



# PSICOLOGIA:

Trabalho e sociedade,  
cultura e saúde

EZEQUIEL MARTINS FERREIRA  
(ORGANIZADOR)



# PSICOLOGIA:

Trabalho e sociedade,  
cultura e saúde

EZEQUIEL MARTINS FERREIRA  
(ORGANIZADOR)



**Editora Chefe**

Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

**Assistentes Editoriais**

Natalia Oliveira

Bruno Oliveira

Flávia Roberta Barão

**Bibliotecária**

Janaina Ramos

**Projeto Gráfico e Diagramação**

Natália Sandrini de Azevedo

Camila Alves de Cremo

Luiza Alves Batista

Maria Alice Pinheiro

**Imagens da Capa**

Shutterstock

**Edição de Arte**

Luiza Alves Batista

**Revisão**

Os Autores

2021 by Atena Editora

Copyright © Atena Editora

Copyright do Texto © 2021 Os autores

Copyright da Edição © 2021 Atena Editora

Direitos para esta edição cedidos à Atena Editora pelos autores.

Open access publication by Atena Editora.



Todo o conteúdo deste livro está licenciado sob uma Licença de Atribuição *Creative Commons*. Atribuição-Não-Comercial-NãoDerivativos 4.0 Internacional (CC BY-NC-ND 4.0).

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores, inclusive não representam necessariamente a posição oficial da Atena Editora. 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.

Todos os manuscritos foram previamente submetidos à avaliação cega pelos pares, membros do Conselho Editorial desta Editora, tendo sido aprovados para a publicação com base em critérios de neutralidade e imparcialidade acadêmica.

A Atena Editora é comprometida em garantir a integridade editorial em todas as etapas do processo de publicação, evitando plágio, dados ou resultados fraudulentos e impedindo que interesses financeiros comprometam os padrões éticos da publicação. Situações suspeitas de má conduta científica serão investigadas sob o mais alto padrão de rigor acadêmico e ético.

**Conselho Editorial**

**Ciências Humanas e Sociais Aplicadas**

Prof. Dr. Alexandre Jose Schumacher – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Paraná

Prof. Dr. Américo Junior Nunes da Silva – Universidade do Estado da Bahia

Profª Drª Andréa Cristina Marques de Araújo – Universidade Fernando Pessoa

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. Arnaldo Oliveira Souza Júnior – Universidade Federal do Piauí  
 Prof. Dr. Carlos Antonio de Souza Moraes – Universidade Federal Fluminense  
 Prof. Dr. Crisóstomo Lima do Nascimento – Universidade Federal Fluminense  
 Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>a</sup> Cristina Gaio – Universidade de Lisboa  
 Prof. Dr. Daniel Richard Sant'Ana – Universidade de Brasília  
 Prof. Dr. Deyvison de Lima Oliveira – Universidade Federal de Rondônia  
 Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>a</sup> Dilma Antunes Silva – Universidade Federal de São Paulo  
 Prof. Dr. Edvaldo Antunes de Farias – Universidade Estácio de Sá  
 Prof. Dr. Elson Ferreira Costa – Universidade do Estado do Pará  
 Prof. Dr. Eloi Martins Senhora – Universidade Federal de Roraima  
 Prof. Dr. Gustavo Henrique Cepolini Ferreira – Universidade Estadual de Montes Claros  
 Prof. Dr. Humberto Costa – Universidade Federal do Paraná  
 Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>a</sup> Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionale delle Figlie de Maria Ausiliatrice  
 Prof. Dr. Jadson Correia de Oliveira – Universidade Católica do Salvador  
 Prof. Dr. José Luis Montesillo-Cedillo – Universidad Autónoma del Estado de México  
 Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense  
 Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>a</sup> Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins  
 Prof. Dr. Luis Ricardo Fernandes da Costa – Universidade Estadual de Montes Claros  
 Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>a</sup> Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte  
 Prof. Dr. Marcelo Pereira da Silva – Pontifícia Universidade Católica de Campinas  
 Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>a</sup> Maria Luzia da Silva Santana – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul  
 Prof. Dr. Miguel Rodrigues Netto – Universidade do Estado de Mato Grosso  
 Prof. Dr. Pablo Ricardo de Lima Falcão – Universidade de Pernambuco  
 Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>a</sup> Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
 Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>a</sup> Rita de Cássia da Silva Oliveira – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
 Prof. Dr. Rui Maia Diamantino – Universidade Salvador  
 Prof. Dr. Saulo Cerqueira de Aguiar Soares – Universidade Federal do Piauí  
 Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará  
 Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>a</sup> Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande  
 Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>a</sup> Vanessa Ribeiro Simon Cavalcanti – Universidade Católica do Salvador  
 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. Arinaldo Pereira da Silva – Universidade Federal do Sul e Sudeste do Pará  
 Prof. Dr. Antonio Pasqualetto – Pontifícia Universidade Católica de Goiás  
 Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>a</sup> Carla Cristina Bauermann Brasil – Universidade Federal de Santa Maria  
 Prof. Dr. Cleberton Correia Santos – Universidade Federal da Grande Dourados  
 Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>a</sup> 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  
 Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>a</sup> Gírlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia  
 Prof. Dr. Jael Soares Batista – Universidade Federal Rural do Semi-Árido  
 Prof. Dr. Jayme Augusto Peres – Universidade Estadual do Centro-Oeste  
 Prof. Dr. Júlio César Ribeiro – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro  
 Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>a</sup> Lina Raquel Santos Araújo – Universidade Estadual do Ceará  
 Prof. Dr. Pedro Manuel Villa – Universidade Federal de Viçosa  
 Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>a</sup> Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão  
 Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará  
 Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>a</sup> 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  
Profª Drª Daniela Reis Joaquim de Freitas – Universidade Federal do Piauí  
Profª Drª Débora Luana Ribeiro Pessoa – Universidade Federal do Maranhão  
Prof. Dr. Douglas Siqueira de Almeida Chaves – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro  
Prof. Dr. Edson da Silva – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri  
Profª Drª Elizabeth Cordeiro Fernandes – Faculdade Integrada Medicina  
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  
Profª Drª Fernanda Miguel de Andrade – Universidade Federal de Pernambuco  
Prof. Dr. Fernando Mendes – Instituto Politécnico de Coimbra – Escola Superior de Saúde de Coimbra  
Profª Drª Gabriela Vieira do Amaral – Universidade de Vassouras  
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria  
Prof. Dr. Helio Franklin Rodrigues de Almeida – Universidade Federal de Rondônia  
Profª Drª Iara Lúcia Tescarollo – Universidade São Francisco  
Prof. Dr. Igor Luiz Vieira de Lima Santos – Universidade Federal de Campina Grande  
Prof. Dr. Jefferson Thiago Souza – Universidade Estadual do Ceará  
Prof. Dr. Jesus Rodrigues Lemos – Universidade Federal do Piauí  
Prof. Dr. Jônatas de França Barros – Universidade Federal do Rio Grande do Norte  
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 Maria Tatiane Gonçalves Sá – Universidade do Estado do Pará  
Profª Drª Mylena Andréa Oliveira Torres – Universidade Ceuma  
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte  
Prof. Dr. Paulo Inada – Universidade Estadual de Maringá  
Prof. Dr. Rafael Henrique Silva – Hospital Universitário da Universidade Federal da Grande Dourados  
Profª Drª Regiane Luz Carvalho – Centro Universitário das Faculdades Associadas de Ensino  
Profª Drª Renata Mendes de Freitas – Universidade Federal de Juiz de Fora  
Profª Drª Vanessa da Fontoura Custódio Monteiro – Universidade do Vale do Sapucaí  
Profª Drª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande  
Profª Drª Welma Emidio da Silva – Universidade Federal Rural de Pernambuco

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

Prof. Dr. Adélio Alcino Sampaio Castro Machado – Universidade do Porto  
Profª Drª Ana Grasielle Dionísio Corrêa – Universidade Presbiteriana Mackenzie  
Prof. Dr. Carlos Eduardo Sanches de Andrade – Universidade Federal de Goiás  
Profª Drª Carmen Lúcia Voigt – Universidade Norte do Paraná  
Prof. Dr. Cleiseano Emanuel da Silva Paniagua – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Goiás  
Prof. Dr. Douglas Gonçalves da Silva – Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia  
Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná  
Profª Drª Érica de Melo Azevedo – Instituto Federal do Rio de Janeiro

Prof. Dr. Fabrício Menezes Ramos – Instituto Federal do Pará  
 Prof<sup>ª</sup> Dra. Jéssica Verger Nardeli – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho  
 Prof. Dr. Juliano Carlo Rufino de Freitas – Universidade Federal de Campina Grande  
 Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>a</sup> 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. Dr. Marco Aurélio Kistemann Junior – Universidade Federal de Juiz de Fora  
 Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>a</sup> Neiva Maria de Almeida – Universidade Federal da Paraíba  
 Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>a</sup> Natéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte  
 Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>a</sup> Priscila Tessmer Scaglioni – Universidade Federal de Pelotas  
 Prof. Dr. Sidney Gonçalves de Lima – Universidade Federal do Piauí  
 Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista

