



CIÊNCIAS DA SAÚDE: AVANÇOS RECENTES E NECESSIDADES SOCIAIS 3

LUIS HENRIQUE ALMEIDA CASTRO
THIAGO TEIXEIRA PEREIRA
(ORGANIZADORES)

Atena
Editora
Ano 2020



CIÊNCIAS DA SAÚDE: AVANÇOS RECENTES E NECESSIDADES SOCIAIS 3

LUIS HENRIQUE ALMEIDA CASTRO
THIAGO TEIXEIRA PEREIRA
(ORGANIZADORES)

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 de Azevedo

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

Profª Drª Angeli Rose do Nascimento – Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro

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

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

Prof. Dr. Gustavo Henrique Cepolini Ferreira – Universidade Estadual de Montes Claros

Profª Drª Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionele delle Figlie de 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

Prof. Dr. Luis Ricardo Fernando da Costa – Universidade Estadual de Montes Claros

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
Prof. Dr. Cleberton Correia Santos – Universidade Federal da Grande Dourados
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
Profª Drª Eysler Gonçalves Maia Brasil – Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira
Prof. Dr. Ferlando Lima Santos – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Prof. Dr. Fernando José Guedes da Silva Júnior – Universidade Federal do Piauí
Profª Drª Gabriela Vieira do Amaral – Universidade de Vassouras
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria
Profª Drª Iara Lúcia Tescarollo – Universidade São Francisco
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
Prof. Dr. Luís Paulo Souza e Souza – Universidade Federal do Amazonas
Profª Drª Magnólia de Araújo Campos – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. Marcus Fernando da Silva Praxedes – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
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 Renata Mendes de Freitas – Universidade Federal de Juiz de Fora
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
Prof^a Dr^a 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^a Dr^a Luciana do Nascimento Mendes – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Marcelo Marques – Universidade Estadual de Maringá
Prof^a Dr^a Neiva Maria de Almeida – Universidade Federal da Paraíba
Prof^a Dr^a Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista

Conselho Técnico Científico

Prof. Me. Abrãao Carvalho Nogueira – Universidade Federal do Espírito Santo
Prof. Me. Adalberto Zorzo – Centro Estadual de Educação Tecnológica Paula Souza
Prof. Me. Adalto Moreira Braz – Universidade Federal de Goiás
Prof. Dr. Adaylson Wagner Sousa de Vasconcelos – Ordem dos Advogados do Brasil/Seccional Paraíba
Prof. Me. André Flávio Gonçalves Silva – Universidade Federal do Maranhão
Prof^a Dr^a Andreza Lopes – Instituto de Pesquisa e Desenvolvimento Acadêmico
Prof^a Dr^a Andrezza Miguel da Silva – Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia
Prof. Dr. Antonio Hot Pereira de Faria – Polícia Militar de Minas Gerais
Prof^a Ma. Bianca Camargo Martins – UniCesumar
Prof^a Ma. Carolina Shimomura Nanya – Universidade Federal de São Carlos
Prof. Me. Carlos Antônio dos Santos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Ma. Cláudia de Araújo Marques – Faculdade de Música do Espírito Santo
Prof^a Dr^a Cláudia Taís Siqueira Cagliari – Centro Universitário Dinâmica das Cataratas
Prof. Me. Daniel da Silva Miranda – Universidade Federal do Pará
Prof^a Ma. Daniela da Silva Rodrigues – Universidade de Brasília
Prof^a Ma. Dayane de Melo Barros – Universidade Federal de Pernambuco
Prof. Me. Douglas Santos Mezacas – Universidade Estadual de Goiás
Prof. Dr. Edwaldo Costa – Marinha do Brasil
Prof. Me. Eduardo Gomes de Oliveira – Faculdades Unificadas Doctum de Cataguases
Prof. Me. Eliel Constantino da Silva – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita
Prof. Me. Euvaldo de Sousa Costa Junior – Prefeitura Municipal de São João do Piauí
Prof^a Ma. Fabiana Coelho Couto Rocha Corrêa – Centro Universitário Estácio Juiz de Fora
Prof. Dr. Fabiano Lemos Pereira – Prefeitura Municipal de Macaé
Prof. Me. Felipe da Costa Negrão – Universidade Federal do Amazonas
Prof^a Dr^a Germana Ponce de Leon Ramírez – Centro Universitário Adventista de São Paulo
Prof. Me. Gevair Campos – Instituto Mineiro de Agropecuária
Prof. Dr. Guilherme Renato Gomes – Universidade Norte do Paraná
Prof. Me. Gustavo Krahl – Universidade do Oeste de Santa Catarina
Prof. Me. Helton Rangel Coutinho Junior – Tribunal de Justiça do Estado do Rio de Janeiro
Prof^a Ma. Jaqueline Oliveira Rezende – Universidade Federal de Uberlândia
Prof. Me. Javier Antonio Albornoz – University of Miami and Miami Dade College
Prof^a Ma. Jéssica Verger Nardeli – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho
Prof. Me. Jhonatan da Silva Lima – Universidade Federal do Pará
Prof. Me. José Luiz Leonardo de Araujo Pimenta – Instituto Nacional de Investigación Agropecuaria Uruguay
Prof. Me. José Messias Ribeiro Júnior – Instituto Federal de Educação Tecnológica de Pernambuco

Profª Ma. Juliana Thaisa Rodrigues Pacheco – Universidade Estadual de Ponta Grossa
 Profª Drª Kamilly Souza do Vale – Núcleo de Pesquisas Fenomenológicas/UFPA
 Profª Drª Karina de Araújo Dias – Prefeitura Municipal de Florianópolis
 Prof. Dr. Lázaro Castro Silva Nascimento – Laboratório de Fenomenologia & Subjetividade/UFPR
 Prof. Me. Leonardo Tullio – Universidade Estadual de Ponta Grossa
 Profª Ma. Lilian Coelho de Freitas – Instituto Federal do Pará
 Profª Ma. Liliani Aparecida Sereno Fontes de Medeiros – Consórcio CEDERJ
 Profª Drª Lívia do Carmo Silva – Universidade Federal de Goiás
 Prof. Me. Lucio Marques Vieira Souza – Secretaria de Estado da Educação, do Esporte e da Cultura de Sergipe
 Prof. Me. Luis Henrique Almeida Castro – Universidade Federal da Grande Dourados
 Prof. Dr. Luan Vinicius Bernardelli – Universidade Estadual do Paraná
 Prof. Dr. Michel da Costa – Universidade Metropolitana de Santos
 Prof. Dr. Marcelo Máximo Purificação – Fundação Integrada Municipal de Ensino Superior
 Prof. Me. Marcos Aurelio Alves e Silva – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de São Paulo
 Profª Ma. Marileila Marques Toledo – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri
 Prof. Me. Ricardo Sérgio da Silva – Universidade Federal de Pernambuco
 Prof. Me. Rafael Henrique Silva – Hospital Universitário da Universidade Federal da Grande Dourados
 Profª Ma. Renata Luciane Polsaque Young Blood – UniSecal
 Profª Ma. Solange Aparecida de Souza Monteiro – Instituto Federal de São Paulo
 Prof. Me. Tallys Newton Fernandes de Matos – Faculdade Regional Jaguaribana
 Prof. Dr. Welleson Feitosa Gazel – Universidade Paulista

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) (eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)	
C569	<p>Ciências da saúde [recurso eletrônico] : avanços recentes e necessidades sociais 3 / Organizadores Thiago Teixeira Pereira, Luis Henrique Almeida Castro. – Ponta Grossa, PR: Atena, 2020.</p> <p>Formato: PDF Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader Modo de acesso: World Wide Web Inclui bibliografia ISBN 978-65-5706-066-7 DOI 10.22533/at.ed.667202505</p> <p>1. Ciências da saúde – Pesquisa – Brasil. 2. Saúde – Brasil. I.Pereira, Thiago Teixeira. II. Castro, Luis Henrique Almeida.</p> <p style="text-align: right;">CDD 362.1</p>
Elaborado por Maurício Amormino Júnior – CRB6/2422	

Atena Editora
 Ponta Grossa – Paraná - Brasil
www.atenaeditora.com.br
 contato@atenaeditora.com.br

APRESENTAÇÃO

Composto por três volumes, este e-book “Ciências da Saúde: Avanços Recentes e Necessidades Sociais” traz em seu arcabouço um compilado de 68 estudos científicos que refletem sobre as ciências da saúde, seus avanços recentes e as necessidades sociais da população, dos profissionais de saúde e do relacionamento entre ambos. No intuito de promover e estimular o conhecimento dos leitores sobre esta temática, os estudos selecionados fornecem concepções fundamentadas em diferentes métodos de pesquisa: revisões da literatura (sistemáticas e integrativas), relatos de caso e/ou experiência, estudos comparativos e investigações clínicas.

