

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE GOIÁS
ESCOLA DE CIÊNCIAS SOCIAIS E DA SAÚDE
CURSO DE FISIOTERAPIA
ARTIGO CIENTÍFICO

GECIMÁRIA DA SILVA SANTOS

**INFLUÊNCIA DA ATIVIDADE REMUNERADA NO USO DA INTERNET,
QUALIDADE DO SONO E SONOLÊNCIA DIURNA EM UNIVERSITÁRIOS**

GOIÂNIA
2020

GECIMÁRIA DA SILVA SANTOS

**INFLUÊNCIA DA ATIVIDADE REMUNERADA NO USO DA INTERNET,
QUALIDADE DO SONO E SONOLÊNCIA DIURNA EM UNIVERSITÁRIOS**

Artigo apresentado ao curso de Graduação em Fisioterapia da Pontifícia Universidade Católica de Goiás, como critério parcial para a obtenção do título de Bacharel em Fisioterapia.

Orientador: Profa. Ma. Valéria Rodrigues Costa de Oliveira

Coorientadora: Prof^a. Dr^a. Gabriella Assumpção Alvarenga

GOIÂNIA
2020

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE GOIÁS
ESCOLA DE CIÊNCIAS SOCIAIS E SAÚDE
CURSO DE FISIOTERAPIA
AVALIAÇÃO ESCRITA

Título do trabalho: **INFLUÊNCIA DA ATIVIDADE REMUNERADA NO USO DA INTERNET, QUALIDADE DO SONO E SONOLÊNCIA DIURNA EM UNIVERSITÁRIOS**

Acadêmico(a): Gecimária da Silva Santos

Orientador(a): Valéria Rodrigues Costa de Oliveira

Data: 10/12/2020

AVALIAÇÃO ESCRITA (0 – 10)		
Item		
1.	Título do trabalho – Deve expressar de forma clara o conteúdo do trabalho.	
2.	Introdução – Considerações sobre a importância do tema, justificativa, conceituação, a partir de informações da literatura devidamente referenciadas.	
3.	Objetivos – Descrição do que se pretendeu realizar com o trabalho, devendo haver metodologia, resultados e conclusão para cada objetivo proposto	
4.	Metodologia* – Descrição detalhada dos materiais, métodos e técnicas utilizados na pesquisa, bem como da casuística e aspectos éticos, quando necessário	
5.	Resultados – Descrição do que se obteve como resultado da aplicação da metodologia, pode estar junto com a discussão.	
6.	Discussão**– Interpretação e análise dos dados encontrados, comparando-os com a literatura científica.	
7.	Conclusão – síntese do trabalho, devendo responder a cada objetivo proposto. Pode apresentar sugestões, mas nunca aspectos que não foram estudados.	
8.	Referência bibliográfica – Deve ser apresentada de acordo com as normas do curso.	
9.	Apresentação do trabalho escrito – formatação segundo normas apresentadas no Manual de Normas do TCC	
10.	Redação do trabalho – Deve ser clara e obedecer às normas da língua portuguesa	
Total		
Média (Total/10)		

Assinatura do examinador: _____

Critérios para trabalhos de revisão:

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE GOIÁS
ESCOLA DE CIÊNCIAS SOCIAIS E SAÚDE
CURSO DE FISIOTERAPIA

FICHA DE AVALIAÇÃO DA APRESENTAÇÃO ORAL

ITENS PARA AVALIAÇÃO	VALOR	NOTA
Quanto aos Recursos		
1. Estética	1,5	
2. Legibilidade	1,0	
3. Estrutura e Sequência do Trabalho	1,5	
Quanto ao Apresentador:		
4. Capacidade de Exposição	1,5	
5. Clareza e objetividade na comunicação	1,0	
6. Postura na Apresentação	1,0	
7. Domínio do assunto	1,5	
8. Utilização do tempo	1,0	
Total		