### **Linguística, Letras e Artes**

Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>a</sup> Adriana Demite Stephani – Universidade Federal do Tocantins  
 Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>a</sup> Angéli Rose do Nascimento – Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro  
 Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>a</sup> Carolina Fernandes da Silva Mandaji – Universidade Tecnológica Federal do Paraná  
 Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>a</sup> Denise Rocha – Universidade Federal do Ceará  
 Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>a</sup> Edna Alencar da Silva Rivera – Instituto Federal de São Paulo  
 Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>a</sup> Fernanda Tonelli – Instituto Federal de São Paulo,  
 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<sup>ª</sup> Dr<sup>a</sup> Keyla Christina Almeida Portela – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Paraná  
 Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>a</sup> Miranilde Oliveira Neves – Instituto de Educação, Ciência e Tecnologia do Pará  
 Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>a</sup> Sandra Regina Gardacho Pietrobon – Universidade Estadual do Centro-Oeste  
 Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>a</sup> Sheila Marta Carregosa Rocha – Universidade do Estado da Bahia

### **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. Dr. Adailson Wagner Sousa de Vasconcelos – Ordem dos Advogados do Brasil/Seccional Paraíba  
 Prof. Dr. Adilson Tadeu Basquerote Silva – Universidade para o Desenvolvimento do Alto Vale do Itajaí  
 Prof<sup>ª</sup> Ma. Adriana Regina Vettorazzi Schmitt – Instituto Federal de Santa Catarina  
 Prof. Dr. Alex Luis dos Santos – Universidade Federal de Minas Gerais  
 Prof. Me. Alessandro Teixeira Ribeiro – Centro Universitário Internacional  
 Prof<sup>ª</sup> Ma. Aline Ferreira Antunes – Universidade Federal de Goiás  
 Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>a</sup> Amanda Vasconcelos Guimarães – Universidade Federal de Lavras  
 Prof. Me. André Flávio Gonçalves Silva – Universidade Federal do Maranhão  
 Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>a</sup> Andreza Lopes – Instituto de Pesquisa e Desenvolvimento Acadêmico  
 Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>a</sup> Andrezza Miguel da Silva – Faculdade da Amazônia  
 Prof<sup>ª</sup> Ma. Anelisa Mota Gregoleti – Universidade Estadual de Maringá  
 Prof<sup>ª</sup> Ma. Anne Karynne da Silva Barbosa – Universidade Federal do Maranhão  
 Prof. Dr. Antonio Hot Pereira de Faria – Polícia Militar de Minas Gerais  
 Prof. Me. Armando Dias Duarte – Universidade Federal de Pernambuco  
 Prof<sup>ª</sup> Ma. Bianca Camargo Martins – UniCesumar  
 Prof<sup>ª</sup> Ma. Carolina Shimomura Nanya – Universidade Federal de São Carlos  
 Prof. Me. Carlos Antônio dos Santos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro  
 Prof. Me. Carlos Augusto Zilli – Instituto Federal de Santa Catarina  
 Prof. Me. Christopher Smith Bignardi Neves – Universidade Federal do Paraná  
 Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>a</sup> Cláudia de Araújo Marques – Faculdade de Música do Espírito Santo  
 Prof<sup>ª</sup> Dr<sup>a</sup> Cláudia Taís Siqueira Cagliari – Centro Universitário Dinâmica das Cataratas  
 Prof. Me. Clécio Danilo Dias da Silva – Universidade Federal do Rio Grande do Norte  
 Prof. Me. Daniel da Silva Miranda – Universidade Federal do Pará

Profª Ma. Daniela da Silva Rodrigues – Universidade de Brasília  
 Profª Ma. Daniela Remião de Macedo – Universidade de Lisboa  
 Profª Ma. Dayane de Melo Barros – Universidade Federal de Pernambuco  
 Prof. Me. Douglas Santos Mezacas – Universidade Estadual de Goiás  
 Prof. Me. Edevaldo de Castro Monteiro – Embrapa Agrobiologia  
 Prof. Me. Edson Ribeiro de Britto de Almeida Junior – Universidade Estadual de Maringá  
 Prof. Me. Eduardo Gomes de Oliveira – Faculdades Unificadas Doctum de Cataguases  
 Prof. Me. Eduardo Henrique Ferreira – Faculdade Pitágoras de Londrina  
 Prof. Dr. Edwaldo Costa – Marinha do Brasil  
 Prof. Me. Eliel Constantino da Silva – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita  
 Prof. Me. Ernane Rosa Martins – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Goiás  
 Prof. Me. Euvaldo de Sousa Costa Junior – Prefeitura Municipal de São João do Piauí  
 Prof. Dr. Everaldo dos Santos Mendes – Instituto Edith Theresa Hedwing Stein  
 Prof. Me. Ezequiel Martins Ferreira – Universidade Federal de Goiás  
 Profª Ma. Fabiana Coelho Couto Rocha Corrêa – Centro Universitário Estácio Juiz de Fora  
 Prof. Me. Fabiano Eloy Atílio Batista – Universidade Federal de Viçosa  
 Prof. Me. Felipe da Costa Negrão – Universidade Federal do Amazonas  
 Prof. Me. Francisco Odécio Sales – Instituto Federal do Ceará  
 Prof. Me. Francisco Sérgio Lopes Vasconcelos Filho – Universidade Federal do Cariri  
 Profª Drª Germana Ponce de Leon Ramírez – Centro Universitário Adventista de São Paulo  
 Prof. Me. Gevair Campos – Instituto Mineiro de Agropecuária  
 Prof. Me. Givanildo de Oliveira Santos – Secretaria da Educação de Goiás  
 Prof. Dr. Guilherme Renato Gomes – Universidade Norte do Paraná  
 Prof. Me. Gustavo Krahel – Universidade do Oeste de Santa Catarina  
 Prof. Me. Helton Rangel Coutinho Junior – Tribunal de Justiça do Estado do Rio de Janeiro  
 Profª Ma. Isabelle Cerqueira Sousa – Universidade de Fortaleza  
 Profª Ma. Jaqueline Oliveira Rezende – Universidade Federal de Uberlândia  
 Prof. Me. Javier Antonio Alborno – University of Miami and Miami Dade College  
 Prof. Me. Jhonatan da Silva Lima – Universidade Federal do Pará  
 Prof. Dr. José Carlos da Silva Mendes – Instituto de Psicologia Cognitiva, Desenvolvimento Humano e Social  
 Prof. Me. Jose Elyton Batista dos Santos – Universidade Federal de Sergipe  
 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 Drª Juliana Santana de Curcio – Universidade Federal de Goiás  
 Profª Ma. Juliana Thaisa Rodrigues Pacheco – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
 Profª Drª Kamilly Souza do Vale – Núcleo de Pesquisas Fenomenológicas/UFPA  
 Prof. Dr. Kárpio Márcio de Siqueira – Universidade do Estado da Bahia  
 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. Lilian de Souza – Faculdade de Tecnologia de Itu  
 Profª Ma. Liliani Aparecida Sereno Fontes de Medeiros – Consórcio CEDERJ  
 Profª Drª Livia do Carmo Silva – Universidade Federal de Goiás  
 Prof. Dr. Lucio Marques Vieira Souza – Secretaria de Estado da Educação, do Esporte e da Cultura de Sergipe  
 Prof. Dr. Luan Vinicius Bernardelli – Universidade Estadual do Paraná  
 Profª Ma. Luana Ferreira dos Santos – Universidade Estadual de Santa Cruz  
 Profª Ma. Luana Vieira Toledo – Universidade Federal de Viçosa  
 Prof. Me. Luis Henrique Almeida Castro – Universidade Federal da Grande Dourados  
 Prof. Me. Luiz Renato da Silva Rocha – Faculdade de Música do Espírito Santo  
 Profª Ma. Luma Sarai de Oliveira – Universidade Estadual de Campinas  
 Prof. Dr. Michel da Costa – Universidade Metropolitana de Santos



Prof. Me. Marcelo da Fonseca Ferreira da Silva – Governo do Estado do Espírito Santo  
 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  
 Prof. Me. Marcos Roberto Gregolin – Agência de Desenvolvimento Regional do Extremo Oeste do Paraná  
 Profª Ma. Maria Elanny Damasceno Silva – Universidade Federal do Ceará  
 Profª Ma. Marileila Marques Toledo – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri  
 Prof. Dr. Pedro Henrique Abreu Moura – Empresa de Pesquisa Agropecuária de Minas Gerais  
 Prof. Me. Pedro Panhoca da Silva – Universidade Presbiteriana Mackenzie  
 Profª Drª Poliana Arruda Fajardo – Universidade Federal de São Carlos  
 Prof. Me. Rafael Cunha Ferro – Universidade Anhembí Morumbi  
 Prof. Me. Ricardo Sérgio da Silva – Universidade Federal de Pernambuco  
 Prof. Me. Renan Monteiro do Nascimento – Universidade de Brasília  
 Prof. Me. Renato Faria da Gama – Instituto Gama – Medicina Personalizada e Integrativa  
 Profª Ma. Renata Luciane Polsaque Young Blood – UniSecal  
 Prof. Me. Robson Lucas Soares da Silva – Universidade Federal da Paraíba  
 Prof. Me. Sebastião André Barbosa Junior – Universidade Federal Rural de Pernambuco  
 Profª Ma. Silene Ribeiro Miranda Barbosa – Consultoria Brasileira de Ensino, Pesquisa e Extensão  
 Profª Ma. Solange Aparecida de Souza Monteiro – Instituto Federal de São Paulo  
 Prof. Dr. Sullivan Pereira Dantas – Prefeitura Municipal de Fortaleza  
 Profª Ma. Taiane Aparecida Ribeiro Nepomoceno – Universidade Estadual do Oeste do Paraná  
 Prof. Me. Tallys Newton Fernandes de Matos – Universidade Estadual do Ceará  
 Profª Ma. Thatianny Jasmine Castro Martins de Carvalho – Universidade Federal do Piauí  
 Prof. Me. Tiago Silvio Dedoné – Colégio ECEL Positivo  
 Prof. Dr. Welleson Feitosa Gazel – Universidade Paulista