O primeiro volume aborda ações voltadas ao ensino e aprendizagem, atuação profissional e diálogo interdisciplinar, bem como práticas integrativas para fomento da formação profissional continuada, com vistas ao atendimento comunitário e/ou individualizado. São explorados temas como ações em projetos de extensão universitária; análise de atendimento e estrutura de unidades básicas de saúde; conceitos de atuação profissional; métodos didáticos de ensino e aprendizagem, dentre outros.

O segundo volume tem enfoque nos seguimentos de diagnósticos, prevenção e profilaxia de diversas patologias. Debruçando-se nesta seção, o leitor encontrará informações clínicas e epidemiológicas de diversas patologias e fatores depletivos do estado de saúde, tais como: câncer; cardiopatias; obesidade; lesões; afecções do sistema nervoso central; dentre outras síndromes e distúrbios.

Por fim, o terceiro volume engloba um compilado textual que tange à promoção da qualidade de vida da população geral e de grupos especiais. São artigos que exploram, cientificamente, a diversidade de gênero, a vulnerabilidade psicossocial e a conexão destes tópicos com a saúde pública no Brasil e a inclusão social. São apresentadas ações voltadas à população idosa; adolescentes; diabéticos; transexuais; encarcerados; mulheres; negros; pessoas com deficiência; entre outros.

Enquanto organizadores, acreditamos que o desenvolvimento de estratégias de atuação coletiva, educacional e de inclusão social devem, sempre que possível, guiar a produção científica brasileira de modo a incentivar estágios de melhoramento contínuo; e, neste sentido, obras como este e-book publicado pela Atena Editora se mostram como uma boa oportunidade de diversificar o debate científico nacional.

Boa leitura!

Luis Henrique Almeida Castro
Thiago Teixeira Pereira

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1	1
A IMPORTÂNCIA DAS POLÍTICAS PÚBLICAS PARA A PROMOÇÃO DE SAÚDE AS MULHERES PRIVADAS DE LIBERDADE NO CONTEXTO DA PREVENÇÃO DE RISCOS E VULNERABILIDADES ÀS INFECÇÕES URINÁRIAS	
Tatiani Todero Juliana Coelho de Campos Denise Antunes de Azambuja Zocche Juliana Hirt Batista Arnildo Korb	
DOI 10.22533/at.ed.6672025051	
CAPÍTULO 2	13
ANÁLISE DO PADRÃO DE CONSUMO DE ÁLCOOL EM UNIVERSITÁRIOS	
Nanielle Silva Barbosa Amanda Karoliny Meneses Resende Kauan Gustavo de Carvalho Ana Caroliny de Barros Soares Lima Kayron Rodrigo Ferreira Cunha Lorena Uchoa Portela Veloso	
DOI 10.22533/at.ed.6672025052	
CAPÍTULO 3	27
ATENÇÃO À SAÚDE DE DIABÉTICOS ATENDIDOS NA ATENÇÃO BÁSICA ATRAVÉS DE ATIVIDADES GRUPAIS: RELATO DE EXPERIÊNCIA	
Janaina Barbieri Vanessa Aparecida dos Santos Lubachenski Gracieli Prestes Castro Caroline Piovesan Pollyana Stefanello Gandin Luan do Amaral Post Ethel Bastos da Silva Tanea Maria Bisognin Garlet	
DOI 10.22533/at.ed.6672025053	
CAPÍTULO 4	41
AUTOMEDICAÇÃO ENTRE IDOSOS DE UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE DA AMAZÔNIA OCIDENTAL BRASILEIRA	
Edmilson Pereira Barroso Eder Ferreira de Arruda Jéssica Emily Lima Mesquita Wellington Nascimento Feitoza Deivid Braga da Silva Bárbara Alauanny Gonçalves Luana do Vale Oliveira Hana Lis Paiva de Souza Ylêdo Fernandes de Menezes Júnior Priscila Bentes Sousa Rafael Tavares Lima Izel Deiver Jeronimo Saraiva	
DOI 10.22533/at.ed.6672025054	

CAPÍTULO 5 51

AVALIAÇÃO DA SATISFAÇÃO DOS CLIENTES COM O ATENDIMENTO DE UM RESTAURANTE LOCALIZADO NA CIDADE DE MACEIÓ-AL

Eliane Costa Souza
Maria Emanoelly Alves Galindo
Khezya Emanuelly Bezerra dos Santos
Giane Meyre de Assis Aquilino
Fabiana Palmeira Melo Costa

DOI 10.22533/at.ed.6672025055

CAPÍTULO 6 60

AVALIAÇÃO QUALITATIVA DAS PREPARAÇÕES DO CARDÁPIO (AQPC) DE UMA CRECHE ESCOLA PRIVADA LOCALIZADA EM MACEIÓ - AL

Eliane Costa Souza
Beatriz Salgado Metódio
Natália Araújo Malta dos Santos
Déborah Maria Tenório Braga Cavalcante Pinto

DOI 10.22533/at.ed.6672025056

CAPÍTULO 7 69

CUIDADO COMPARTILHADO A ADOLESCENTES EM USO DE DROGAS E EM VULNERABILIDADE SOCIAL

Graziela Araujo Dourado
Laís Chagas de Carvalho
Gustavo Emanuel Cerqueira de Menezes Júnior

DOI 10.22533/at.ed.6672025057

CAPÍTULO 8 82

FATORES DE RISCO RELACIONADOS À COVID-19 EM PACIENTES COM HIPERTENSÃO E DIABETES MELLITUS: REVISÃO DE LITERATURA

Rafael Everton Assunção Ribeiro da Costa
Bruno Leonardo de Sousa Figueiredo
Eduarda Lorena Alves da Cunha
Vanessa Ferreira Baldoino
Dinah Alencar Melo Araujo
Amadeu Luis de Carvalho Neto
Yanka Bárbara Leite Ramos Araújo
Anny Karoline Rodrigues Batista
Thalia Ferreira Campos
Álvaro Sepúlveda Carvalho Rocha
Annarely Morais Mendes
João Victor da Cunha Silva
Eliavelton Sousa Montelo
Rosilene Maciel de Araújo
Jéssica Milena Moura Neves
Francisco Wagner dos Santos Sousa
Ag-Anne Pereira Melo de Menezes

DOI 10.22533/at.ed.6672025058

CAPÍTULO 9 93

REVISÃO INTEGRATIVA: UM OLHAR SOBRE A VIOLÊNCIA DE GÊNERO VIVENCIADA PELA MULHER IMIGRANTE

Dora Mariela Salcedo Barrientos
Ana Caroline Barbosa Vergueiro
Cibele Monteiro Macedo

Leticia Aparecida Lopes Bezerra da Silva
Priscila Mazza de Faria Braga
Carla Santiago Souza Saad
José Manuel Peixoto Caldas

