Msc. Adalberto Zorzo – Centro Estadual de Educação Tecnológica Paula Souza  
Prof. Dr. Adailson Wagner Sousa de Vasconcelos – Ordem dos Advogados do Brasil/Seccional Paraíba  
Prof. Msc. André Flávio Gonçalves Silva – Universidade Federal do Maranhão  
Profª Drª Andreza Lopes – Instituto de Pesquisa e Desenvolvimento Acadêmico  
Profª Msc. Bianca Camargo Martins – UniCesumar  
Prof. Msc. Carlos Antônio dos Santos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro  
Prof. Msc. Cláudia de Araújo Marques – Faculdade de Música do Espírito Santo  
Prof. Msc. Daniel da Silva Miranda – Universidade Federal do Pará  
Profª Msc. Dayane de Melo Barros – Universidade Federal de Pernambuco

Prof. Dr. Edwaldo Costa – Marinha do Brasil  
 Prof. Msc. Eliel Constantino da Silva – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita  
 Prof. Msc. Gevair Campos – Instituto Mineiro de Agropecuária  
 Prof. Msc. Guilherme Renato Gomes – Universidade Norte do Paraná  
 Prof<sup>a</sup> Msc. Jaqueline Oliveira Rezende – Universidade Federal de Uberlândia  
 Prof. Msc. José Messias Ribeiro Júnior – Instituto Federal de Educação Tecnológica de Pernambuco  
 Prof. Msc. Leonardo Tullio – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
 Prof<sup>a</sup> Msc. Lilian Coelho de Freitas – Instituto Federal do Pará  
 Prof<sup>a</sup> Msc. Liliani Aparecida Sereno Fontes de Medeiros – Consórcio CEDERJ  
 Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Lívia do Carmo Silva – Universidade Federal de Goiás  
 Prof. Msc. Luis Henrique Almeida Castro – Universidade Federal da Grande Dourados  
 Prof. Msc. Luan Vinicius Bernardelli – Universidade Estadual de Maringá  
 Prof. Msc. Rafael Henrique Silva – Hospital Universitário da Universidade Federal da Grande Dourados  
 Prof<sup>a</sup> Msc. Renata Luciane Polsaque Young Blood – UniSecal  
 Prof<sup>a</sup> Msc. Solange Aparecida de Souza Monteiro – Instituto Federal de São Paulo  
 Prof. Dr. Welleson Feitosa Gazel – Universidade Paulista

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)  
 (eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)**

C569 Ciências da saúde [recurso eletrônico] : campo promissor em pesquisa 8 / Organizadores Luis Henrique Almeida Castro, Thiago Teixeira Pereira, Silvia Aparecida Oesterreich. – Ponta Grossa, PR: Atena, 2020.

Formato: PDF  
 Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader  
 Modo de acesso: World Wide Web  
 Inclui bibliografia  
 ISBN 978-85-7247-990-5  
 DOI 10.22533/at.ed.905201102

1. Ciências da saúde – Pesquisa – Brasil. 2. Saúde – Brasil.  
 I.Pereira, Thiago Teixeira. II. Castro, Luis Henrique Almeida.  
 III.Oesterreich, Silvia Aparecida.

CDD 362.1

**Elaborado por Maurício Amormino Júnior – CRB6/2422**

Atena Editora  
 Ponta Grossa – Paraná - Brasil  
[www.atenaeditora.com.br](http://www.atenaeditora.com.br)  
[contato@atenaeditora.com.br](mailto:contato@atenaeditora.com.br)



## APRESENTAÇÃO

O estado de saúde, definido pela *World Health Organization* (WHO) como o “completo bem-estar físico, mental e social”, é um conceito revisitado de tempos em tempos pela comunidade científica. Hoje, em termos de ensino e pesquisa, a Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), distribui a saúde em sete áreas do conhecimento, sendo elas: Medicina, Nutrição, Odontologia, Farmácia, Enfermagem, Saúde coletiva e Educação física que, juntas, possuem mais de sessenta especialidades.

Essa diversidade inerente possibilita um vasto campo para a investigação científica. Neste sentido, corroborando com seu título, a obra “Ciências da Saúde: Campo Promissor em Pesquisa 5” traz a publicação de cento e vinte e sete trabalhos dentre estudos de casos, revisões literárias, ensaios clínicos, pesquisas de campo – entre outros métodos quanti e qualitativos – que foram desenvolvidos por pesquisadores de diversas Instituições de Ensino Superior no Brasil.