## Psicologia: trabalho e sociedade, cultura e saúde

**Bibliotecária:** Janaina Ramos  
**Diagramação:** Camila Alves de Cremo  
**Correção:** Giovanna Sandrini de Azevedo  
**Edição de Arte:** Luiza Alves Batista  
**Revisão:** Os Autores  
**Organizador:** Ezequiel Martins Ferreira

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)	
P974	Psicologia: trabalho e sociedade, cultura e saúde / Organizador Ezequiel Martins Ferreira. – Ponta Grossa - PR: Atena, 2021.  Formato: PDF Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader Modo de acesso: World Wide Web Inclui bibliografia ISBN 978-65-5983-268-2 DOI: <a href="https://doi.org/10.22533/at.ed.682210707">https://doi.org/10.22533/at.ed.682210707</a>  1. Psicologia. I. Ferreira, Ezequiel Martins (Organizador). II. Título.  CDD 150
Elaborado por Bibliotecária Janaina Ramos – CRB-8/9166	

**Atena Editora**  
Ponta Grossa – Paraná – Brasil  
Telefone: +55 (42) 3323-5493  
[www.atenaeditora.com.br](http://www.atenaeditora.com.br)  
[contato@atenaeditora.com.br](mailto:contato@atenaeditora.com.br)

## DECLARAÇÃO DOS AUTORES

Os autores desta obra: 1. Atestam não possuir qualquer interesse comercial que constitua um conflito de interesses em relação ao artigo científico publicado; 2. Declaram que participaram ativamente da construção dos respectivos manuscritos, preferencialmente na: a) Concepção do estudo, e/ou aquisição de dados, e/ou análise e interpretação de dados; b) Elaboração do artigo ou revisão com vistas a tornar o material intelectualmente relevante; c) Aprovação final do manuscrito para submissão.; 3. Certificam que os artigos científicos publicados estão completamente isentos de dados e/ou resultados fraudulentos; 4. Confirmam a citação e a referência correta de todos os dados e de interpretações de dados de outras pesquisas; 5. Reconhecem terem informado todas as fontes de financiamento recebidas para a consecução da pesquisa; 6. Autorizam a edição da obra, que incluem os registros de ficha catalográfica, ISBN, DOI e demais indexadores, projeto visual e criação de capa, diagramação de miolo, assim como lançamento e divulgação da mesma conforme critérios da Atena Editora.

## DECLARAÇÃO DA EDITORA

A Atena Editora declara, para os devidos fins de direito, que: 1. A presente publicação constitui apenas transferência temporária dos direitos autorais, direito sobre a publicação, inclusive não constitui responsabilidade solidária na criação dos manuscritos publicados, nos termos previstos na Lei sobre direitos autorais (Lei 9610/98), no art. 184 do Código penal e no art. 927 do Código Civil; 2. Autoriza e incentiva os autores a assinarem contratos com repositórios institucionais, com fins exclusivos de divulgação da obra, desde que com o devido reconhecimento de autoria e edição e sem qualquer finalidade comercial; 3. Todos os e-book são *open access*, desta forma não os comercializa em seu site, sites parceiros, plataformas de *e-commerce*, ou qualquer outro meio virtual ou físico, portanto, está isenta de repasses de direitos autorais aos autores; 4. Todos os membros do conselho editorial são doutores e vinculados a instituições de ensino superior públicas, conforme recomendação da CAPES para obtenção do Qualis livro; 5. Não cede, comercializa ou permite a utilização dos nomes e e-mails dos autores, bem como nenhum outro dado dos mesmos, para qualquer finalidade que não o escopo da divulgação desta obra.

## APRESENTAÇÃO

A coletânea *Psicologia: Trabalho e Sociedade, Cultura e Saúde*, reúne em seu primeiro volume, dezoito artigos que abordam diversas temáticas no que diz respeito às questões fundamentais da Psicologia na contemporaneidade.

A psicologia enquanto ciência retoma muitas iniciativas tanto da filosofia quanto da fisiologia, que desde a antiguidade tenta se ocupar, com reservas, das tramas, conflitos, funcionamento e atitudes internas e “mentais” do homem. Nessa veia, os laboratórios germânicos surgem para descrever e tabular esses comportamentos internos do homem e tornar explícitos os mecanismos que levam ao funcionamento mais íntimo da vida humana.

No entanto, a psicologia enquanto profissão gasta ainda um tempo para se lançar tímida ao mundo. Apesar dos laboratórios, dos testes franceses iniciados por Janet e outros, é possível marcar o início da profissão do psicólogo na virada do século XIX, nos Estados Unidos.

Mas vale lembrar que a profissão em torno da Psicologia, não se limitou apenas aos atos clínicos. Da criação de testes, ao estudo laboratorial do comportamento humano, uma infinidade de novas práticas se somaram para compor o cenário único do universo psicológico.

Uma boa leitura!

Ezequiel Martins Ferreira




## SUMÁRIO

### CAPÍTULO 1..... 1

#### A ESCRITURA E A IMPLICAÇÃO NO TRABALHO DE PESQUISA

Cinthia Lucia de Oliveira Siqueira

Joao Batista Martins

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.6822107071>

### CAPÍTULO 2..... 14

#### “NINGUÉM NUNCA FICARÁ ENTRE”: A DINÂMICA E ESTRUTURA DA PSICOSE EM BATES MOTEL

Débora Maria Biesek

Samanta Antoniazzi

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.6822107072>

### CAPÍTULO 3..... 28


#### DEPRESSÃO NA CONTEMPORANEIDADE

Mylena Menezes de França

Ivana Suely Paiva Bezerra de Mello

Silvana Barbosa Mendes Lacerda


Elvira Daniel Rezende

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.6822107073>

### CAPÍTULO 4..... 40

#### CONTRIBUIÇÕES DA PSICANÁLISE PARA A CIRCULAÇÃO DA PALAVRA NA EXPERIÊNCIA DO PROJETO DE LEITURA PALAVRAS LIVRES EM UM PRESÍDIO


Luciane Maria Ribeiro da Cruz Santos

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.6822107074>

### CAPÍTULO 5..... 48

#### O CONTO COMO RECURSO PSICOPEDAGÓGICO


Maria Creusa Mota

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.6822107075>

### CAPÍTULO 6..... 58

#### SER (LOUCO) OU NÃO SER: EIS A QUESTÃO

Ezequiel Martins Ferreira

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.6822107076>

### CAPÍTULO 7..... 61

#### BARALHO DO SONO: UM RECURSO PSICOEDUCATIVO PARA PAIS E FILHOS

Camila Espíndula da Silva


Francielle Silva Ferreira Zago

Suélen Rocha Centena Pizarro

Anelise Abascal Pastorini Brião

Giuliana Tort de Oliveira

Lenise Alvares Collares  
Stefânia Martins Teixeira Torma  
Suzana Catanio dos Santos Nardi

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.6822107077>

**CAPÍTULO 8..... 74**

**A EDUCAÇÃO E A PROFISSIONALIZAÇÃO DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIA EM PERIFERIAS URBANAS**

Aida Guerreiro de Oliveira  
Edicléa Mascarenhas Fernandes  
Elizabeth Rodrigues de Oliveira Pereira

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.6822107078>

**CAPÍTULO 9..... 86**

**DESEMPENHO DE CRIANÇAS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO DO AUTISMO EM TAREFAS DE FUNÇÃO MANUAL, LINGUAGEM ORAL E ESCRITA**

Larissa Soares Silva  
Stefanie Pischel  
Andressa Gouveia de Faria Saad  
Silvana Maria Blascovi-Assis  
Cibelle Albuquerque de La Higuera Amato

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.6822107079>

**CAPÍTULO 10..... 102**

**O TRANSTORNO DE DEFICIT DE ATENÇÃO E HIPERATIVIDADE: CONCEITUAÇÃO E BREVE PERCURSO HISTÓRICO**

Danielly Berneck Côas Ribeiro

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.68221070710>

**CAPÍTULO 11..... 115**

**OS DESAFIOS DA EDUCAÇÃO PARA A CONVIVÊNCIA DEMOCRÁTICA**

Amanda Luiza Weiler Pasini  
Marcele Pereira da Rosa Zucolotto

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.68221070711>

**CAPÍTULO 12..... 123**

**O RELACIONAMENTO ENTRE FILHOS E PAIS/CUIDADORES É O INGREDIENTE ESSENCIAL E ATIVO**

Lucena Albino Muianga


 <https://doi.org/10.22533/at.ed.68221070712>

**CAPÍTULO 13..... 137**

**AS CONTRIBUIÇÕES DA INTERVENÇÃO DO PSICÓLOGO NO ÂMBITO DA ESCOLA PÚBLICA: UMA PESQUISA BIBLIOGRÁFICA**

Marileudi Moreira Garcia  
Yloma Fernanda de Oliveira Rocha


Ruth Raquel Soares de Farias

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.68221070713>

**CAPÍTULO 14..... 150**

O QUE PODE O CORPO FEMININO EM SUAS MÚLTIPLAS POTENCIALIDADES?