DOI 10.22533/at.ed.6672025059

CAPÍTULO 10 105

ITINERÁRIO DAS PESSOAS TRANSEXUAIS NA BUSCA DE CUIDADOS EM SAÚDE

Karla Romana Ferreira Souza
Carla Andreia Alves de Andrade
Amanda Oliveira Bernardino Cavalcanti de Albuquerque
Liana Gabriele da Cruz Mendes
Heloíza Gabrielly de Oliveira Cavalcanti
Monique Maria de Lima Nascimento
Bruna Catarina Viana da Silva
Nathália Maria Ferreira de Freitas
Natália de Carvalho Lefosse Valgueiro
Denize Ferreira Ribeiro
Jabiael Carneiro da Silva Filho
Fátima Maria da Silva Abrão

DOI 10.22533/at.ed.66720250510

CAPÍTULO 11 112

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA, ESPORTE E SAÚDE ASSOCIADOS AOS HÁBITOS DE SONO EM ADOLESCENTES

Rosimeide Francisco dos Santos Legnani
Edher Lucas Antunes
Eva Luziane Denkewicz Gustave
Gabriel Ressetti
Ana Ligia Kincheski Coelho
Elto Legnani

DOI 10.22533/at.ed.66720250511

CAPÍTULO 12 124

PERCEPÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA INFANTOJUVENIL APÓS O CÂNCER: UMA REVISÃO

Danielle Cristina de Oliveira Torres
Bianca Conserva Freire
Débora Valéria de Oliveira Torres
Taís de Moura Silva
Jhonatan Fausto Guimarães
Gabriel Duarte de Lemos
Carina Scanoni Maia
Cristina Ruan Ferreira de Araújo
Sílvia Tavares Donato
Thiago de Oliveira Assis
Ana Janaína Jeanine Martins de Lemos Jordão

DOI 10.22533/at.ed.66720250512

CAPÍTULO 13 133

PERFIL SOCIODEMOGRÁFICO DE USUÁRIOS DO PROGRAMA DE SAÚDE DA FAMÍLIA (PSF) DO BAIRRO SÃO CRISTOVÃO EM ITAOBIM, MINAS GERAIS

Josiane de Jesus Teixeira
Kaíque Mesquita Cardoso

DOI 10.22533/at.ed.66720250513

CAPÍTULO 14 146

PREVALÊNCIA DE HEPATITE “B” EM GESTANTES TRIADAS PELO PROGRAMA DE PROTEÇÃO À GESTANTE EM GOIÁS NOS ANOS DE 2004 A 2014

Luana Lima Reis
Carlos Augusto de Oliveira Botelho
Carlos Augusto de Oliveira Botelho Junior
Aline de Cássia Oliveira Castro
Benigno Alberto de Moraes da Rocha

DOI 10.22533/at.ed.66720250514

CAPÍTULO 15 159

PROGRAMA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS EM DETENTOS DO SISTEMA PRISIONAL DE UM ESTADO DO NORDESTE DO BRASIL

Marcelo Danillo Matos dos Santos
Lúcio Marques Vieira Souza
Lucas Souza Santos
Ricardo Aurélio Carvalho Sampaio
Jymmys Lopes dos Santos
Roberto Jerônimo dos Santos Silva
Dilton dos Santos Silva
José Uilien de Oliveira
Felipe José Aidar Martins

DOI 10.22533/at.ed.66720250515

CAPÍTULO 16 169

PROMOÇÃO À SAÚDE E SUA EFICÁCIA NAS AGROVILAS: RELATO DE EXPERIÊNCIA SOBRE IST’S

Izadora Larissa Cei Lima
Itala Zilda Lima Da Silva
Kamila Thays Almeida Vasconcelos
Brenda De Fátima De Oliveira Lima
Antônia Carol Machado de Sousa
Raquel Carvalho Silva
Tiago Nonato Santos Rocha
Francisco Gemerson Pessoa Barros
Irlan Menezes da Paixão
Andrezza Roberta Alves Raposo
Yara Martins Castro
Vera Lúcia Cecim dos Santos

DOI 10.22533/at.ed.66720250516

CAPÍTULO 17 171

PROMOÇÃO DE AÇÕES PARA MELHORAR A QUALIDADE DE VIDA DO IDOSO INSTITUCIONALIZADO: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Thainá Nascimento Mota
Rodrigo Sousa Lima
Ítala Rafaella Filgueira Monteiro
Rosimery Cruz de Oliveira Dantas

DOI 10.22533/at.ed.66720250517

CAPÍTULO 18 180

PUBLICAÇÕES SOBRE ESQUISTOSSOMOSE NA *SCOPUS*: MAPEAMENTO, CARACTERIZAÇÃO E ANÁLISE DA PROGRESSÃO TEMPORAL DO TEMA APLICADO À MEDICINA E IMUNOLOGIA AO LONGO DA SÉRIE HISTÓRICA DE 2015 A 2019

Daniel Madeira Cardoso
Lucas Capita Quarto
Mariana Guedes Lopes
Júlia Madeira Lara
Sônia Maria da Fonseca Souza
Thalisson Artur Ribeiro Gomides

DOI 10.22533/at.ed.66720250518

CAPÍTULO 19 201

QUALIDADE DE VIDA DE CUIDADORES DE CRIANÇAS COM DOENÇAS CRÔNICAS

Ana Cláudia Moura Caetano
Genezio Cândido do Nascimento Neto
Glenia Hayder de Souza Gonçalves
Leiner Resende Rodrigues
Leticia de Araujo Apolinario
Luana Cristina de Souza Freitas
Melissa Zanella Salgado
Sheron Hellen da Silva Pimenta
Sybelle de Souza Castro
Vanessa Cristina Regis da Silva

DOI 10.22533/at.ed.66720250519

CAPÍTULO 20 215

RECRIAÇÃO DE SISTEMA PARA AUXÍLIO NA MOVIMENTAÇÃO DE PESSOA COM CERTO GRAU DE AMPUTAÇÃO OU MÁ FORMAÇÃO EM MEMBRO SUPERIOR

Felipe Lopes Machado
César Giracca
Victor Brito Alves

DOI 10.22533/at.ed.66720250520

CAPÍTULO 21 221

REFLEXÃO SOBRE O ROMPIMENTO DAS BARRAGENS DE MARIANA E BRUMADINHO

Beatriz Maria dos Santos Santiago Ribeiro
Carolina Dominique dos Santos
Sonia Hutul Silva
Rosane Clys de Barros Souza
Josiane Kelly de Barros
Rita de Cassia de Marchi Barcelos Dalri

DOI 10.22533/at.ed.66720250521

CAPÍTULO 22 228

SAÚDE DAS MULHERES NEGRAS: MORTALIDADE MATERNA E EQUIDADE NA ASSISTÊNCIA

Luiz Henrique Ribeiro Motta
Mariana de Sousa Nunes Vieira
Bibiana Arantes Moraes
Isadora Vieira de Sousa
Ricardo Coutinho de Oliveira Filho
Ramuél Egídio de Paula Nascente Júnior
Juliano de Faria Mendonça Júnior
Túlio César Paiva Araújo
Lucas Felipe Ribeiro

Marcos Filipe Chaparoni de Freitas Silva
Paula Paiva Alves
Thais Borges Silva Martins

DOI 10.22533/at.ed.66720250522

CAPÍTULO 23 240

TARTARUGA: PROGRAMA DE NATAÇÃO PARA IDOSOS PORTADORES DE DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS (DCNTS), QUE FAZ ENSINO PESQUISA E EXTENSÃO

Yuri Pinheiro Milhomes
Ramiro Doyenart
Fernanda Sombrio
Julia Medeiros dos Santos
Daniel Boeira
Karin Martins Gomes
Luciano Acordi da Silva

DOI 10.22533/at.ed.66720250523

CAPÍTULO 24 253

DESCRIÇÃO DO SERVIÇO DE FONOAUDIOLOGIA NO HOSPITAL PRIVADO ANTÔNIO PRUDENTE

Adriana Colambani Pinto
Bruno Bezerra de Menezes Cavalacante
Francisco Jadson Franco Moreira
Anderson Luís de Alvarenga Nascimento
Jorge Pinheiro Koren de Lima
Andrea Cintia Laurindo Porto
Rayane Justino Gomes
Sandy Costa Andrade dos Santos
Priscila Mayara Estrela Barbosa