Visando uma organização didática, este e-Book está dividido em seis volumes de acordo com a temática abordada em cada pesquisa: “Epidemiologia descritiva e aplicada” que traz como foco estudos populacionais que analisam dados de vigilância em diferentes regiões do país; “Saúde pública e contextos sociais” que trata do estado de saúde de coletividades e tópicos de interesse para o bem-estar do cidadão; “Saúde mental e neuropatologias” que disserta sobre os aspectos cerebrais, cognitivos, intelectuais e psíquicos que compõe o estado de saúde individual e coletivo; “Integridade física e saúde corporal” que engloba os textos dedicados ao estudo do corpo e sua influência para a saúde humana; “Cuidado profilático e terapêutico” que traz em seus capítulos os trabalhos voltadas às opções de tratamentos medicinais sejam eles farmacológicos, alternativos ou experimentais; e, por fim, tem-se o sexto e último volume “Investigação clínica e patológica”, que trata da observação, exame e análise de diversas doenças e fatores depletivos específicos do estado de saúde do indivíduo.

Enquanto organizadores, esperamos que o conteúdo aqui disponibilizado possa subsidiar o desenvolvimento de novos estudos que, por sua vez, continuem dando suporte à atestação das ciências da saúde como um campo vasto, diverso e, sempre, promissor em pesquisa.

Luis Henrique Almeida Castro

Thiago Teixeira Pereira

Silvia Aparecida Oesterreich

## SUMÁRIO

|  |           |
|--|-----------|
| <b>CAPÍTULO 1</b> .....  | <b>1</b>  |
| A CONSULTORIA NUTRICIONAL EM GRUPO COMO ESTRATÉGIA PARA MUDANÇA NO ESTADO CLÍNICO NUTRICIONAL E DE HÁBITOS ALIMENTARES DE TRABALHADORES INDUSTRIAIS  |           |
| Deise Luciana Schell Reus<br>Jaqueline Brandt Mallon<br>Diana Indiara Ferreira J. Rocha  |           |
| <b>DOI 10.22533/at.ed.9052011021</b>   |           |
| <b>CAPÍTULO 2</b> .....  | <b>12</b> |
| ATUAÇÃO FISIOTERAPÊUTICA NAS REPERCUSSÕES POSTURAS DECORRENTES DA CICATRIZ DE ABDOMINOPLASTIA: UMA REVISÃO DE LITERATURA   |           |
| Sylvia Walleska Benjamim de Oliveira<br>Rayane Fernandes de Lima Bertoldo<br>Bruna Loyse Ferreira Lopes  |           |
| <b>DOI 10.22533/at.ed.9052011022</b>   |           |
| <b>CAPÍTULO 3</b> .....  | <b>19</b> |
| AVALIAÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL DE ESCOLARES EM SÃO JOSÉ DO RIO PRETO  |           |
| Michele Queiroz Balech<br>Fernanda Aparecida Novelli Sanfelice   |           |
| <b>DOI 10.22533/at.ed.9052011023</b>   |           |
| <b>CAPÍTULO 4</b> .....  | <b>25</b> |
| BENEFÍCIOS DO TREINAMENTO RESISTIDO COM MANIPULAÇÃO DO VOLUME DE TREINO  |           |
| Álvaro Nóbrega de Melo Madureira<br>João Ricardhis Saturnino de Oliveira<br>Wildberg Alencar Lima<br>Vera Lúcia de Menezes Lima  |           |
| <b>DOI 10.22533/at.ed.9052011024</b>   |           |
| <b>CAPÍTULO 5</b> .....  | <b>37</b> |
| DESENVOLVIMENTO DE COMPRIMIDO COM POTENCIAL DE HIGIENIZAÇÃO, ESFOLIAÇÃO E HIDRATAÇÃO PARA AS MÃOS  |           |
| Angela Hatzistylis Silva<br>Carla Aparecida Pedriali Moraes  |           |
| <b>DOI 10.22533/at.ed.9052011025</b>   |           |
| <b>CAPÍTULO 6</b> .....  | <b>48</b> |
| DESENVOLVIMENTO E AVALIAÇÃO SENSORIAL DE SNACKS DE FARINHA DE TAPIOCA ADICIONADOS DE GLUTAMATO MONOSSÓDICO   |           |
| Camila Anuar Cleim Rabah<br>Manoela Borges Vieira e Silva<br>Maria Gabriela Viegas e Silva<br>Maria Luisa Ramos Braidotti<br>Renata Rissin Waiswol<br>Tháisa Lopes Rodrigues<br>Andrea Carvalheiro Guerra Matias |           |
| <b>DOI 10.22533/at.ed.9052011026</b>   |           |