Lígia Christine Pereira Martins

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.68221070714>

**CAPÍTULO 15..... 161**

ECONOMIA SOLIDÁRIA, TRANSFORMAÇÕES NO TRABALHO e PROTAGONISMO FEMININO: (SOBRE)VIVÊNCIAS E DESIGUALDADES

Ana Beatriz Trindade de Melo

Carlúcia Maria Silva

Gilberto Braga Pereira

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.68221070715>

**CAPÍTULO 16..... 174**

IMPASSES NA EFETIVAÇÃO DO MOVIMENTO FEMINISTA

Andressa de Lima Pinheiro

David Marconi Polônio

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.68221070716>

**CAPÍTULO 17..... 185**

PSICOLOGIA POSITIVA: POTENCIALIDADES HUMANAS EM SUJEITOS TRANSEXUAIS

Guilherme Faquim Simão

Maria Jaqueline Coelho Pinto

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.68221070717>

**SOBRE O ORGANIZADOR..... 201**

**ÍNDICE REMISSIVO..... 202**

# CAPÍTULO 7

## BARALHO DO SONO: UM RECURSO PSICOEDUCATIVO PARA PAIS E FILHOS

Data de aceite: 01/07/2021

Data de submissão: 29/04/2021

### **Camila Espíndula da Silva**

Centro Universitário IDEAU  
Bagé-RS

<http://lattes.cnpq.br/4228891583842024>

### **Francielle Silva Ferreira Zago**

Centro Universitário IDEAU  
Bagé-RS

<http://lattes.cnpq.br/8004545877699473>

### **Suélen Rocha Centena Pizarro**

Centro Universitário IDEAU  
Bagé-RS

<http://lattes.cnpq.br/7076642470907544>

### **Anelise Abascal Pastorini Brião**

Centro Universitário IDEAU  
Bagé-RS

### **Giuliana Tort de Oliveira**

Centro Universitário IDEAU  
Bagé-RS

### **Lenise Alvares Collares**

Centro Universitário IDEAU  
Bagé-RS

<http://lattes.cnpq.br/2803493672095505>

### **Stefânia Martins Teixeira Torma**

Centro Universitário IDEAU  
Bagé-RS

<http://lattes.cnpq.br/3286788699256784>

### **Suzana Catanio dos Santos Nardi**

Centro Universitário IDEAU  
Bagé-RS

<http://lattes.cnpq.br/8395586506063530>

**RESUMO:** O presente trabalho pretende abordar a criação de um recurso psicoeducativo, denominado Baralho do Sono, cuja proposta é auxiliar pais e filhos, a reconhecer e identificar situações nas quais há prejuízo na qualidade e quantidade do sono infantil. O método utilizado na pesquisa tem perspectiva descritiva, com abordagem qualitativa. Para aplicação teste do Baralho do Sono, realizou-se uma visita na Escola Municipal de Ensino Fundamental da Cidade de Bagé/RS, onde foram escolhidas 05 crianças com idades entre 09 e 10 anos. Com os resultados, conclui-se que este recurso psicoeducativo contribua como um instrumento psicológico e pedagógico, desenvolvendo um trabalho de prevenção e de conscientização sobre a importância do sono; e, favorecendo a reflexão acerca de situações intrapessoais que envolvam a rotina do sono.

**PALAVRAS-CHAVE:** Baralho do Sono, Recurso Psicoeducativo, Desenvolvimento Infantil.

### **SLEEP DECK: A PSYCHO-EDUCATIONAL RESOURCE FOR PARENTS AND CHILDREN**

**ABSTRACT:** The present work intends to approach the creation of a psychoeducational resource, called Sleep Deck, whose purpose is to help parents and children to recognize and identify situations in which there is a loss in the quality and quantity of children's sleep. The method used in the research has a descriptive perspective, with a qualitative approach. For the test application of Sleep Deck, a visit was made to the Municipal Elementary School of the City of Bagé/RS, where 05 children aged between 9 and

10 years were chosen. With the results, it is concluded that this psychoeducational resource contributes as a psychological and pedagogical instrument, developing a work of prevention and awareness about the importance of sleep; and, favoring the reflection about intrapersonal situations that involve the sleep routine.

**KEYWORDS:** Sleep Deck, Psycho-educational Resource, Child Development.

## 1 | INTRODUÇÃO

De acordo com a Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP), o sono é uma das necessidades básicas de vida e importante para todas as crianças e adolescentes para o crescimento e desenvolvimento saudável. Para garantir um bom ritmo biológico é essencial manter uma rotina de horas para dormir, estudar, brincar, sentir-se bem e realizar atividades de lazer, assim como digerir bem os alimentos após as refeições. Nesse sentido, Valle et. al (2009) complementam que a rotina diária do sono pode interferir no humor, na memória, na atenção, nos registros sensoriais, no raciocínio, e nos aspectos cognitivos que relacionam uma pessoa ao seu ambiente.

Estar bem informado sobre o assunto, permite o conhecimento e a possibilidade de compreender os sintomas e o prejuízo da má qualidade do sono. Dentro deste cenário, a pesquisa busca contextualizar a necessidade do cuidar/educar pais e filhos, através da criação de um novo recurso psicoeducativo denominado Baralho do Sono, com o objetivo de orientar sobre a importância do sono infantil; e, identificar situações nas quais há prejuízo na qualidade e quantidade do sono infantil.

Com o auxílio do Baralho do Sono será possível, analisar comportamentos e oferecer, de acordo com cada situação, uma intervenção psicoeducativa; orientar como os hábitos e estímulos ambientais podem desfavorecer o sono; alertar sobre os aspectos fundamentais, como um ambiente adequado, rotinas de horários e atividades prévias ao adormecer, promovem hábitos que favorecem uma boa qualidade de sono.

## 2 | DESENVOLVIMENTO

O sono adequado vem sendo reconhecido como fator determinante na saúde de crianças e adolescentes (Silva e Oliveira, 2013), definindo-o como um “estado cerebral ativo normalmente caracterizado por imobilidade, postura atípica ao dormir e um limiar sensorio reduzido, o que leva à diminuição na habilidade de resposta a estímulos”, desempenhando uma função essencial para o organismo, ocupando cerca de 1/3 do tempo de vida (PESSOA et. al, pg 01, 2015).

Conforme a Associação Brasileira do Sono (ABS), sabe-se que para garantir a saúde do corpo e da mente é fundamental manter uma rotina de sono saudável. A carência e/ou rotinas inadequados de sono refletem nas atividades de aprendizado, podendo causar a diminuição da motivação e concentração, a sonolência diurna, o déficit de memória, as



alterações de humor, a queda da imunidade, entre outras.

Nesse sentido, prevenir pais e cuidadores sobre todos os aspectos que abarcam a qualidade do sono é um dos objetivos deste recurso. Assim, a Associação Brasileira do Sono, explica que a Psicoeducação é usada para orientar o indivíduo sobre seus hábitos de vida e do ambiente que o cerca, influenciando as condições que levam a interferir e manter uma rotina de higiene do sono saudável.

## **2.1 Referencial Teórico**

### ***2.1.1 O Sono***

O sono é um estado que se caracteriza pela alteração reversível da percepção ao ambiente externo, com modificação do nível de consciência e com reorganização intensa do sistema nervoso central (SNC), sendo considerado um processo ativo que reorganiza funções e que depende diversas estruturas funcionais para ocorrer (Araújo, 2012). Compreender o sono e seus diversos aspectos é procurar cientificamente soluções para seus distúrbios, buscando atingir um satisfatório rendimento nas atividades diárias. O sono é uma atividade gerada por regiões específicas do cérebro de ocorrências cíclicas, que se alternam para o equilíbrio da vida (VALLE et.al., 2009).

O sono tem cinco estágios distintos: o sono dos movimentos oculares rápidos (REM) e quatro estágios de sono de movimentos oculares não-rápidos (NREM). O sono REM: caracteriza-se por aumento do nível metabólicos e do consumo de energia cerebral, a duração do sono REM pode depender da quantidade de energia disponível. E o sono NREM (não-REM): caracteriza-se pela diminuição do metabolismo basal e da temperatura corporal, condições que favorecem a síntese proteica e o reabastecimento de reservas energéticas para preparar o organismo para as fases subseqüentes do sono REM. Também promove o reparo celular, substituindo as enzimas alteradas por radicais livres por outras recém-sintetizadas (GEIB, 2007).

Para Valle et.al. (2019) durante o sono REM são processadas e armazenadas as atividades aprendidas durante o dia. Não manter uma rotina saudável dos padrões do sono, podem afetar a aprendizagem, a memória, induzir nas alterações de humor e no comportamento, assim como no desenvolvimento social e psicológico da criança.