DOI 10.22533/at.ed.66720250524

SOBRE OS ORGANIZADORES..... 259

ÍNDICE REMISSIVO 260

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA, ESPORTE E SAÚDE ASSOCIADOS AOS HÁBITOS DE SONO EM ADOLESCENTES

Data de aceite: 12/05/2020

Data de submissão: 03/02/2020

Rosimeide Francisco dos Santos Legnani

Universidade Estadual de Ponta Grossa

Ponta Grossa – Paraná

CV: <http://lattes.cnpq.br/4699907120290396>

Edher Lucas Antunes

Universidade Estadual de Ponta Grossa

Ponta Grossa – Paraná

CV: <http://lattes.cnpq.br/9221515539692304>

Eva Luziane Denkewicz Gustave

Universidade Estadual de Ponta Grossa

Ponta Grossa – Paraná

CV: <http://lattes.cnpq.br/9611072482126021>

Gabriel Ressetti

Universidade Estadual de Ponta Grossa

Ponta Grossa – Paraná

CV: <http://lattes.cnpq.br/5789748007554335>

Ana Ligia Kincheski Coelho

Universidade Estadual de Ponta Grossa

Ponta Grossa – Paraná

CV: <http://lattes.cnpq.br/8378844070921469>

Elto Legnani

Universidade Tecnológica Federal do Paraná

Curitiba – Paraná

CV: <http://lattes.cnpq.br/2009180216579790>

RESUMO: Nos últimos anos houve uma grande modificação no estilo de vida da população, principalmente devido aos comportamentos de risco à saúde, em especial na infância e na adolescência. O objetivo da presente pesquisa foi analisar o nível de atividade física e esporte, associados aos comportamentos sedentários e hábitos de sono, em adolescentes atletas com idades entre 12 a 17 anos, de diferentes modalidades esportivas da cidade de Ponta Grossa – PR. A pesquisa caracterizou-se como descritiva, com delineamento transversal e de caráter quantitativo. Para a coleta de dados foi utilizado o questionário eletrônico *WebCas*, a amostra foi composta por 63 adolescentes. A prevalência de sono suficiente, tendo como referência o dia anterior, foi de 50,8%, de 65,7% de segunda a sexta-feira, e de 87,1%, aos finais de semana. No que se refere ao nível de atividade física (NAF) observou-se que 65,1% dos adolescentes atletas foram classificados suficientemente ativos, em relação à associação entre atividade física e horas de sono em relação de segunda a sexta-feira, dia anterior e ao fim de semana foram ($p=0,89$), ($p=0,00$) e ($p=1,00$), em relação às modalidades coletivas e individuais nota-se ($p=0,56$) e ($p=0,31$) quando relacionados de segunda a sexta-feira. Concluiu-se que a prevalência dos hábitos de sono suficientes e NAF apresentaram-

se adequadas entre os adolescentes investigados, porém não houve significância estatística entre o nível de atividade física e horas de sono.

PALAVRAS-CHAVE: atividade física, esporte, hábitos de sono, adolescentes.

LEVEL OF PHYSICAL ACTIVITY, SPORT AND HEALTH ASSOCIATED WITH SLEEP HABITS IN ADOLESCENTS

ABSTRACT: In recent years there has been a major change in the population lifestyle, mainly due to health risk behaviors, especially in childhood and adolescence. The aim of this research was to analyze the level of physical activity and sport, associated with sedentary behaviors and sleep habits, in adolescent athletes aged 12 to 17 years, from different schools of sports in the city of Ponta Grossa - PR. The research was characterized as descriptive, with a cross-sectional and quantitative design. For data collection, the electronic WebCas questionnaire was used, the sample was composed of 63 adolescents. The prevalence of sufficient sleep, based on the previous day, was 50.8%, 65.7% from Monday to Friday, and 87.1%, on weekends. Regarding the level of physical activity (NAF), it was observed that 65.1% of adolescent athletes were classified as sufficiently active, in relation to the association between physical activity and hours of sleep in relation to Monday to Friday, the previous day and at the weekend were ($p = 0.89$), ($p = 0.00$) and ($p = 1.00$), in relation to the collective and individual modalities, it is noted ($p = 0.56$) and ($p = 0.31$) when listed from Monday to Friday. It was concluded that the prevalence of sufficient sleep habits and LPA were adequate among the investigated adolescents, however there was no statistical significance between the level of physical activity and hours of sleep.

KEYWORDS: physical activity, sport, sleep habits, adolescents.

1 | INTRODUÇÃO

A prática da atividade física de forma geral proporciona inúmeros benefícios à saúde, ela auxilia diretamente na prevenção de possíveis doenças futuras, bem como promove um potencial em melhorar a sensação de bem-estar, aceitação social e a autoestima dos adolescentes (BOIS et al., 2005; SILVA, 2011). Uma das atividades precursoras para a prática habitual da atividade física são as atividades esportivas, podendo assim, ser um forte aliado ao combate do sedentarismo (BANGSBO, 2016).

O envolvimento em práticas esportivas tem o potencial para influenciar positivamente as funções biopsicossociais em crianças e jovens, além destes demonstrarem melhores hábitos de sono, ao considerar que, em jovens atletas, uma boa qualidade de sono diminui as chances do desenvolvimento de fatores de risco (KLEIN, GONÇALVES, 2008; GOMES et al., 2015; BANGSBO et al., 2016).

O sono é de grande importância ao bem-estar, ele proporciona uma melhor qualidade de vida, contudo, quando as horas de sono estão abaixo dos níveis recomendados, pode haver manifestações de problemas ocasionados pela sua privação (NAHAS, 2017). Dessa forma, o sono é considerado fundamental para restabelecer e preparar o corpo para um novo período de atividades, tendo um papel indispensável na recuperação física e psicológica (ZANQUETTA, 2013). Sendo assim, o presente estudo teve como objetivo analisar a associação entre o nível de atividade física (NAF) e os hábitos de sono de atletas de diferentes modalidades esportivas, com idades entre 12 a 17 anos.

2 | METODOLOGIA

A população participante da pesquisa possui idades entre 12 a 17 anos, matriculados em diferentes escolas esportivas da cidade de Ponta Grossa – PR. Foram selecionadas escolas de treinamento esportivo públicas e privadas, incluindo modalidades coletivas e individuais, selecionados de forma intencional após um levantamento de quais estabelecimentos poderiam ser incluídos na pesquisa, ao considerar a disponibilidade de tempo e o local para a coleta dos dados. Os critérios de exclusão amostral foram: utilização de medicamentos que possam interferir no sono, a não entrega do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e/ou não aceitação dos adolescentes por meio do Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE). O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Estadual de Ponta Grossa, sob o número do parecer: 3.591.136/2019 de 22 de setembro de 2019.

O estudo possui um desenho descritivo, de característica transversal e de delineamento quantitativo. A coleta de dados foi realizada por meio do questionário eletrônico WebCas proposto por Legnani (2015). Os dados foram coletados em salas disponíveis no estabelecimento, utilizou-se de 10 tablets com acesso à internet por meio de wifi.

O WebCas encontra-se hospedado no site www.legnaniwebcas.com.br, previamente elaborado e validado para ser ministrado em crianças e adolescentes com idades entre 9 a 17 anos. Este instrumento caracteriza-se em identificar, um dia comum durante a semana de um indivíduo, apresentando diferentes atividades físicas do dia a dia, bem como variáveis relacionadas a saúde de adolescentes que foram subdivididos em seis sessões direcionadas a saúde, como: 1) dados sociodemográficos e antropométricos; 2) gasto energético total diário (GETD); 3) frequência de consumo e qualidade de alimentos; 4) consumo de álcool e cigarro juntamente ao sedentarismo; 5) hábitos de sono; 6) nível socioeconômico. Objetivou-se analisar, os níveis de prática em atividades físicas associadas aos hábitos de

sono.