**CAPÍTULO 7 ..... 55**

EFEITOS DO MÉTODO PILATES SOBRE O EQUILÍBRIO DE IDOSAS: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Monaliza de Sousa Moura  
Mayara Monteiro Andrade  
Maria Marta Oliveira Ferreira de Sousa  
Eva Karoline Rodrigues da Silva  
Wellington dos Santos Alves

**DOI 10.22533/at.ed.9052011027**

**CAPÍTULO 8 ..... 63**

ESTUDO COMPARATIVO DA FORÇA E ATIVIDADE MIOELÉTRICA DO TRICEPS SURAL E TIBIAL ANTERIOR PRÉ E PÓS-DIÁLISE

Alenice Rosa Ferreira  
Viviane Lovatto  
Joana D'arc Borges Filha  
Mariel Dias Rodrigues  
Patricia Leão da Silva Agostinho

**DOI 10.22533/at.ed.9052011028**

**CAPÍTULO 9 ..... 70**

ESTUDO DE CASO: INTERVENÇÃO NUTRICIONAL COM COMPOSTO ALIMENTAR BIOATIVO EM PACIENTES COM HIV/AIDS

Lígia Aurélio Bezerra Maranhão Mendonça  
Thaís Maryelle dos Santos Costa  
Rosângela dos Santos Ferreira  
Rita de Cássia Avellaneda Guimarães  
Marta Marques David  
Priscila Aiko Hiane

**DOI 10.22533/at.ed.9052011029**

**CAPÍTULO 10 ..... 72**

FISIOTERAPIA INTRADIALÍTICA EM PACIENTES COM DOENÇA RENAL CRÔNICA: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Lays Ingredy Maria Silva Araújo  
Joyce Kedma Barbosa dos Santos  
Anna Leticia de Araújo Souza  
Fabiane Roberta Alves da Silva  
João Ricardhis Saturnino de Oliveira  
Priscila Pereira Passos

**DOI 10.22533/at.ed.90520110210**

**CAPÍTULO 11 ..... 82**

JEJUM INTERMITENTE É MELHOR QUE SIMPLES RESTRIÇÃO CALÓRICA? UMA REVISÃO

Jão Lucas da Costa Ribeiro  
Larissa Lopes Aguiar  
Luana Albuquerque Pessoa  
Lucas de Aguiar Oribe  
Luisa Gabrielle Temponi Gonçalves

**DOI 10.22533/at.ed.90520110211**



|   |            |
|---|------------|
| <b>CAPÍTULO 12</b> .....  | <b>84</b>  |
| O EXERCÍCIO FÍSICO AERÓBIO COMO FERRAMENTA TERAPÊUTICA NO EIXO PULMÃO-CÉREBRO NA ASMA         |            |
| Deborah de Camargo Hizume Kunzler   |            |
| Gisele Henrique Cardoso Martins   |            |
| Vitória Helena Kuhn de Campos   |            |
| <b>DOI 10.22533/at.ed.90520110212</b>   |            |
| <b>CAPÍTULO 13</b> .....  | <b>97</b>  |
| PERCEPÇÃO DE IMAGEM CORPORAL EM BAILARINAS CLÁSSICAS  |            |
| Isabella de Marco Pucci   |            |
| Daniela Spanghero Romão   |            |
| Giulia Ayumi Egami dos Reis   |            |
| Carla Cristina Dato   |            |
| Valéria Cristina Schneider  |            |
| <b>DOI 10.22533/at.ed.90520110213</b>   |            |
| <b>CAPÍTULO 14</b> .....  | <b>105</b> |
| PERFIL ALIMENTAR DE ADOLESCENTES DO ENSINO MÉDIO DE UMA ESCOLA PRIVADA DA CIDADE DE SÃO PAULO |            |
| Alice Fiadi   |            |
| Maria Luisa Ramos Braidotti   |            |
| Tháisa Lopes Rodrigues  |            |
| Juliana Cenatti   |            |
| Ana Carolina Colucci Paternez   |            |
| <b>DOI 10.22533/at.ed.90520110214</b>   |            |
| <b>CAPÍTULO 15</b> .....  | <b>117</b> |
| PROMOÇÃO E PREVENÇÃO DA SAÚDE BUCAL EM CRIANÇAS DO PROJETO FÉ, AMOR E ESPERANÇA (FAE)         |            |
| Lucas Cadmiel Sales Vieira  |            |
| Conceição de Maria Aguiar Costa Melo  |            |
| Janaina Cunha Matos   |            |
| Larissa Loiana Silva Melo   |            |
| Renata Costa Coelho   |            |
| <b>DOI 10.22533/at.ed.90520110215</b>   |            |
| <b>CAPÍTULO 16</b> .....  | <b>128</b> |
| TREINAMENTO FUNCIONAL COMO INSTRUMENTO DE PROMOÇÃO DE SAÚDE EM CRIANÇAS COM OBESIDADE         |            |
| Cristiane Gomes de Souza Campos   |            |
| <b>DOI 10.22533/at.ed.90520110216</b>   |            |
| <b>SOBRE OS ORGANIZADORES</b> .....   | <b>137</b> |
| <b>ÍNDICE REMISSIVO</b> .....   | <b>139</b> |