Avaliador: _____

Data: 10/12/20

INFLUÊNCIA DA ATIVIDADE REMUNERADA NO USO DA INTERNET, QUALIDADE DO SONO E SONOLÊNCIA DIURNA EM UNIVERSITÁRIOS

INFLUENCE OF REMUNERATED ACTIVITY IN THE USE OF THE INTERNET, SLEEP QUALITY AND DAY SLEEP IN UNIVERSITY

Gecimária da Silva Santos¹
Valéria Rodrigues Costa De Oliveira²

RESUMO

O presente estudo teve por objetivo avaliar a influência da atividade remunerada no uso da internet, qualidade do sono e sonolência diurna em universitários. Trata-se de um estudo do tipo transversal descritivo, a amostra foi composta por 234 alunos do curso de Fisioterapia da PUC Goiás. Foram utilizados um questionário com dados sociodemográficos, a escala de qualidade do sono de Pittsburgh modificada (PSQI), o *Internet Addiction Test* (IAT) para avaliar a dependência do uso de internet, e a Escala de Sonolência de *Epworth* (ESS) para avaliar a sonolência diurna dos universitários envolvidos no estudo. Observou-se diferenças significativas nas análises do estado civil e da idade, onde estudantes casados ou em união estável e mais velhos apresentaram percentual maior na realização de atividades remuneradas, com $p=0,01$ e $p=0,02$, respectivamente. Observou-se um maior percentual de alunos com leve dependência de internet (69,2%), uma prevalência de qualidade de sono ruim (66,2%) e sonolência diurna leve (54,7%) na amostra estudada, sem diferenças estatisticamente significativas entre os estudantes que exercem ou não atividades remuneradas, assim como observado na análise dos escores totais do IAT, Pittsburgh e EPWORTH. Conclui-se que na amostra estudada a realização de atividade remunerada não influenciou no uso de internet, na qualidade do sono e na presença de sonolência diurna.

Palavras-chave: Qualidade do sono. Sonolência Diurna. Dependência de Internet. Universitários. Atividade Remunerada.

ABSTRACT

The present study aimed to assess the influence of paid activity on internet use, of sleep and daytime sleepiness in university students. This is a cross-sectional, quantitative and descriptive study, the sample was composed of 234 students from the Physiotherapy course at PUC Goiás. Sociodemographic data and the modified Pittsburgh sleep quality scale (PSQI), The Internet Addiction Test (IAT) to assess dependency on internet usage. The Epworth Sleepiness Scale (ESS) to assess the daytime sleepiness of university students involved in the study. Significant differences were observed in the analysis of marital status and age, where students who were married or in a stable relationship and older had a higher percentage in performing paid activities, with $p = 0.01$ and $p = 0.02$, respectively. There was a higher percentage of students

¹ Acadêmica do 9º período do curso de Fisioterapia da Pontifícia Universidade Católica de Goiás. E-mail: gecimaria1234@gmail.com.

² Mestre em Educação pela Universidade Católica de Goiás (2002). Fisioterapeuta pela Pontifícia Universidade Católica de Campinas e professora assistente da Pontifícia Universidade Católica de Goiás. E-mail: Vrco@terra.com.br.

with mild internet dependence (69.2%), a prevalence of poor sleep quality (66.2%) and mild daytime sleepiness (54.7%) in the studied sample, with no statistical differences significant among students who do or do not have paid activities, as observed in the analysis of the total scores of IAT, Pittsburgh and EPWORTH. It is concluded that in the studied sample, the performance of paid activity did not influence the use of internet, the quality of sleep and the presence of daytime sleepiness.

Keywords: Sleep quality. Daytime sleepiness. Internet addiction. College students. Paid activity.