A pesquisa foi realizada em três etapas a primeira se deu pela entrega do TCLE aos participantes, para que fossem entregues aos pais ou responsáveis dos alunos, para conhecimento da pesquisa e assinatura para sua autorização. Na segunda etapa, foi feita uma ambientação dos alunos com o questionário WebCas, para o entendimento da ferramenta utilizada na pesquisa e suas particularidades, assim como para responder possíveis dúvidas em relação ao processo. Após a entrega do TCLE devidamente assinados, foi realizada a coleta dos dados antropométricos para fins de descrição e de comparação da amostra, a mensuração da massa corporal foi utilizada uma balança digital da marca Plena, com capacidade de 150 quilogramas e precisão de 100 gramas. A estatura foi utilizada uma fita métrica fixada na parede, de acordo com as orientações de Guedes (2006). Na terceira etapa, foi realizada a aplicação do questionário online WebCas, proposta por Legnani (2015).

Os dados foram analisados por meio do programa estatístico Stastical Package Social Science (SPSS 21.0). Inicialmente, foi analisada distribuição dos dados, para em seguida realizar os procedimentos da estatística descritiva (distribuição de frequência, média e desvio padrão). Para identificar a associação entre a prática da atividade física e os hábitos de sono, foram utilizados os procedimentos do teste do quiquadrado, utilizando-se o valor de $p (<0,05)$.

3 | RESULTADOS

As características antropométricas e horas de sono durante a semana são observadas na tabela 1. A média de idade entre os adolescentes foi de $15,56 \pm 1,72$ anos, peso corporal $57,81 \pm 12,59$ quilos, estatura de $1,63 \pm 0,10$ metros e IMC $21,62 \pm 3,48$ kg/m², respectivamente. Observa-se nas horas de sono no dia anterior $7,9 \pm 1,35$ horas, nas horas de sono de segunda a sexta-feira $8,45 \pm 1,44$ horas e nas horas de sono aos finais de semana uma média de $9,6 \pm 1,66$ horas.

	Máximo	Mínimo	Média	Desvio Padrão
Idade (anos)	17	12	15,56	1,72
Peso (kg)	86,7	29,7	57,81	12,59
Estatura (m)	1,84	1,41	1,63	0,10
IMC	30,56	14,08	21,62	3,48
Horas de sono no dia anterior	12	5	7,9	1,35

Horas de sono de 2ª a 6ª feiras	12,75	4,25	8,45	1,44
Horas de sono aos finais de semana	15	6	9,6	1,66

Tabela 1. Características antropométricas dos adolescentes, médias de horas de sono (dia anterior) de segunda a sexta-feira e aos finais de semana (n=63)

Fonte: elaborado pelos autores (2019).

Na tabela 2, observa-se a frequência e o percentual de adolescentes que apresentaram ou não de sonolência diurna e cochilos durante o dia. Percebe-se que apenas 36,5% (n=63) optam por reservar um tempo para um cochilo no decorrer do dia, contudo, 58,7% (n=63) relatam que quase sempre sentem sonolência diurna no dia a dia.

		Frequência	Percentual (%)
Cochilo	<i>Sim</i>	23	36,5
	<i>Não</i>	40	63,5
Sonolência Diurna	<i>Nunca</i>	6	9,5
	<i>Às vezes</i>	12	19,0
	<i>Quase sempre</i>	37	58,7
	<i>Sempre</i>	8	12,7

Tabela 2. Hábitos de sono (cochilo) e sonolência diurna entre os adolescentes (n=63)

Fonte: elaborado pelos autores (2019).

Na tabela 3, quanto à prevalência de horas de sono e NAF suficientes e insuficientes, nota-se que 50,8%, foram classificados como sono suficiente (dia anterior), quando se analisou a mesma variável “horas de sono suficiente” referente aos dias da semana e aos finais de semana, 65,7% e 84,1% foram classificados como sono suficiente, respectivamente. Quanto ao NAF 65,1% dos adolescentes foram classificados como suficientemente ativos.

		Frequência	Percentual (%)
Dia anterior	<i>Horas suficientes</i>	32	50,8
	<i>Horas insuficientes</i>	31	49,2
De 2ª a 6ª feiras	<i>Horas suficientes</i>	42	65,7
	<i>Horas insuficientes</i>	21	33,3
Final de semana	<i>Horas suficientes</i>	53	84,1
	<i>Horas insuficientes</i>	10	15,9

NAF	<i>Ativo</i>	41	65,1
	<i>Ativo insuficiente</i>	22	34,9

Tabela 3. Frequência de hábitos de sono e nível de atividade física entre os adolescentes (n=63)

Fonte: elaborado pelos autores (2019).

Na tabela 4, observa-se as horas de sono suficientes na relação de segunda a sexta-feira os atletas apresentam NAF suficientes, 39,7% (n=25), respectivamente, a qual 27% (n=17) estão suficientemente ativos com horas de sono insuficiente, em relação ao dia anterior, nota-se predomínio de horas de sono insuficiente, porém com adolescentes suficientemente ativos, resultando em 41,3% (n=26), respectivamente.

Em relação ao final de semana, nota-se um predomínio de horas de sono suficiente e NAF dos atletas. Com relação ao valor de significância (*p*), nas variáveis (horas de sono e nível de atividade física) do dia anterior (*p*=0,89) e de segunda a sexta-feira (*p*=1,00), e não havendo significância, e em relação ao dia anterior (*p*=0,00).

		IA% (n)	Ativo % (n)	x²	p
2^a a 6^a feiras	<i>Horas de sono suficiente</i>	27 (17)	39,7 (25)	2,88	0,89
	<i>Horas de sono insuficiente</i>	6,3 (4)	27 (17)		
Dia anterior	<i>Horas de sono suficiente</i>	25,4 (16)	25,4 (16)	8,12	0,00
	<i>Horas de sono insuficiente</i>	7,9 (5)	41,3 (26)		
Final de semana	<i>Horas de sono suficiente</i>	28,6 (18)	57,1 (36)	0,00	1,00
	<i>Horas de sono insuficiente</i>	4,8 (3)	9,5 (6)		

Tabela 4. Associação entre nível de atividade física e hábitos de sono entre os adolescentes (n=63)

Insuficientemente ativo (IA)

Fonte: elaborado pelos autores (2019).

Na tabela 5, quando relacionados às modalidades coletivas e individuais, quando relacionado as práticas coletivas, os atletas apresentam superioridade em relação ao NAF suficiente e horas de sono suficientes, sendo 29,4% (n=10) e 47,1% (n=16), respectivamente. No que diz respeito às modalidades individuais, nota-se

predomínio de NAF suficiente quando relacionados às horas de sono insuficientes, sendo 41,4% (12), quando relacionados aos 31% (n=9) que mantiveram horas de sono suficientes. Com relação ao valor de significância (p), nas variáveis (horas de sono e nível de atividade física) das modalidades coletivas ($p=0,56$) e das modalidades individuais ($p=0,31$), assim não havendo significância estatística ($p=<0,05$).

		IA% (n)	Ativo % (n)	χ^2	p
Esportes Coletivos	<i>Horas de sono suficiente</i>	29,4 (10)	47,1 (16)	0,33	0,56
	Horas de sono insuficiente	11,8 (4)	11,8 (4)		
Esportes Individuais	<i>Horas de sono suficiente</i>	24,1 (7)	31 (9)	4,66	0,31
	Horas de sono insuficiente	3,4 (1)	41,4 (12)		

Tabela 5. Associação entre nível de atividade física e hábitos de sono entre os adolescentes nos esportes coletivos (n=34) e esportes individuais (n=29) de segunda a sexta-feira Insuficientemente ativo (IA)

Fonte: elaborado pelos autores (2019).