### ***2.1.2 A Importância da Qualidade e Quantidade Adequada do Sono***

A habilidade de dormir durante a noite é o resultado da maturação cerebral. Os recém-nascidos não conseguem fazer isso, normalmente, eles dormem de quinze (15) a dezessete (17) horas por dia, um sono fracionado que duram em média de uma (01) a três (03) horas; e, conforme eles vão amadurecendo, as horas de sono diminuem. A partir dos três (03) ou quatro (04) meses, aumenta o sono tranquilo, assim como o tempo desperto e

acordado. A quantidade de tempo para uma criança dormir gradativamente diminui durante os primeiros anos de vida. E, assim como todas as áreas de desenvolvimento, variações no padrão do sono são normais, causadas pela natureza e criação (BERGER, 2017).

O desenvolvimento do estado do sono e vigília inicia na vida fetal, e continua no período pós-natal, em estreita vinculação com a maturação do sistema nervoso central. O sono ocupa um papel de destaque, não só por envolver a vida noturna da criança, mas por sua importância no seu desenvolvimento infantil (GEIB, 2007).

Durante a segunda infância, as crianças crescem e emagrecem mais rápido; e, diminui a necessidade de sono, aumentando a possibilidade de desenvolver distúrbios do sono. Na fase pré-escolar, as crianças reservam todo ou quase todo o sono para o período de uma noite inteira. Mas o número de horas vai depender da idade e vai mudando ao longo da fase de crescimento (PAPALIA, 2013), e conforme Tabela 1:

IDADE	HORAS
Recém-nascidos (0-3 meses)	O ideal recomendado de 14 a 17 horas por dia.
Bebês (4-11 meses)	Recomenda-se que o sono dure entre 12 e 15 horas.
Crianças pequenas (1-2)	Não é aconselhável dormir menos de 9 horas ou mais de 15 ou 16 horas.
Crianças em idade pré-escolar (3-5)	10-13 horas é o mais apropriado. Especialistas não recomendam dormir menos de 7 horas ou mais de 12 horas.
Crianças em idade escolar (6-13)	O aconselhável é dormir entre 9 e 11 horas.
Adolescentes (14-17)	Devem dormir em torno de 10 horas por dia.
Adultos jovens (18-25)	7-9 horas por dia. Não devem dormir menos de 6 horas ou mais do que 10 ou 11 horas.
Adultos (26-64)	O ideal é dormir entre 7 e 9 horas.
Idosos (65 anos ou mais)	O mais saudável é dormir 7 a 8 horas por dia.

Tabela 1: Tabela de sono recomendada de acordo com a idade.

Fonte: <https://www.fundasono.org.br/>.

Em razão da relação existente entre a qualidade do sono e a da vigília, um dos resultados mais imediatos do sono de má qualidade é a queda no rendimento da performance ou das atividades executadas no dia seguinte, provocando danos durante o período de vigília como: sonolência, ansiedade, depressão, baixa autoestima, lentidão de raciocínio, mau desempenho escolar e pessoal, dificuldades em acumular conhecimentos, alterações do humor e comprometimento de criatividade, atenção, memória e equilíbrio, entre outros (SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA).

A má qualidade ou o sono insuficiente, pode impactar negativamente na aprendizagem. Quando a criança dorme menos que o necessário, não consegue reter adequadamente o que aprendeu, prejudicando a atenção e a memória; indicando que é

durante o sono REM que se consolidam as memórias a longo prazo e algumas informações memorizadas a curto prazo. Durante a primeira infância, as perturbações do sono estão entre as queixas mais comuns dos pais. Porém, na maioria das vezes, os sintomas não são relatados nas consultas pediátricas, talvez, porque os pais não os considerem um problema médico, ou por não saberem o que seria o comportamento normal em relação ao sono (TURCO, 2011 e BOSCOLO et.al, 2007),

De acordo com a Fundação Nacional do Sono (FUNDASONO) os primeiros sintomas percebidos na criança quando há falta de sono é o desempenho escolar, pois o que foi aprendido durante o dia é processado e armazenado no cérebro durante o sono, ou seja, se a criança não está dormindo o necessário ou dorme mal, não consegue transformar o que aprendeu em conhecimento. E a baixa do desempenho escolar muitas vezes é diagnosticado equivocadamente como hiperatividade, porque a falta de sono ou a má qualidade de sono causa irritação e dificuldade de concentração, podendo ainda, ter a atenção e os reflexos comprometidos.

Para a FUNDASONO, os pais devem orientar seus filhos acerca de bons hábitos de sono. Destacando que esses bons hábitos envolvem uma rotina igual todas as noites, ensinando a importância do sono e que a criança poderá dormir sozinha em seu quarto, visto que para o crescimento emocional da criança é bom ela aprender a dormir na sua cama, mas sempre considerando que há exceções, como em casos de doença em que a criança precisa de auxílio dos pais durante a noite.

### *2.1.3 A Higiene do Sono*

A higiene do sono baseia-se em práticas diárias, que podem ser iniciadas ao longo do dia e se estende até o horário de dormir; práticas estas, que promovem um sono de boa qualidade para criança, e como consequência dessa rotina diária, cria-se um ambiente saudável e menos estressante para a criança. Para o estabelecimento de higiene do sono são essenciais as rotinas positivas, visto que estas rotinas, devem ser usadas isoladamente ou em conjunto com outras abordagens, porém, devem ser contínuas e o preparado deve seguir o mesmo horário e duração todos os dias. Para uma boa qualidade de sono se faz necessário estabelecer bons hábitos. A higiene do sono vem com o objetivo de orientar o quanto hábitos e estímulos ambientais podem desfavorecer o sono (EL HALAL & NUNES, 2018).

Para que as crianças desenvolvam hábitos envolvendo as questões relativas à higiene do sono, pais e educadores devem conhecer e valorizar a necessidade de um sono satisfatório para o desenvolvimento, adaptação e aprendizagem do jovem estudante. É necessário intervir precocemente, diagnosticar as situações de crise, responsáveis pelo comprometimento do sono, orientar as famílias sobre a higiene do sono porque essas situações interferem diretamente na qualidade de vida desde a infância (VALLE

et. al., 2019).

Segundo a SBP, a higiene do sono é eficiente para eliminar a ansiedade de pais e filhos gerado pelo receio de que a criança não vai conseguir dormir. Sendo primordial para as crianças desde os primeiros anos de vida, a interação positiva e afetiva como elo de proteção dos hábitos do sono. Assim, a higiene do sono ao ser oferecida à família deve-se levar em consideração, as necessidades e possibilidades de todos os envolvidos, mostrando a importância do sono e a disciplina nos horários para dormir. Ainda, conforme explica a SBP, a higiene do sono é definida como uma série de comportamentos, condições ambientais e outros fatores, que podem interferir no seu início e na sua manutenção.

De acordo com a SBP, considerando o papel chave de pais e educadores nesse processo, por meio de Departamentos Científicos de Adolescência e de Sono, recomenda:

- 1) Manter uma rotina para os cochilos diurnos das crianças que ainda necessitam, evitando-os no final da tarde;
- 2) Colocar a criança ainda acordada em sua cama, indicando que é hora de dormir, oferecendo-lhe um ambiente calmo e tranquilo para induzir um sono e ganhar sua confiança e segurança;
- 3) Criar uma rotina para a hora de dormir, com um momento bom e agradável com os pais, sem muitos estímulos;
- 4) Criar um ambiente propício ao sono e recompensar as noites bem dormidas;
- 5) Manter o mesmo horário para dormir e acordar todos os dias, incluindo finais de semana e feriados (horários regulares);
- 6) Evitar bebidas (chocolate, refrigerante, chá mate ou cafeinados) e medicações que contenham estimulantes próximas a hora de dormir;
- 7) Tentar não deixar a criança adormecer com mamadeiras, leite, chás ou vendo televisão ou em outro lugar que não seja sua própria cama;
- 8) Evitar levar a criança para cama dos pais ou outros lugares para dormir ou acalmar-se;
- 9) Se a criança acordar a noite para ir ao banheiro ou por causa de pesadelos, permanecer no quarto dela até se acalmar e avisá-la que retornará para o seu quarto, quando ela adormecer;
- 10) Quando lidar com a criança durante a noite, usar uma luz fraca, falar baixo e ser breve o suficiente, sem estimulá-la.

Ferreira (2015), afirma que a higiene do sono é um método com finalidade em Psicoeducação, com o intuito de melhorar aos envolvidos, a rotina de hábitos saudáveis, com o propósito de eliminar fatores ambientais e comportamentais que acometem a qualidade do sono. Constituída por orientações gerais de como funciona a higiene do sono, o que são rotinas de vida e os fatores ambientais que influencia, positivamente ou negativamente, na qualidade do sono.

### 2.1.4 A Psicoeducação

Segundo Lemes & Neto (2017), a psicoeducação tem como objetivo priorizar as satisfações e ambições relacionados a finalidade desejada pelo paciente, ou seja, é uma intervenção psicoterapêutica. E, é uma forma de auxiliar o tratamento de doenças através de mudanças comportamentais, sociais e emocionais. Conforme ainda explicam os autores, pode ser adotada em diferentes aspectos e situações, visto que sua finalidade é a prevenção, promoção e educação em saúde.

A Psicoeducação tem por finalidade, oferecer ferramentas para que o indivíduo possa ter controle sobre as situações que atrapalham seu sono, sendo autossuficiente, que ele possa voltar a dormir quando ocorrer a insônia. Também engloba: Facilitar a compreensão da patologia e suas consequências, favorecer a aceitação, reduzir o stress, melhorar a qualidade de vida (LEBON, 1997).