INTRODUÇÃO

A internet está implicada em muitas das atividades rotineiras das pessoas, facilitando o alcance à informação e promovendo a comunicação; assim, tem sido decisiva no desenvolvimento social, sendo que uma maior expansão de usuários da Internet são os jovens (WOLNICZAK et al., 2013). Diante desse cenário, um novo distúrbio, chamado Dependência de Internet, vem sendo discutido nos últimos anos.

Trata-se de uma síndrome que apresenta aspectos de tolerância e abstinência como desconforto físico e principalmente na forma de sintomas semelhantes aos de ansiedade ou irritabilidade elevada, cansaço, aborrecimento e depressão (YOUNG; ABREU, 2011). A necessidade de acessar a internet pode causar transtornos na qualidade do sono e com isso, causar insônia ou outros distúrbios do sono, alterando o ciclo de sono-vigília. Estudos demonstram um número significativo de queixas de redução do tempo de sono e aumento dos distúrbios do sono associados ao uso da mídia social (WOLNICZAK et al., 2013, CHEUNG; WONG, 2011).

As perturbações do sono podem acarretar alterações que acabam prejudicando sua qualidade de vida, trazendo diversas alterações significativas no funcionamento físico, ocupacional, cognitivo e social do indivíduo (BITTENCOURT, 2005). O trabalho também tem sido apontado como um importante sincronizador social do ciclo vigília/sono nos adolescentes. Observa-se que estudantes trabalhadores apresentam baixa duração do sono, podendo levar um aumento da sonolência diurna excessiva, apresentando dificuldade no aprendizado e na performance cognitiva, que pode resultar na ocorrência de acidentes no trabalho (FISCHER et al., 2003).

De acordo com Fischer et al. (2003) o trabalho desenvolvido precocemente por adolescentes pode ser decisivo em suas vidas, acarretando consequências negativas ou positivas ao seu desenvolvimento psicossocial e físico. De acordo com Oliveira et al. (2001), há uma diferença na qualidade do sono de estudantes não trabalhadores, que apresentam um ciclo de

sono melhor, e podem assim, obter resultados mais positivos nas atividades escolares ou extraescolares e domiciliares.

A realidade vivenciada pelos estudantes universitários, onde se identifica um crescente uso de internet e a necessidade de exercer atividades remuneradas, suscitou o interesse de investigar a influência que o trabalho exerce sobre a dependência da internet e suas repercussões sobre a qualidade do sono e a sonolência diurna, o que poderá vir a contribuir para um melhor entendimento sobre os pontos negativos e positivos que o mesmo exerce na vida dos jovens. Dessa forma, o objetivo desta pesquisa foi avaliar a influência da atividade remunerada no uso da internet, qualidade do sono e sonolência diurna em universitários de um curso de Fisioterapia do Centro-oeste brasileiro.

MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de um estudo do tipo transversal, descritivo desenvolvido de acordo com a resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde do Brasil. O mesmo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisas com Seres Humanos da Universidade Católica de Goiás, sob o protocolo nº. 3.265.788.

A pesquisa foi realizada na Pontifícia Universidade Católica de Goiás, PUC Goiás, Goiânia – GO com os acadêmicos do curso de Fisioterapia, sendo a coleta de dados realizada em junho de 2019, nas dependências da própria instituição, após consentimento da coordenação do curso e dos docentes, que cederam um período da aula para abordagem dos acadêmicos.

A população do estudo foi constituída por aproximadamente 705 alunos do primeiro ao nono períodos do Curso de Fisioterapia da PUC Goiás, regularmente matriculados no primeiro semestre de 2019, e que obedeceram aos critérios de inclusão e exclusão do estudo.

Foram incluídos alunos de ambos os sexos, maiores de 18 anos, presentes no dia e local da aplicação dos questionários. Foram excluídos os alunos que recusaram a responder os questionários. A amostra com 234 alunos, escolhidos aleatoriamente foi definido de acordo com a estatística obtida pós cálculo amostral. O Cálculo amostral foi realizado considerando um erro amostral de 5% e intervalo de confiança de 95%, considerando a população total de alunos.