O presente estudo teve como objetivo analisar a associação entre nível de atividade física e esporte associado aos hábitos de sono em atletas de diferentes modalidades esportivas, com idades entre 12 a 17 anos da cidade de Ponta Grossa – PR. A média de horas de sono de forma geral se encontra ideal em relação ao recomendado, considerando estudos da NSF (2015), a qual recomenda-se entre 8 a 10 horas de sono aos adolescentes nessa faixa etária.

Sendo assim, valores semelhantes foram encontrados em estudos como de Ortega et al. (2010), a qual foi apontada uma média de $8,4 \pm 0,8$ e $8,3 \pm 0,7$ horas de sono em adolescentes espanhóis com idade entre 13 a 18,5 anos. Em âmbito nacional, a pesquisa de Felden et al. (2016), apontou valores inferiores, a qual 53,6% dos adolescentes entre 10 a 19 anos pertencentes a escolas públicas do município de Maravilha – SC, dormiam menos de 8 horas por dia, resultados inferiores aos de Malheiros e Argenta (2018), em que aproximadamente 56,5% dos adolescentes de uma escola privada de Florianópolis – SC relataram dormir 8 horas ou mais por dia.

No que se refere à sonolência diurna, 58,7% dos adolescentes relataram que quase sempre sentem sonolência durante o dia, níveis acima dos encontrados por Felden et al. (2015), observando que 25% dos adolescentes do ensino médio do município de Santa Maria – RS, apresentaram sonolência diurna e 27,1% apresentaram sonolência diurna em sala de aula. Outro estudo de Felden et al.

(2016), observou dados similares, a qual 59,7% dos adolescentes foram identificados com sonolência diurna, ambos resultados abaixo dos encontrados no presente estudo. Por conta disso, é recomendado pelo menos 8,3 horas de sono por noite como medida de proteção para evitar sonolência diurna em adolescentes (FELDEN; TEIXEIRA e LOUZADA, 2010).

O que se torna preocupante em relação à sonolência diurna, considerando que o sono é responsável pela regulação de importantes funções biológicas do corpo humano, assim considerado fundamental para restabelecer e preparar o corpo para um novo período de atividades e assim, podendo haver manifestações de problemas ocasionados pela sua privação (ZANQUETTA, 2013; MÜLLER e GUIMARÃES, 2015; FELDEN et al., 2015; NAHAS, 2017).

Apesar de mais da metade dos atletas apresentarem sonolência diurna, apenas 36,5% dos adolescentes reservaram um tempo para um cochilo durante o dia, valores inferiores aos encontrados por Diogo (2018), a qual estudou 48 adolescentes pertencentes a uma escola privada do Rio Grande do Norte, com idade média de $15,5 \pm 0,7$ anos, a qual 47,2% dos adolescentes estudados optou por reservar um tempo para um cochilo durante o dia. Dessa forma recomenda-se o cochilo para benefícios à saúde, como melhora da memória e melhor disposição em atividades diárias, a qual é recomendado sextas com duração que variam entre 10 a 60 minutos diários (ALGER; LAU e FISHBEIN, 2012).

Em relação às horas de sono de segunda a sexta-feira, percebe-se o predomínio de horas de sono suficientes, a qual a média totalizou $8,45 \pm 1,44$ horas de sono, e aos finais de semana uma média de $9,6 \pm 1,66$ horas de sono, valores superiores ao estudo de Rombaldi e Soares (2016), a qual se verificou uma média de 7,5 horas de sono de segunda a quinta-feira, 5,5 horas na sexta-feira e aos finais de semana uma média de 10 horas de sono em 85 escolares pertencentes a uma escola pública de Pelotas - RS, assim observando uma superioridade em horas de sono aos finais de semana e prevalência de melhores hábitos de sono em adolescentes vinculados à práticas esportivas.

O sono não está somente associado ao status de peso corporal, mas está junto a todos os meios comportamentais relacionados à saúde, além de adolescentes que apresentam melhores hábitos de sono relataram um maior NAF em relação aos não praticantes (WELLS et al., 2008; STROEBELE et al., 2013).

A AF tem se mostrado um importante fator relacionado a saúde, a prática habitual tem agido de forma positiva na promoção de uma vida saudável para a população (SILVA, 2013). O presente estudo observou resultados satisfatórios no que se refere ao NAF dos adolescentes, sendo que os resultados demonstraram que $n=41$ (65,1%) estão ativos de forma satisfatória, apenas $n=22$ (34,9%) se mostraram insuficientemente ativos.

Neste particular, resultados inferiores em relação ao NAF apontados por Santos et al. (2016), com 180 adolescentes entre 15 a 21 anos de uma escola pública da zona urbana da cidade de Mossoró – RN, no qual observou-se que 75,5% dos adolescentes apresentaram NAF suficiente e 24,5% dispunham de NAF insuficiente e, em âmbito nacional estima-se que cerca de 53,7% da população com idade entre 15 a 17 anos não possuem NAF e práticas esportivas suficientes, principalmente caracterizado por não gostar ou não ter tempo para a prática. Assim considerando que a prática de modalidades esportivas pode trazer benefícios como aumento da aptidão física e maior desenvolvimento das capacidades físicas (SCHUBERT et al., 2016).

Contudo, demonstra-se na pesquisa de Silva et al. (2008), com adolescentes com idades entre 15 a 19 anos pertencentes a escolas públicas dos municípios da grande Florianópolis, cerca de 48,6% dos adolescentes possuem NAF suficientes, por outro lado 51,4% possuem níveis de NAF insuficientes, assim considerados pouco ativos. No que diz respeito aos precursores dos baixos níveis de AF fatores socioeconômicos, obesidade, falta de locais para a prática de AF e modalidades esportivas e maior tempo de tela, principalmente durante o período da noite (MORAES et al., 2009; AMRA et al., 2017; SILVA et al., 2008).

Ao considerar, o NAF insuficiente combinado com baixos índices de práticas esportivas está relacionado ao maior cansaço em tarefas diárias, a qual suas práticas têm relação direta com melhores hábitos de sono e comportamentos saudáveis em adolescentes (BRAND et al., 2010; ORTEGA et al., 2010). Estes resultados podem beneficiar estudos futuros e direcionar políticas públicas a fim de traçar estratégias de intervenção (AYALA et al., 2010), por meio de ações para estimular a AF e práticas esportivas, bem como promover através de informações sobre uma vida saudável e dos bons hábitos de sono e a importância desses hábitos na vida adulta.

Quanto à associação entre as variáveis relacionados ao nível de atividade física e horas de sono de segunda a sexta-feira e aos finais de semana, $p=0,89$ e $p=1,00$, portanto, não havendo associação entre as variáveis, valores semelhantes aos encontrados por Manholer; Legnani e Legnani (2016), com adolescentes do ensino médio de uma escola pública federal de Curitiba, a qual demonstrou um valor de $p=0,57$, valores próximos aos encontrados por Rombaldi e Soares (2016), a qual apresentou o valor de $p=0,60$ em escolares pertencentes a uma escola pública de Pelotas – RS. Ainda assim, Amra et al., (2017), apresentou significância de $p=0,01$ em adolescentes iranianos com idades entre 12 a 18 anos, assim associando positivamente o NAF e horas de sono.

Como pontos positivos do presente estudo, pode-se citar a população a qual foi pesquisada, levando em consideração a carência de estudos relacionando a

prática habitual de atividade física e qualidade de sono em atletas, assim servindo como aporte para novas pesquisas relacionadas.

4 | CONCLUSÕES

No presente estudo, conclui-se sobre a prevalência de horas de sono e NAF indicados como suficientes aos recomendados para essa faixa etária, sendo que atualmente se tem uma grande modificação no estilo de vida da população, caracterizado principalmente por comportamentos de risco à saúde, em especial na infância e adolescência. Neste particular, cabem aos profissionais da saúde, em especial os professores de Educação Física, estimular e promover bons hábitos de saúde para o incentivo de uma vida adulta saudável.

De acordo com os resultados apresentados na presente pesquisa, reforço o amparo de futuros estudos para melhor entender a associação entre NAF, práticas esportivas e hábitos de sono, tendo em vista que outros fatores podem interferir nesta relação, podendo citar fatores psicológicos, comportamentais e sociodemográficos.