O Manual Prático de Terapia Cognitivo-Comportamental (2011), explica que a psicoeducação ajuda amenizar sentimentos de angústia e a ansiedade de paciente e da família, possibilitando a aceitação ao tratamento e reduzindo recaídas. Podendo auxiliar à terapia familiar, individual ou em grupo. Ainda, considera-se uma modalidade de intervenção que busca oferecer um melhor conhecimento e a compreensão de uma determinada patologia, ressaltando os aspectos positivos do paciente, podendo ser trabalhado por meio de materiais de consulta como: livros, artigos, folhetos, baralhos, etc.

De acordo com Guimaraes & Araújo (2014), as intervenções psicoeducativas para crianças devem ser práticas e simples, proporcionando atividades capazes de serem resolvidas, bem como feedback que os incentivem e gerem curiosidades, garantindo a motivação individual na realização das atividades propostas. Para tanto, pode-se utilizar diversos recursos como exemplos: cartilhas, livros, jogos, entre outros.

As intervenções psicoeducativas colaboram para que as pessoas se sintam mais motivadas a ajudar umas às outras que vivenciam situações parecidas, para que possam encarar possíveis estigmas e preconceitos por parte de outras pessoas; assim como, melhora a promoção de hábitos saudáveis e a regularidade no estilo de vida. Consistindo em uma ferramenta de aprendizagem capaz de atuar de forma preventiva, auxiliando os indivíduos a compreender as suas emoções e utilizá-las produtivamente (NOGUEIRA et al., 2017).

Na abordagem cognitivo-comportamental a avaliação tem um papel educativo e possibilita a mudança terapêutica, ou seja, após a avaliação, o terapeuta cognitivo-comportamental elabora a conceitualização cognitiva do caso, que auxilia na organização e esclarecimento dos dados, bem como direciona o processo terapêutico. Salientado que os instrumentos não substituem a avaliação e as entrevistas clínicas, mas auxiliam o diagnóstico (MANUAL PRÁTICO DE TCC, 2011).



### 2.1.5 Avaliação Psicológica

A avaliação psicológica abrange procedimentos de observação e interpretação de pessoas e grupos, nesse sentido, deve-se respeitar os preceitos éticos estabelecidos por regulamentação da profissão do psicólogo (Hisatugo, 2013), e conforme o Conselho Federal de Psicologia, Resolução nº 9, Art. 1º, de 25 de abril de 2018, a avaliação psicológica é definida como um “processo estruturado de investigação de fenômenos psicológicos, composto de métodos, técnicas e instrumentos, com o objetivo de prover informações à tomada de decisão, no âmbito individual, grupal ou institucional”.

Considera-se a avaliação psicológica um procedimento clínico que envolve princípios teóricos, métodos e técnicas de investigação, tais como: “entrevista e observações clínicas, testes psicológicos, técnicas projetivas e outros procedimentos de investigação clínica, como jogos, desenhos, o contar histórias, o brincar etc.” (ARAÚJO, 2007).

Segundo Kirk (1997) apud Manual Prático de TCC (2011), na avaliação cognitivo-comportamental o objetivo principal é “examinar como e porque uma pessoa se comporta de certas maneiras, que são determinadas por situações específicas e pelas interpretações que faz delas”, ou seja, a maneira como “cada um se comporta e os motivos pelos quais esses comportamentos são expressos” são a base da avaliação cognitiva que orientarão sobre os problemas específicos. A autora ainda afirma que ao construir a análise do caso junto com o paciente, contribui-se no aprendizado do modelo cognitivo, bem como favorece na psicoeducação sobre o diagnóstico e o tratamento.

## 3 | MÉTODO

O método utilizado tem perspectiva descritiva, com abordagem qualitativa, visto que a proposta do trabalho foi à construção de um novo instrumento que possa ser utilizado como recurso psicoeducativo. Este instrumento chamado Baralho do Sono, tem como objetivo principal orientar crianças, pais e cuidadores sobre a importância e a higiene do sono.

Elaborou-se este recurso, visto que os baralhos infantis como recursos terapêuticos e avaliativos têm sido amplamente utilizados por profissionais da área da saúde e educação que se baseiam em abordagens cognitivos comportamentais. Neste aspecto, pode-se citar os autores Renato e Marina Caminha, que desenvolveram três instrumentos que eles denominaram como ferramentas de acesso a criança: Baralho das Emoções, Baralho dos Pensamentos e Baralho do Comportamento. Conforme o Conselho Federal de Psicologia (CFP), para os autores, estes instrumentos amparam os princípios básicos que as psicoterapias cognitivas apresentam em seu modelo axiomático, desse modo, permitem uma psicoterapia e um modelo preventivo nas bases cognitivo comportamentais.

O material consiste em um conjunto de cartas, cujo foco é favorecer a reflexão acerca de situações intrapessoais que envolvem a rotina do sono, tendo em vista que a

má qualidade do sono afeta aspectos comportamentais, emocionais e cognitivos; e, pode prejudicar o funcionamento diurno da criança.

O recurso elaborado é composto por: um (01) manual; um (01) cartão psicoeducação; e, dois (02) conjuntos de cartas: um (01) composto por quatorze (14) cartas azuis, com personagens de meninos, e, um (01) composto por quatorze (14) cartas rosas com personagens de meninas, totalizando vinte e oito (28) cartas com fotos de expressões ou situações indicativas de uma rotina de sono saudável e cartas com desenhos das situações de rotina de má noite de sono; dividido em três (03) momentos de acordo com o despertar da criança, antes e durante o sono.

Partindo da proposta de desenvolver um trabalho baseado na intervenção e prevenção com os cuidados diários na qualidade e quantidade adequada de sono, realizou-se no dia sete (07) de outubro de 2019, uma visita numa Escola Municipal de Ensino Fundamental da Cidade de Bagé/RS, para testar o recurso Baralho do Sono.

Para o estudo piloto, três (03) alunas intercalaram a aplicação teste do instrumento. Na ocasião, foram escolhidas pela professora da turma, cinco (05) crianças com idades entre nove (09) e dez (10) anos, que corresponde a turma do 4º ano, do período da manhã. O critério de escolha utilizado pela professora, foram crianças que apresentavam ou não condições de vulnerabilidade emocional ou problemas de comportamento. Através dos dados coletados, foi possível identificar e corrigir o método de aplicação, otimizando sua abordagem técnica e favorecendo a reflexão da criança acerca de situações intrapessoais que envolvem a rotina do sono.

## 4 | RESULTADOS

No primeiro momento, iniciou-se com o estabelecimento de um rapport com a criança, de forma individual, explicando sobre a importância e a higiene do sono, por meio da exposição do Cartão Psicoeducação. Observou-se, que a maioria dos alunos não tinham conhecimento do que é o sono ou qual sua importância. Para Figueiredo (2009), a psicoeducação pode ser definida como uma troca de informações entre terapeuta e paciente, permitindo que o paciente compreenda suas diferenças e características, buscando a resolução dos problemas enfrentado. A autora explica ainda, ser fundamental educar o paciente, seja por diversos meios, como: livros, folders educativos, entre outros, pois é através da informação que ele consegue identificar comportamentos e pensamentos que podem gerar ansiedade e sofrimento.

Em relação a ordem de apresentação do instrumento, inicialmente planejada pela apresentação do cartão e em seguida a apresentação das cartas, percebeu-se a necessidade de alteração. Dado que ao iniciar pela apresentação do Cartão Psicoeducação, poderá influenciar na escolha da carta do baralho, pois a criança assimila as situações saudáveis e acaba escolhendo as cartas que expressam bons hábitos, dificultando que ela demonstre

a realidade da sua rotina de sono.

Posteriormente, durante a apresentação das cartas, notou-se que as imagens são de fácil interpretação, visto que, não houve dificuldade na identificação das situações apontadas em cada carta. No entanto, percebeu-se que o aplicador poderá ampliar as formas de exposição das cartas, conduzindo um diálogo, de acordo com as respostas de cada criança, trocando ideias sobre assuntos relacionados ao sono como: curiosidades e hábitos saudáveis para ter um bom sono. Conforme o Manual Prático de TCC (2011), durante o atendimento da criança é importante conhecer as especificidades do desenvolvimento infantil, bem como, ter um interesse no mundo lúdico, tornando assim, as atividades mais objetivas e claras, a fim de conseguir um maior vínculo e comprometimento com a criança, uma vez que o atendimento vai além do conhecimento das técnicas e da abordagem utilizada.

Verificou-se também, que as orientações e instruções do instrumento, poderão ser mais flexíveis, permitindo por exemplo, que a própria criança demonstre situações diferentes com as cartas, desde que se mantenha o objetivo do baralho. Outros exemplos que poderão ser incluídos na aplicação do instrumento são: aplicar o baralho em pequenos grupos; fazer cartas vazias, onde elas possam construir sua própria carta; ou, apresentar todo o baralho e motivar a criança criar sua própria história. Para Niles e Socha (2013), o lúdico é um assunto que tem conquistado espaço, principalmente na educação infantil, uma vez que os brinquedos são a essência da infância e seu uso auxilia um trabalho pedagógico que possibilita a formação do conhecimento das coisas e de si mesmo.