A investigação foi realizada por meio de quatro instrumentos autoaplicáveis: formulário com dados sociodemográficos – trata-se de um formulário, elaborado pelos pesquisadores, estruturado com as seguintes questões: nome, sexo, idade, cor/etnia, estado civil, procedência (cidade e estado), turno do curso, se desenvolve alguma atividade remunerada, vínculo com a universidade, renda mensal familiar.

O *Internet Addiction Test* (IAT) constitui uma forma válida de mensurar a dependência de Internet. É um instrumento que consiste em 20 itens, com respostas dadas em uma escala de pontos. Para avaliar seu grau de dependência, variando de 1 (raramente) a 5 (sempre), além do item 0 (não se aplica). O escore final de avaliação elaborado varia de 20 a 100 pontos. Valores de 0-19 pontos correspondem como um usuário normal; de 20 a 49 pontos significam nenhuma ou leve dependência; de 50 a 79 pontos, moderada dependência e de 80 a 100 pontos, grave dependência (COTIN et al., 2012)

O questionário de qualidade de sono de *Pittsburgh* modificado (PSQI), trata-se de uma escala que busca analisar a rotina de sono que o indivíduo teve no mês anterior ao da aplicação. Este foi elaborado com dez questões, sendo quatro discursivas e o restante de múltipla escolha. Tal instrumento é avaliado em sete componentes (domínios): 1- Qualidade subjetiva do sono; 2- Latência do sono; 3- Duração do sono; 4- Eficiência Habitual do sono; 5- Distúrbio do sono; 6- Uso do medicamento para dormir; 7- Disfunção durante o dia. Estes componentes compreendem da primeira à nona pergunta. A décima questão é apenas para registros clínicos, não tendo sido utilizada para a produção do presente estudo. A pontuação total varia, portanto, 0 a 21 pontos, sendo 0 uma boa qualidade de sono (sem dificuldade para dormir) e 21 a presença de distúrbios do sono (má qualidade), o índice ≥ 5 indicam uma qualidade de sono ruim (BUYSSE. et al., 2020)

A Escala de Sonolência de Epworth (ESS) é um instrumento testado e validado na língua portuguesa que viabiliza a análise do cotidiano do indivíduo atualmente, composta por oito questões pertinentes ao dia em que o voluntário preenche, dando uma nota de 0 a 3, sendo 0 “nenhuma probabilidade de pegar no sono” naquele determinado momento, 1 corresponde “ligeira probabilidade de pegar no sono” 2 moderada probabilidade de pegar no sono” e 3 “forte probabilidade de pegar no sono”. Analisa-se, ao final, o total da pontuação. Para as somatórias entre 0 a 10 pontos indicam ausência de sonolência, entre 10 a 16 pontos, sonolência leve, entre 16 a 20 pontos, sonolência moderada, e entre 20 a 24 pontos, considera-se sonolência severa (CARDOSO et al., 2009)

Os instrumentos foram aplicados durante o período de aula, com a permissão do responsável pela disciplina, e a participação voluntária do acadêmico somente foi efetuada mediante a obtenção da assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Os dados coletados foram inicialmente plotados em uma planilha com a utilização do *software* Excel (2013) e posteriormente analisados com a utilização do pacote estatístico SPSS, (26,0). A caracterização do perfil demográfico e socioeconômico foi realizada por meio de gráficos e tabelas de contingência de acordo com a atividade remunerada aplicando-se o

teste do Qui-quadrado de Pearson. Para as variáveis contínuas foi utilizado valores de média e desvio padrão e em relação as variáveis categóricas frequência absoluta (n) e relativa (%).