## JEJUM INTERMITENTE É MELHOR QUE SIMPLES RESTRIÇÃO CALÓRICA? UMA REVISÃO

Data de aceite: 05/02/2020

### Jõao Lucas da Costa Ribeiro

Acadêmico da Faculdade da Saúde e Ecologia Humana (FASEH)

jlucascr95@hotmail.com

### Larissa Lopes Aguiar

Acadêmico da Faculdade da Saúde e Ecologia Humana (FASEH)

### Luana Albuquerque Pessoa

Acadêmico da Faculdade da Saúde e Ecologia Humana (FASEH)

### Lucas de Aguiar Oribe

Acadêmico da Faculdade da Saúde e Ecologia Humana (FASEH)

### Luisa Gabrielle Temponi Gonçalves

Acadêmico da Faculdade da Saúde e Ecologia Humana (FASEH)

**PALAVRAS-CHAVE:** Jejum Intermitente, Restrição Calórica, Emagrecimento, Composição Corporal

### INTRODUÇÃO

Diferentes estratégias dietéticas são utilizadas para emagrecimento, melhora da composição corporal, prevenção de doenças

crônico-degenerativas e ganho de rendimento na prática esportiva. Um desses programas, o jejum intermitente (JI), é caracterizado por períodos alternados de privação alimentar e realimentação à vontade, mas importantes diretrizes de manejo da obesidade, como as da *American Heart Association* e *American College of Cardiology*, sugerem que qualquer regime dietético que promova déficit calórico sustentável seja eficaz para perder peso, sendo questionável o benefício específico do JI.

### OBJETIVO

Utilizando as bases de dados do PubMed e Medline, buscar evidências na literatura que comparem o JI à simples restrição calórica (RC) em relação à adaptação metabólica, perda de peso, composição corporal, circunferência abdominal, perfil glicêmico e presença de biomarcadores.

### DISCUSSÃO

O organismo se adapta ao jejum prolongado reduzindo a taxa metabólica basal (TMB). Seimon et al avaliaram e não

demonstraram impacto significativo do JI sobre a regulação da TMB, não havendo vantagem em relação à RC para a perda de peso total e de gordura corporal. Segundo Bagherniya et al, a autofagia modulada (AM) é um recurso orgânico essencial para o equilíbrio biológico de células, órgãos e tecidos, tendo papel importante na prevenção de doenças crônico-degenerativas. Em seu estudo concluiu que o JI e a RC melhoram de forma similar os níveis de biomarcadores de AM no tecido muscular esquelético, fígado, rim, coração, pâncreas e sistema nervoso. Harvie et al. compararam JI e RC e não identificaram diferença significativa quanto à perda de peso, composição corporal, circunferência abdominal, sensibilidade à insulina e glicemia em jejum. Da mesma forma, Dannecker et al não identificaram diferença no nível de dor e de marcadores de lesão muscular após atividade física intensiva em pacientes submetidos a JI ou RC.

## CONCLUSÃO

Pelos dados da literatura avaliada, não houve diferença entre JI e RC em relação a todos os parâmetros considerados. As evidências atuais indicam que os benefícios do JI ocorram, de fato, pela restrição calórica que ele determina.