REFERÊNCIAS

ALGER, S. E.; LAU, H.; FISHBEIN, W. **Slow wave sleeping during daytime nap is necessary for protection from subsequent interference and long-term retention.** *Neurobiology of learning and memory*, v. 98n n. 2, p. 188-196, 2012.

AMRA, B. et al. **The association of sleep and late-night cell phone use among adolescents.** *Jornal de pediatria*, v. 93, n. 6, p. 560-567, 2017.

AYALA, G. X. et al. **Longitudinal intervention effects on parenting of the Aventuras para Niños study.** *American Journal of Preventive Medicine*, v. 38, n. 2, p. 154-162, 2010.

BANGSBO, J. et al. **The Copenhagen Consensus Conference 2016: children, youth, and physical activity in schools and during leisure time.** *Br J Sports Med*, v. 50, n. 19, p. 1177-1178, 2016.

BOIS, J. E. et al. **Elementary schoolchildren's perceived competence and physical activity involvement: the influence of parents' role modelling behaviours and perceptions of their child's competence.** *Psychology of Sport and Exercise*, v. 6, n. 4, p. 381-397, 2005.

BRAND, S. et al. **High exercise levels are related to favorable sleep patterns and psychological functioning in adolescents: a comparison of athletes and controls.** *Journal of Adolescent Health*, v. 46, n. 2, p. 133-141, 2010.

DIOGO, F. M. C. **Análise comparativa dos padrões de sono entre adolescentes do ensino médio e superior.** 76f. Trabalho de Conclusão de Curso – Universidade Federal do Rio Grande do Norte, 2018.

FELDEN, E. P.; TEIXEIRA, C. S.; LOUZADA, F. M. **Sonolência diurna excessiva em adolescentes: prevalência e fatores associados.** *Revista Paulista de Pediatria*, v. 28, n. 1, p. 98-103, 2010.

FELDEN, É. P. G. et al. **Sono e adolescência: quantas horas os adolescentes precisam dormir?**

Jornal Brasileiro de Psiquiatria. vol. 64, n. 1, pp. 40-44, 2015.

FELDEN, É. P. G. et al. **Fatores associados à baixa duração do sono em adolescentes.** Revista Paulista de Pediatria, v. 34, n. 1, p. 64-70, 2016.

GOMES, G. C. et al. **Qualidade de sono e sua associação com sintomas psicológicos em atletas adolescentes.** Revista Paulista de Pediatria, v. 35, n. 3, 2017.

GUEDES, D. P. **Manual prático para avaliação em educação física.** Editora Manole Ltda, 2006.

KLEIN, J. M.; GONÇALVES, A. **Problemas de sono-vigília em crianças: um estudo da prevalência.** Psico-USF, v. 13, n. 1, p. 51-58, 2008.

LEGNANI, R.F.S. **Elaboração, validação e aplicação de um questionário via web para avaliar os comportamentos relacionados à saúde em escolares [tese de doutorado].** Curitiba: Universidade Federal do Paraná; 2015. Disponível em: <<http://acervodigital.ufpr.br/handle/1884/40424>>. Acesso em: 02/08/2018.

MALHEIROS, L. E. A.; ARGENTA, L. E.; **Associação entre prática de atividade física e a duração e qualidade de sono em adolescentes de Florianópolis, SC.** 57 f. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Federal de Santa Catarina, 2018.

MANHOLER, A. G.; LEGNANI, R. F.; LEGNANI, E. **Atividade física, status de peso corporal e horas de sono em escolares.** Caderno de Educação Física e Esporte, v. 14, n. 2, p. 13-20, 2016.

MORAES, A. C. F. et al. **Prevalência de inatividade física e fatores associados em adolescentes.** Rev. Assoc. Med. Bras, v. 55, n. 5, p. 523-528, 2009.

MÜLLER, M. R.; GUIMARÃES, S. S. **Impacto dos transtornos do sono sobre o funcionamento diário e a qualidade de vida.** Estudos de Psicologia, v. 24, n. 4, p. 519-528, 2007.

NAHAS, M. V. **Atividade Física, Saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo.** 7 ed. Londrina: Midiograf, 2017.

NSF – National Sleep Foundation (2015). Disponível em: <<http://sleepfoundation.org/how-sleep-works/how-much-sleep-do-we-really-need>>. Acesso em: 02/08/2018.

ORTEGA, F. B. et al. **Sleep patterns in Spanish adolescents: associations with TV watching and leisure-time physical activity.** European journal of applied physiology, v. 110, n. 3, p. 563-573, 2010.

ORTEGA, F. B. et al. **Sleep duration and activity levels in Estonian and Swedish children and the adolescents.** European journal of applied physiology, v. 111, n. 10, p. 2615-2623, 2011.

SANTOS, I. K. **Sono e atividade física de escolares.** Revista adolescência e Saúde, vol. 13, n. 3, p. 15-30, 2016.

SCHUBERT, A. et al. **Aptidão física relacionada à prática esportiva em crianças e adolescentes.** Revista Brasileira de Medicina do Esporte, v. 22, n. 2, p. 142-146, 2016.

SILVA, K. S. et al. **Associações entre atividade física, índice de massa corporal e comportamentos sedentários em adolescentes.** Revista Brasileira de Epidemiologia, v. 11, p. 159-168, 2008.

SILVA, P. V. C.; COSTA JUNIOR, A. L. **Efeitos da atividade física para a saúde de crianças e adolescentes.** Psicologia Argumento, Curitiba: Pontifícia Universidade Católica do Paraná - PUC-PR, Escola de Saúde e Biociências. v. 29, n. 64, p. 41-50. 2011.

SILVA, J. V. P. **(In)Atividade física na adolescência: uma revisão sistemática.** *Revista Brasileira Ciência e Movimento*. v. 21, n.3, p.166-179. 2013.

STROEBELE, N. et al. **The Association of Self-Reported Sleep, Weight Status, and Academic Performance in Fifth-Grade Students.** *Journal of School Health*, v. 83, n. 2, p. 77-84, 2013.

WELLS. J. C. et al. **Sleep pattern and television viewing in relation to obesity and blood pressure: evidence from and adolescent Brazilian birth cohort.** *International Journal Of Obesity*, London, v. 2, n. 7, p. 1042-1049, 2008.

ZANQUETTA, P. S. **Sono e Qualidade de Vida. Brasil: Cadernos PDE**, 2013.

SOBRE OS ORGANIZADORES

LUIS HENRIQUE ALMEIDA CASTRO - Possui graduação em nutrição pela Universidade Federal da Grande Dourados concluída em 2017 com a monografia “Analysis in vitro and acute toxicity of oil of *Pachira aquatica* Aublet”. Ainda em sua graduação, no ano de 2013, entrou para o Grupo de Pesquisa Biologia Aplicada à Saúde sendo um de seus membros mais antigos em atividade realizando projetos de ensino, pesquisa e extensão universitária desde então. Em 2018 entrou no Curso de Mestrado no Programa de Pós-Graduação em Ciências da Saúde da Universidade Federal da Grande Dourados com o projeto de pesquisa: “Avaliação da Toxicidade Reprodutiva Pré-clínica do Óleo da Polpa de Pequi (*Caryocar brasiliense* Camb.)” no qual, após um ano e seis meses de Academia, obteve progressão direta de nível para o Curso de Doutorado considerando seu rendimento acadêmico e mérito científico de suas publicações nacionais e internacionais; além disso, exerce no mesmo Programa o cargo eletivo (2018-2019) de Representante Discente. Em 2019 ingressou também no Curso de Especialização em Nutrição Clínica e Esportiva pela Faculdade Venda Nova do Imigrante. Atua desde 2018 enquanto bolsista de Pós-Graduação pela Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) desenvolvendo pesquisas em duas principais linhas de atuação: nutrição experimental, na qual desenvolve estudos farmacológicos e ensaios de toxicidade com espécies vegetais de interesse para a população humana; e, nutrição esportiva, no tocante à suplementação alimentar, metabolismo energético, fisiologia do exercício e bioquímica nutricional. Atualmente é revisor científico dos periódicos *Journal of Nutrition and Health Sciences*, *Journal of Human Nutrition and Food Science* e do *Journal of Medicinal Food*. É ainda membro do Corpo Editorial do *Journal of Human Physiology* e membro do Conselho Técnico Científico da própria Atena Editora.