Neste estudo foram utilizadas testes e técnicas estatísticas paramétricas e não paramétricas, conforme verificado por meio do teste de normalidade de Kolmogorov-Smirnov (K-S). A associação da classificação do IAT, Pittsburgh e EPWORTH com a atividade remunerada foi realizada por meio do teste do Qui-quadrado de *Pearson*. A comparação do escore total do IAT, Pittsburgh e EPWORTH com o período do curso foi feito utilizando os testes de Mann-Whitney e Teste *t* de Student. O nível de significância adotado foi de 5% ($p < 0,05$).

O processo de busca das publicações foi norteado pelos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e seus respectivos termos no MeSH (Medical Subject Heading)

“Hipersonia”, “Hipersonolência”, “Sonolência”, “Sonolência diurna”, “Sono” “Qualidade do sono”, “Atividade remunerada”, “Atividade não remunerada”, “Dependência de internet”, “Universitários” e “Influencia da internet”.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para a coleta das informações pertinentes para a análise da qualidade do sono entre os alunos do curso de Fisioterapia da PUC Goiás, foram entrevistados 234 alunos dos 705 matriculados do primeiro ao nono período. Na Tabela 1 estão expressos os dados quanto à caracterização do perfil demográfico dos estudantes de acordo com realização ou não de atividade remunerada. Foi notada a predominância de participantes do sexo feminino, sendo que a maioria eram procedentes de Goiânia do estado de Goiás, sendo que essas variáveis não apresentaram diferenças significativas entre os grupos.

Quanto ao estado civil, observou-se um maior percentual de estudantes casados e em união estável exercendo atividades remuneradas, quando comparado com os estudantes solteiros, assim como houve um maior percentual de estudantes trabalhadores com filhos, ambos com diferenças estatisticamente significativas (Tabela 1).

Tabela 1 - Caracterização do perfil demográfico dos estudantes de acordo com a atividade remunerada

ATIVIDADE REMUNERADA N (%)				
Sexo	Não	Sim	Total	p*
Feminino	123 (84,8)	69 (77,5)	192 (82,1)	0,15
Masculino	22 (15,2)	20 (22,5)	42 (17,9)	
Cor				
Amarelo	3 (2,1)	5 (5,6)	8 (3,4)	0,36
Branco	46 (31,7)	33 (37,1)	79 (33,8)	
Preto	21 (14,5)	11 (12,4)	32 (13,7)	
Pardo	75 (51,7)	40 (44,9)	115 (49,1)	
Estado civil				
Casado	5 (3,4)	9 (10,1)	14 (6,0)	0,01
Solteiro	139 (95,9)	76 (85,4)	215 (91,9)	
União estável	1 (0,7)	4 (4,5)	5 (2,1)	
Tem filhos				
Não	142 (97,9)	81 (91,0)	223 (95,3)	0,01
Sim	3 (2,1)	8 (9,0)	11 (4,7)	
Município				
Aparecida de Goiânia	6 (4,1)	2 (2,2)	8 (3,4)	0,56
Bela Vista de Goiás	3 (2,1)	3 (3,4)	6 (2,6)	
Goiânia	96 (66,2)	61 (68,5)	157 (67,1)	
Inhumas	3 (2,1)	0 (0,0)	3 (1,3)	
São Paulo	2 (1,4)	1 (1,1)	3 (1,3)	
Trindade	3 (2,1)	0 (0,0)	3 (1,3)	
Outro	32 (22,1)	22 (24,7)	54 (23,1)	
Estado				
Goiás	131 (90,3)	78 (87,6)	209 (89,3)	0,24
Maranhão	2 (1,4)	2 (2,2)	4 (1,7)	

Pará	2 (1,4)	6 (6,7)	8 (3,4)
São Paulo	2 (1,4)	1 (1,1)	3 (1,3)
Tocantins	2 (1,4)	1 (1,1)	3 (1,3)
Outros	6 (4,1)	1 (1,1)	7 (3,0)

*Qui-quadrado de Pearson; n = frequência absoluta; % = frequência relativa

Os resultados sobre o perfil socioeconômico dos estudantes, de acordo com realização ou não de atividade remunerada, não identificou diferenças significativas em relação à moradia, tipo de imóvel, período do curso e renda familiar. Verificou-se que maioria dos estudantes residiam com os pais e alguns possuíam casa própria quitada. Houve predomínio de alunos matriculados do 1º ao 3º período, com renda familiar D (entre R\$1.576,01 a R\$3.152,00) (60,3%) (Tabela 2).