## REFERÊNCIAS

- Bagherniya, M., Butler, A. E., Barreto, G. E., & Sahebkar, A. (2018). The effect of fasting or calorie restriction on autophagy induction: a review of the literature. *Ageing Research Reviews*. doi:10.1016/j.arr.2018.08.004
- Dannecker, E. A., Liu, Y., Rector, R. S., Thomas, T. R., Fillingim, R. B., & Robinson, M. E. (2012). Sex Differences in Exercise-Induced Muscle Pain and Muscle Damage. *The Journal of Pain*, 13(12), 1242–1249. doi:10.1016/j.jpain.2012.09.014
- Harvie, M. N., Pegington, M., Mattson, M. P., Frystyk, J., Dillon, B., Evans, G., ... Howell, A. (2010). The effects of intermittent or continuous energy restriction on weight loss and metabolic disease risk markers: a randomized trial in young overweight women. *International Journal of Obesity*, 35(5), 714–727. doi:10.1038/ijo.2010.171
- Seimon, R. V., Roekenes, J. A., Zibellini, J., Zhu, B., Gibson, A. A., Hills, A. P., ... Sainsbury, A. (2015). Do intermittent diets provide physiological benefits over continuous diets for weight loss? A systematic review of clinical trials. *Molecular and Cellular Endocrinology*, 418, 153–172. doi:10.1016/j.mce.2015.09.014
- Yannakoulia, M., Poulimeneas, D., Mamalaki, E., & Anastasiou, C. A. (2019). Dietary modifications for weight loss and weight loss maintenance. *Metabolism*. doi:10.1016/j.metabol.2019.01.001
- Moraes, Ruan Carlos Macêdo de. (2016). Impactos de uma estratégia de jejum intermitente associada a treinamento de endurance na composição corporal e desempenho físico de ratos wistar. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Uberaba.
- Santos, Ana Kelly Morais dos et al. (2017) CONSEQUÊNCIAS DO JEJUM INTERMITENTE SOBRE AS ALTERAÇÕES NA COMPOSIÇÃO CORPORAL: Uma revisão integrativa. *Revista E-ciência*, 5(1), 209-218. *Revista e-ciencia*. <http://dx.doi.org/10.19095/rec.v5i1.209>.

## ÍNDICE REMISSIVO

### A

AIDS 70, 71

Alimentação 3, 4, 5, 7, 9, 10, 21, 23, 24, 99, 102, 105, 106, 107, 108, 109, 110, 111, 112, 115, 116, 117, 123, 124, 132, 135, 136

Asma 84, 85, 86, 88, 89, 90, 91, 92, 93

Atividade mioelétrica 63

Avaliação sensorial 48

### B

Balé 97, 98, 101

Ballet clássico 99, 101

### C

Composto alimentar 70, 71

Consultoria nutricional 1, 4

### D

Dança 98

Diabetes *mellitus* 79

Diálise 63, 64, 67, 68, 72, 77, 79

Doenças crônicas não transmissíveis 2, 4, 9, 10, 21, 107, 108, 131, 135

### E

Equilíbrio corporal 58, 60

Escolares 19, 21, 23, 104, 108, 111, 112, 115

Esfoliação 37, 38, 39, 41, 43, 46

Estado nutricional 3, 19, 21, 109

Exercício aeróbico 78

Exercício físico 71, 72, 73, 74, 80, 84, 85, 86, 90, 91, 92, 129, 133, 137

### F

Fisioterapia 13, 14, 15, 17, 18, 72, 73, 74, 75, 77, 79, 80, 84, 92

Força muscular 56, 58, 60, 63, 64, 68, 74, 79, 80

### G

Glutamato monossódico 48, 50, 51, 54

### H

Hábitos alimentares 1, 21, 107, 108, 109, 131

Hidratação 37, 38, 39, 40, 41, 43, 46

Higienização 37, 39, 46, 47, 123

HIV 70

## I

Idoso 57

Imagem corporal 8, 97, 98, 99, 100, 101, 102, 103, 104

## J

Jejum intermitente 82, 83

## N

Nutrição 1, 4, 5, 9, 11, 21, 23, 24, 48, 64, 107, 110, 116, 137, 138

## O

Obesidade 4, 6, 7, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 31, 82, 100, 107, 108, 116, 128, 129, 131, 132, 134, 135, 136

## P

Perfil alimentar 3, 105, 110

Pilates 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 62

## Q

Qualidade de vida 2, 3, 4, 10, 20, 23, 25, 32, 57, 69, 72, 74, 77, 79, 80, 81, 106, 123, 131, 134

## R

Restrição calórica 82, 83

## S

Saúde bucal 117, 118, 119, 123, 124, 126, 127

## T

Tapioca 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54

Treinamento funcional 128, 129, 133, 134, 135, 136, 137

Treinamento resistido 25, 26, 32, 80, 137

Tríceps 65, 68

Tríceps sural 65, 68

## V

Volume de treino 25

 **Atena**  
Editora

**2 0 2 0**