No que se refere a interpretação das cartas, as crianças se mostraram estimuladas a conversar sobre o tema proposto, bem como, demonstraram entender sobre a necessidade de manter uma rotina de sono saudável. Nesse aspecto, conforme expõe o Manual Prático de TCC (2011) é importante fazer um trabalho em conjunto com pais, cuidadores e escola, assim a criança terá o suporte necessário para que mude seus pensamentos, hábitos e comportamentos para modelos mais práticos.

Destaca-se também, a possibilidade de incluir na aplicação do Baralho do Sono, uma intervenção na instituição de ensino com o objetivo de instruir os pais ou responsáveis sobre a importância da rotina do sono, e como a má qualidade do sono pode prejudicar o funcionamento diurno da criança. A intervenção poderá ocorrer em formato de roda de conversa informativa, orientando quanto os hábitos e estímulos ambientais podem desfavorecer o sono, alertando sobre aspectos fundamentais como um ambiente adequado, rotinas de horários e atividades prévias ao adormecer, estabelecendo hábitos que favorecem uma boa qualidade de sono.

Neste contexto, Capucci et al. (2016) explicam que uma intervenção psicoeducativa engloba práticas reflexivas que têm com suporte o diálogo, na qual o pensamento se coloca como uma atividade que promove a troca de conhecimento, de maneira que todos possam ouvir e falar o que foi compreendido. Através do diálogo se busca compreender um tema

abordado, uma ideia ou um problema, e, essa possibilidade de trocas interpessoais em situações grupais, permite que se desenvolva uma percepção multifacetada do que se pretende entender, bem como, possibilita uma relação de parceria entre os participantes.

## 5 | CONCLUSÃO

Reflete-se com o presente trabalho, que os hábitos saudáveis de sono durante o desenvolvimento infantil são essenciais para um bom desempenho cognitivo, comportamental, emocional e físico da criança. Diante do exposto, o objetivo dessa pesquisa foi apresentar a construção de um recurso psicoeducativo: o Baralho do Sono. O instrumento apresentado permite auxiliar pais e filhos, a reconhecer e identificar situações na qual há prejuízo na qualidade e quantidade do sono infantil. Podendo ainda, ser utilizado como forma de ensino aprendizagem capaz de incentivar a criança a desenvolver pensamentos e reflexões sobre seus comportamentos, diante de situações que promovam bons hábitos que envolvem a qualidade do sono.

Entende-se que a aplicação do recurso necessita de algumas adequações para que seus objetivos sejam plenamente alcançados. De forma geral, a pesquisa tornou-se uma experiência enriquecedora e mostrou-se que a utilização do baralho foi bastante proveitoso e obteve-se um respaldo positivo como instrumento, permitindo que a criança demonstre e reflita sobre suas dificuldades e comportamentos que precisam ser adequados.

Conclui-se, que a má qualidade do sono afeta aspectos comportamentais, emocionais e cognitivos, podendo prejudicar o funcionamento diurno da criança. Acredita-se que o Baralho do Sono, contribua como um instrumento psicológico e pedagógico, potencializando o trabalho de prevenção e de conscientização sobre a importância do sono. Vale ressaltar, que este instrumento foi idealizado para crianças do ensino fundamental, no entanto, a intervenção precoce sobre esse assunto é de interesse de toda comunidade escolar e familiar, e, dos profissionais da área da psicologia, uma vez que a má qualidade do sono afeta a qualidade de vida não só das crianças, mas também de jovens e adultos.

## REFERÊNCIAS

**ARAÚJO**, Maria de Fátima. **Estratégias de diagnóstico e avaliação psicológica** *Psicologia: Teoria e Prática*. vol. 9, núm. 2, 2007, pp. 126-141. Universidade Presbiteriana Mackenzie. São Paulo, Brasil. Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=193818620008>. Acesso em 18/09/2019.

**BERGER**, Kathleen Stassen. O desenvolvimento da pessoa do nascimento à terceira idade / Kathleen Stassen Berger; tradução Gabriela dos Santos Barbosa. - 9. ed. - Rio de Janeiro: LTC, 2017.

**BOCK**, Ana Mercês Bahia. *Psicologias. Uma introdução ao estudo de psicologia*. / Ana Mercês Bahia Bock, Odair Furtado e Maria de Lourdes Trassi Teixeira. - São Paulo, Editora Saraiva. 15 edição. 2018.

**BOSCOLO, Rita A, et al. Avaliação do padrão de sono, atividade física e funções cognitivas em adolescentes escolares.** Revista Portuguesa de Ciência Desportiva 7(1) 18-25, 2005. Disponível em: <<http://www.scielo.mec.pt/pdf/rpcd/v7n1/v7n1a03.pdf>> Acesso em 18/09/2019.

**CAPUCCI, Luiza, et. al. Geração do morro: relato de um projeto de intervenção psicoeducativa em uma escola pública.** Revista Reflexão e Ação, Santa Cruz do Sul, v. 24, n. 1, p. 425-455, jan./abr. 2016. ISSN on-line: 1982-9949 Doi: 10.17058/rea. v24i1.6004. Disponível em:< <http://online.unisc.br/seer/index.php/reflex/index.>> Acesso em: 28/11/2019.

**CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA.** Disponível em: <<https://site.cfp.org.br/?evento=t-r-i-terapia-de-reciclagem-infantil-com-renato-e-marina-caminha-2>> Acesso em 04/11/2019.

**EL HALAL & NUNES. Organização e higiene do sono na infância e adolescência.** /Camila dos Santos El Halal e Magda Lahorgue Nunes. DOI: 10.25060/residpediatr-2018.v8s1-08. Publicação Oficial da Sociedade Brasileira de Pediatria. Data de Aprovação: 15/08/2018. Disponível em: <<http://residenciapediatrica.com.br/detalhes/341/organizacao%20e%20higiene%20do%20sono%20na%20infancia%20e%20adolescencia>>. Acesso em: 25/08/2019.

**FERREIRA, Luciana Alves. Psicoeducação como estratégia de higiene do sono em uma unidade básica de saúde.**/ Fundação Educacional do Município de Assis – FEMA - Assis, 2015. Trabalho de conclusão do curso (Enfermagem). -- Fundação Educacional do Município de Assis- FEMA. Disponível em:< <https://cepein.femanet.com.br/BDigital/arqTccs/1111370348.pdf>> Acesso em: 29/08/2019.

**FIGUEIREDO, Ângela Leggerini de et al. O uso da psicoeducação no tratamento do transtorno bipolar.** Rev. bras. ter. comport. cogn., São Paulo, v. 11, n. 1, p. 15-24, jun. 2009. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1517-55452009000100003&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-55452009000100003&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em: 26/11/2019.

**FUNDASONO - Fundação Nacional do Sono. SONO & IDADE.** Disponível em:<<https://www.fundasono.org.br/index.php/sono/sono-x-idade>> Acesso em: 26/09/2019.

**GEIB, Lorena Teresinha Consalter.** Desenvolvimento dos estados de sono na infância. Rev. bras. enferm. [online]. 2007, vol.60, n.3, pp.323-326. ISSN 0034-7167. <http://dx.doi.org/10.1590/S0034-71672007000300014>. Disponível em:<<http://www.scielo.br/pdf/reben/v60n3/a14.pdf>> Acesso em 05/09/2019.

**GUIMARAES E ARAUJO, Tathiane Barbosa; ARAUJO, Tereza Cristina Cavalcanti Ferreira de. Intervenção psicoeducativa com uso de jogos eletrônicos: um estudo com familiares de pacientes oncológicos.** Rev. SBPH, Rio de Janeiro, v.17, n.2, p.106-122, dez.2014. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1516-08582014000200007&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-08582014000200007&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em: 04/10/2019.

**HISATUGO, Carla Luciano Codani. O início do processo de avaliação psicológica.** Psicol inf., São Paulo, v.17, n.17, p.193-199, dez. 2013. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1415-88092013000200011&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-88092013000200011&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em: 18/09/2019.

**LEBON, André. Psico-educação: a ciência do “viver com” educativo e terapêutico.** (Paidéia Ribeirão Preto), Ribeirão Preto, n. 12-13, Aug.1997. Disponível em:<<http://dx.doi.org/10.1590/S0103-863X1997000100002>>. Acesso em 04/10/2019.

**LEMES & NETO. Aplicações da psicoeducação no contexto da saúde.** Carina Belomé Lemes e Jorge Ondere Neto. Temas psicol. vol.25 no.1 Ribeirão Preto mar. 2017  
<http://dx.doi.org/10.9788/TP2017.1-02>. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/tp/v25n1/v25n1a02.pdf>> acesso em 04/09/2019.

**MANUAL prático de terapia cognitivo-comportamental** / Margareth da Silva Oliveira, Liana Andretta, (organizadoras). - São Paulo: Casa do Psicólogo®, 2011.

**NILES & SOCHA. A importância das atividades lúdicas na educação infantil.** / Rubia Paula Jacob Niles e Kátia Socha. Ágora: R. Divulg. Cient., v. 19, n. 1, p. 80-94, jan./jun. 2014 (ISSNe 2237-9010). Disponível em:< file:///D:/350-Texto%20do%20artigo-3479-1-10-20150630.pdf> Acesso em: 28/11/2019.

**NOGUEIRA, Carlos André et al.** A importância da psicoeducação na terapia cognitivo comportamental: uma revisão sistemática. Revista das Ciências da Saúde do Oeste Baiano. Barreiras, v. 2, n. 1, p. 108-120, 2017. Disponível em:< <http://fasb.edu.br/revista/index.php/higia/article/view/190/211>>. Acesso em: 04/09/2019.