Quanto ao turno frequentado pelos alunos, observou-se um percentual significativamente menor de trabalhadores do turno matutino (Tabela 2).

Tabela 2 - Caracterização do perfil socioeconômico dos estudantes de acordo com a atividade remunerada

	ATIVIDADE REMUNERADA N		Total	p*
	Não (%)	Sim (%)		
Moradia				
Pais	103 (73,0)	62 (72,9)	165 (73,0)	0,05
Parentes	19 (13,5)	18 (21,2)	37 (16,4)	
República	0 (0,0)	1 (1,2)	1 (0,4)	
Sozinho	19 (13,5)	4 (4,7)	23 (10,2)	
Imóvel				
Aluguel	35 (24,1)	27 (30,3)	62 (26,5)	0,29
Casa própria	110 (75,9)	62 (69,7)	172 (73,5)	
Turno do curso				
Matutino	105 (72,4)	44 (49,4)	149 (63,7)	<0,001
Noturno	40 (27,6)	45 (50,6)	85 (36,3)	
Período				
1º ao 3º	61 (42,1)	34 (38,2)	95 (40,6)	0,69

Os resultados obtidos na comparação dos escores do IAT, Pittsburgh e EPWORTH não mostraram diferenças significativas entre os alunos que realizam ou não atividade remunerada. (Tabela 3).

Tabela 3 - Comparação dos escores do IAT, Pittsburgh e EPWORTH com a atividade remunerada (o autor, 2020).

	Atividade remunerada			<i>p</i>
	Não	Sim	Total	
IAT total	36,42 ± 14,25	34,63 ± 14,45	35,74 ± 14,32	0,35**
Pittsburgh escore	7,65 ± 3,46	8,02 ± 3,25	7,79 ± 3,38	0,42*
EPWORTH escore	11,39 ± 3,42	11,44 ± 4,08	11,41 ± 3,68	0,91**

*Mann-Whitney; **Teste *t* de Student

A comparação dos resultados encontrados no IAT, Pittsburgh e EPWORTH com a atividade remunerada também não apresentou diferença significativa (Tabela 4).

Tabela 4 - Resultado da comparação da atividade remunerada com o IAT, Pittsburgh e EPWORTH (o autor, 2020).

	Atividade remunerada n (%)		Total	<i>p</i> *
	Não	Sim		
IAT				
Normal	18 (12,4)	13 (14,6)	31 (13,2)	0,87
Leve	100 (69,0)	62 (69,7)	162 (69,2)	
Moderado	26 (17,9)	13 (14,6)	39 (16,7)	
Grave	1 (0,7)	1 (1,1)	2 (0,9)	
Pittsburgh				
Distúrbio do sono	28 (19,3)	14 (15,7)	42 (17,9)	0,33
Ruim	91 (62,8)	64 (71,9)	155 (66,2)	
Boa	26 (17,9)	11 (12,4)	37 (15,8)	
EPWORTH				
Ausência de sonolência	42 (29,0)	30 (33,7)	72 (33,7)	0,78
Sonolência leve	83 (57,2)	45 (50,6)	128 (54,7)	
Sonolência moderada	19 (13,1)	13 (14,6)	32 (13,7)	

Sonolência severa	1 (0,7)	1 (1,1)	2 (0,9)
-------------------	---------	---------	---------

*Teste do Qui-quadrado; n, frequência absoluta; %, frequência relativa

Em relação à caracterização do perfil demográfico dos participantes do estudo, observou-se uma prevalência de estudantes do sexo feminino (82,1%), auto declarados pardos (49,1%), procedentes de Goiânia (67,1%) e de Goiás (89,3%). Tais variáveis não apresentaram diferenças significativas entre os grupos de alunos que exercem ou não atividades remuneradas, diferente dos resultados de Silva (2015), que estudou 403 estudantes de Enfermagem de Viseu, Portugal, onde os estudantes trabalhadores eram em sua maioria homens, sendo que a diferença encontrada entre o gênero e o fato dos participantes terem atividade remunerada foi estatisticamente significativa ($p=0.011$).