THIAGO TEIXEIRA PEREIRA - Possui graduação em Educação Física Licenciatura e Bacharelado pela Universidade Católica Dom Bosco – UCDB (2018). Concluiu especialização em Educação Especial pela Universidade Católica Dom Bosco em 2019. Ingressou na pós-graduação (*Stricto Sensu*) a nível de mestrado em 2019 pela Fundação Universidade Federal da Grande Dourados – UFGD, área de concentração em Farmacologia, no qual realiza experimentos em animais na área de toxicologia e endocrinologia, associando intervenção com extratos de plantas e/ou ervas naturais e exercício físico. É membro do Grupo de Pesquisa de Biologia Aplicada à Saúde, cadastrado no CNPq e liderado pela Prof^a. Dra. Silvia Aparecida Oesterreich. Em 2019, foi professor tutor do curso de Graduação Bacharel em Educação Física, modalidade Educação à Distância, pela Universidade Norte do Paraná polo de Campo Grande-MS (UNOPAR/CG). Foi revisor dos periódicos *Lecturas: Educación Física y Deportes* e *Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR*. Possui experiência profissional em treinamento funcional e musculação, avaliação antropométrica, testes de aptidão física e cardiovasculares, montagem de rotinas de treinamento, orientação postural e execução de exercícios, periodização do treinamento e treinamento resistido com enfoque em hipertrofia máxima e promoção da saúde. Atualmente está desenvolvendo estudos de metanálise com o fruto *Punica granatum* L., bem como a ação de seus extratos em animais da linhagem Wistar, associado ao exercício físico de força. Recentemente, participou como coautor de um estudo de metanálise inédita intitulada: *Comparative Meta-Analysis of the Effect of Concentrated, Hydrolyzed, and Isolated Whey Protein Supplementation on Body Composition of Physical Activity Practitioners*, que buscou verificar a eficiência de *whey protein* dos tipos concentrado, isolado e hidrolisado comparado a placebos isocalóricos sobre os desfechos de composição corporal em adultos saudáveis praticantes de atividade física.

ÍNDICE REMISSIVO

A

Adolescente 70, 73, 76, 77, 130, 132, 136

Agrovila 169

Alimentação 30, 34, 35, 36, 37, 38, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 64, 66, 67, 68, 75, 175, 256, 257, 258

Amputação 215

Atenção Básica 6, 30, 31, 32, 33, 35, 36, 38, 39, 79, 134, 136, 144, 167, 197, 238, 239

Atividade Física 28, 36, 38, 39, 112, 113, 114, 115, 117, 118, 120, 121, 122, 160, 161, 165, 166, 167, 168, 259

Automedicação 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50

B

Barragem 222, 224, 225, 226, 227

Brumadinho 12, 221, 222, 224, 226, 227

C

Câncer 4, 88, 124, 125, 126, 127, 128, 129, 130, 131, 132, 206, 212, 213, 236, 255, 258

Cardápio 51, 54, 56, 57, 58, 59, 60, 62, 63, 64, 65, 66, 67

Cidadania 5, 12, 78, 80, 107, 108, 110, 239

Creche 60, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67

Cuidado Compartilhado 69, 73, 74, 77, 78, 79, 80

D

Diabetes 5, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 43, 82, 83, 84, 85, 86, 87, 88, 89, 90, 91, 92, 130, 205, 226, 234, 235, 241

Direitos humanos 5, 6, 10, 111, 141, 168, 230, 231

Doenças Crônicas Não Transmissíveis 27, 29, 30, 39, 43, 65, 66, 240, 241

E

Ensino 15, 24, 25, 42, 45, 46, 62, 67, 68, 118, 120, 121, 138, 143, 144, 228, 240, 241, 242, 243, 244, 251, 253, 254, 259

Esporte 112, 113, 118, 122, 167, 168, 236, 252

Extensão 31, 171, 172, 177, 178, 239, 240, 241, 242, 243, 251, 259

G

Gasto energético total diário 114

I

Idoso 44, 171, 173, 175, 176, 178, 179

Imigrante 93, 95, 98, 99, 100, 101, 259

Infecção urinária 11

Intersetorialidade 69, 72, 74, 75, 78, 79

L

LGBT 109, 110

M

Mortalidade materna 228, 229, 230, 231, 234, 235, 237, 238, 239

Mulher 1, 2, 3, 10, 12, 33, 39, 93, 94, 95, 96, 97, 98, 99, 100, 101, 103, 156, 203, 229, 230, 235, 236, 237, 238, 239

Mulher negra 229, 230, 236, 238, 239

N

Natação 240, 241, 242, 243, 244, 245, 246, 247, 248, 249, 250, 251

P

Pesquisa 16, 17, 18, 19, 20, 21, 23, 24, 25, 33, 39, 44, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 53, 54, 55, 56, 58, 59, 62, 63, 64, 65, 66, 73, 83, 85, 87, 95, 97, 99, 101, 103, 109, 112, 114, 115, 118, 120, 121, 127, 128, 130, 133, 137, 138, 142, 144, 145, 148, 149, 150, 151, 152, 155, 158, 161, 162, 187, 195, 197, 201, 204, 212, 213, 214, 227, 231, 232, 236, 240, 241, 242, 243, 244, 245, 246, 251, 259

Políticas públicas 1, 4, 7, 8, 9, 74, 75, 98, 120, 156, 161, 234

População carcerária 3, 4, 8, 10, 11, 161

Preconceito 7, 107, 230, 234, 236, 238

Programa de Saúde da Família 133, 134, 135

Q

Qualidade de Vida 6, 8, 23, 25, 27, 28, 30, 31, 35, 37, 41, 43, 48, 78, 107, 114, 122, 123, 124, 125, 127, 128, 129, 130, 131, 132, 133, 134, 135, 136, 143, 159, 160, 161, 162, 163, 164, 165, 166, 167, 168, 171, 172, 173, 175, 176, 177, 178, 179, 201, 202, 203, 204, 205, 207, 208, 209, 211, 212, 213, 216, 223, 234, 235, 253, 258

R

Racismo 230, 231, 236, 237, 239

Restaurante 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59

S

Saúde da Mulher 1, 3, 10, 156, 229, 230, 235, 237, 238, 239

Saúde mental 6, 14, 34, 37, 39, 69, 70, 71, 72, 74, 75, 76, 79, 80, 97, 99, 160, 163, 164, 166, 171, 208, 223, 225, 227, 240, 241, 242, 243, 246, 249, 250

Sexualidade 107, 108, 125, 130, 170

Sistema Prisional 3, 4, 5, 6, 10, 12, 159, 161, 166, 168

Sono 23, 112, 113, 114, 115, 116, 117, 118, 119, 120, 121, 122, 123, 209, 211

Sonolência Diurna 116, 118, 119, 121

U

Unidade básica de saúde 41, 42, 43

Universitários 13, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 107, 170, 174

V

Violência 7, 14, 20, 21, 22, 23, 93, 94, 95, 96, 97, 98, 99, 100, 101, 102, 103, 104, 234, 236, 239

Violência de Gênero 93, 94, 95, 97, 99, 100, 101, 103

Vulnerabilidade 4, 5, 7, 15, 21, 61, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 78, 94, 98, 100, 103, 106, 110, 125, 130, 133, 134, 139, 229, 234, 235

Vulnerabilidade Social 69, 70, 71, 72, 73, 74, 78

W

WebCas 112, 113, 114, 115

 **Atena**
Editora

2 0 2 0