**PAPALIA, Diane E. Desenvolvimento humano** [recurso eletrônico] / Diane E. Papalia, Ruth Duskin Feldman, com Gabriela Martorell; tradução: Carla Filomena Marques Pinto Vercesi... [et al.]; [revisão técnica: Maria Cecília de Vilhena Moraes Silva... et al.]. – 12. ed. – Dados eletrônicos. – Porto Alegre: AMGH, 2013.

**PESSOA, JHL. Distúrbios do Sono na Criança e no Adolescente: Uma abordagem para Pediatras.** / PESSOA JHL, PEREIRA JC JR., ALVES RSC. Editora Atheneu. São Paulo, 2015. 2ª Edição.

**SBP.** Sociedade Brasileira de Pediatria. **HIGIENE DO SONO.** Disponível em:><https://www.sbp.com.br/especiais/pediatria-para-familias/desenvolvimento/higiene-do-sono/>> Acesso em: 26/09/2019.

**SILVA & OLIVEIRA.** O Brincar na psicologia de Leontiev: O Jogo como atividade e suas contribuições à Educação Infantil. /Jorge Luiz da Silva e Wanderlei Abadio Oliveira. XI Congresso Nacional de Educação – EDUCERE. 2013. Pontifícia Universidade Católica do Paraná. Curitiba. Disponível em:< [https://educere.bruc.com.br/arquivo/pdf2013/8147\\_5548.pdf](https://educere.bruc.com.br/arquivo/pdf2013/8147_5548.pdf)> Acesso em: 14/10/2019.

**TURCO, Giovina Fosco. Características do sono, distúrbios do sono, qualidade de vida em adolescentes obesos.** Dissertação (Mestrado) – Universidade Estadual de Campinas, Faculdades de Ciências Médicas. Campinas/SP. 2011. Disponível em:< [http://repositorio.unicamp.br/jsui/bitstream/REPOSIP/308354/1/Turco\\_GiovinaFosco\\_M.pdf](http://repositorio.unicamp.br/jsui/bitstream/REPOSIP/308354/1/Turco_GiovinaFosco_M.pdf)>. Acesso em: 27/09/2019.

**VALLE, Luiza Elena Leite Ribeiro do; VALLE, Eduardo L. Ribeiro do; REIMAO, Rubens. Sono e aprendizagem.** Rev. psicopedag., São Paulo, v. 26, n. 80, p. 286-290, 2009. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-84862009000200013&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-84862009000200013&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 27/08/2019.

## ÍNDICE REMISSIVO

### A

Adolescência 66, 72, 102, 104

Antifeminismo 174, 177, 178, 179, 180, 181, 182, 183, 184

Aprendizagem 41, 44, 45, 47, 48, 49, 51, 52, 53, 56, 63, 64, 65, 67, 71, 73, 79, 80, 81, 83, 85, 90, 113, 119, 122, 125, 137, 138, 139, 140, 141, 142, 144, 145, 147, 149

Autoestima 49, 51, 64, 80, 169, 185, 187, 190, 192, 194, 195, 197, 199

### B

Baralho do sono 61, 62, 68, 69, 70, 71

### C

Captura 33, 150, 157, 158

Cidadania 74, 82, 84, 116, 139, 140, 145, 148, 161, 162, 171, 173

Conceituação 102, 103, 107, 112

Conflito 36, 43, 51, 112, 115, 135

Convívio 29, 75, 83, 115, 116, 141

Crianças 33, 44, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 59, 61, 62, 64, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 80, 86, 87, 88, 89, 90, 93, 96, 97, 98, 99, 101, 102, 104, 106, 107, 108, 111, 112, 113, 116, 120, 123, 124, 125, 126, 127, 128, 130, 131, 132, 133, 134, 135, 136, 139, 140

Críticas ao feminismo 174, 177

### D

Democracia 115, 118, 161, 167, 171

Depressão 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 64, 190, 194, 195, 196

Desafios do movimento feminista 174, 177

Desenvolvimento infantil 61, 64, 70, 71, 127, 128

Destreza motora 86, 87, 98, 101

### E

Economia solidária 161

Édipo 14, 18

Educação 12, 13, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 67, 68, 70, 72, 73, 74, 75, 77, 78, 80, 81, 82, 83, 84, 85, 101, 102, 113, 115, 116, 118, 120, 121, 122, 123, 124, 125, 126, 128, 129, 130, 131, 132, 133, 134, 135, 137, 138, 139, 140, 141, 142, 143, 144, 146, 147, 148, 149, 172, 176, 184, 185, 201

Educação nos presídios 40

Educação parental 123, 124, 125, 126, 128, 129, 130, 131, 132, 133, 134, 135  
Ensino 27, 41, 45, 46, 47, 61, 69, 70, 71, 76, 81, 83, 85, 115, 117, 120, 121, 122, 130, 133, 137, 138, 139, 140, 141, 142, 143, 144, 145, 148, 149, 193, 201  
Escola 44, 45, 46, 48, 49, 50, 51, 53, 55, 61, 69, 70, 72, 76, 78, 79, 80, 81, 82, 83, 90, 113, 115, 116, 117, 118, 121, 122, 137, 138, 139, 140, 141, 142, 143, 144, 145, 146, 147, 148, 156  
Escrita acadêmica 1, 11, 12  
Escuta clínica 40, 45, 47  
Estimulação 45, 123, 131, 132, 133, 134  
Estranho 8, 14, 20, 25, 26

## **H**

Histórico 7, 38, 85, 102, 112, 140, 153, 158, 162, 176, 180, 184

## **I**

Implicação 1, 3, 5, 6, 7, 11, 13, 142  
Infância 64, 65, 70, 72, 87, 113, 125, 126, 134

## **L**

Leitura e escrita 48, 49, 50, 52  
Linguagem infantil 86, 125, 134  
Loucura 18, 58, 59, 60

## **M**

Maternidade 150, 151, 152, 153, 156, 157, 158, 177  
Modelo integrado 123, 126, 134, 135  
Mulher 23, 27, 50, 124, 130, 132, 135, 150, 151, 152, 153, 154, 155, 156, 157, 158, 159, 175, 176, 177, 178, 179, 181, 183, 187, 197

## **N**

Narrativas de histórias 48

## **O**

Otimismo 185, 187, 189, 190, 191, 192, 195, 197, 198

## **P**

Pelbart 58, 59, 60  
Periferias 74, 75, 76, 77  
Pesquisa participante 1  
Pessoas com deficiência 74, 75, 78, 79, 82, 83, 84, 85  
Práticas educativas 123, 126, 132, 138, 142, 147



Profissionalização 74, 75, 78, 81, 82, 83  
Protagonismo feminino 161, 162, 171, 172  
Psicanálise 16, 27, 28, 35, 38, 39, 40, 44, 47, 48, 57, 200, 201  
Psicologia educacional 137  
Psicologia positiva 185, 187, 189, 190, 198, 199, 200  
Psicopedagogia 48, 57, 201  
Psicose 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 25, 26, 27, 35

## **R**

Recurso psicoeducativo 61, 62, 68, 71  
Relacionamento 45, 88, 119, 123, 126, 127, 128, 130, 131, 132, 133, 134, 135, 139

## **S**

Sociedade 16, 19, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 37, 39, 40, 42, 45, 47, 58, 59, 60, 62, 64, 72, 73, 77, 82, 83, 84, 85, 115, 116, 118, 121, 122, 137, 138, 147, 149, 150, 152, 153, 154, 156, 157, 158, 165, 167, 168, 169, 171, 175, 179, 180, 182, 183, 187

## **T**

TDAH 102, 103, 104, 105, 106, 107, 108, 109, 110, 111, 112, 113  
Trabalho 1, 2, 3, 5, 7, 8, 9, 14, 15, 16, 23, 24, 26, 36, 37, 38, 42, 44, 45, 48, 49, 50, 52, 53, 61, 68, 69, 70, 71, 72, 74, 76, 77, 81, 83, 84, 85, 96, 102, 104, 110, 111, 115, 116, 117, 118, 121, 124, 126, 133, 139, 140, 144, 146, 147, 148, 149, 151, 155, 156, 161, 162, 163, 164, 165, 167, 168, 169, 170, 171, 172, 173, 174, 176, 177, 178, 179, 180, 181, 183, 190  
Transexualidade 185, 186, 187, 188, 197, 198  
Transtorno do espectro do autismo 86, 87, 90

# PSICOLOGIA:

Trabalho e sociedade,  
cultura e saúde



[www.atenaeditora.com.br](http://www.atenaeditora.com.br)



[contato@atenaeditora.com.br](mailto:contato@atenaeditora.com.br)



[@atenaeditora](https://www.instagram.com/atenaeditora)



[facebook.com/atenaeditora.com.br](https://facebook.com/atenaeditora.com.br)

# PSICOLOGIA:

Trabalho e sociedade,  
cultura e saúde



[www.atenaeditora.com.br](http://www.atenaeditora.com.br)



[contato@atenaeditora.com.br](mailto:contato@atenaeditora.com.br)



[@atenaeditora](https://www.instagram.com/atenaeditora)



[facebook.com/atenaeditora.com.br](https://facebook.com/atenaeditora.com.br)