Observou-se diferenças significativas nas análises do estado civil e da idade, onde estudantes casados ou em união estável e mais velhos apresentaram percentual maior na realização de atividades remuneradas, com $p=0,01$ e $p=0,02$, respectivamente. Ter ou não filhos também apresentou diferença significativa no grupo avaliado, com percentual maior de alunos trabalhadores com filhos ($p=0,01$). De acordo com Nagai (2009), a faixa etária (jovens adultos), situação conjugal (solteiros) e ausência de filhos são fatores que remetem a uma maior liberdade e menor responsabilidade. Destes, o trabalho pode ser considerado um dos fatores que contribuem com aumento da responsabilidade, o que poderia justificar o maior percentual de alunos trabalhadores com filhos na presente pesquisa.

Quanto ao perfil socioeconômico, observou-se uma prevalência de estudantes que moram com os pais (73%), em casa própria (73,5%), e com renda mensal familiar classificada como D (60,3%), sendo que tais variáveis não apresentaram diferenças significativas entre estudantes trabalhadores e não trabalhadores, assim como observou-se na análise das fases do curso que se encontravam (início, intermediário, final). De certa forma podemos observar que os jovens ainda não têm sua total independência por isso que ainda residem com os pais.

Em relação ao turno do curso, matutino ou noturno, observou-se uma diferença significativa ($p<0,001$), com maior percentual de alunos não trabalhadores estudando no período da manhã. De acordo com Vargas, Paula (2013), a condição de trabalho impõe limites ao turno em que o aluno pode estudar. Para as autoras, trabalhando 40 horas, o turno da noite será a opção natural do estudante, enquanto trabalhando mais de 20 e menos de 40 horas, a maior chance é de estas acompanharem o horário comercial, restando ao aluno o turno da noite como opção.

Na presente pesquisa, observou-se um maior percentual de alunos com leve dependência de internet (69,2%), porém sem diferença significativa entre os alunos que trabalham ou não, assim como ocorreu na análise dos escores absolutos do IAT. Não foram encontradas na literatura referências para discussão dessas variáveis. Apesar dos alunos não trabalharem ter mais tempo para ter acesso a internet apresentou uma leve dependência comparada com os que trabalham e teriam menos tempo para acessar a internet de certa forma demonstra que não está em uma dependência grave para ter internet.

Em relação aos demais parâmetros avaliados, observou-se uma prevalência de qualidade de sono ruim (66,2%) e sonolência diurna leve (54,7%) na amostra estudada, também sem diferença significativa entre os estudantes que exercem ou não atividades remuneradas, assim como observado na análise dos escores totais do Pittsburgh e EPWORTH.

Os resultados encontrados por Mendes et al. (2019) em um estudo realizado em Portugal, com uma amostra de 257 alunos distribuídos por sete instituições de ensino superior, observou diferenças estatisticamente significativas na variável “tipo de Estudante” (trabalhador e não trabalhador) na Qualidade Subjetiva ($p < 0,05$) com o Teste de Desempenho Escolar (TDE) considerado pequeno; e diferenças estatisticamente significativas pela mesma variável (tipo de estudante) na duração do ($p < 0,01$) com um TDE considerado não significativo. Estes resultados demonstram que os trabalhadores-estudantes apresentarem uma Qualidade do sono e Duração do sono menor do que os participantes que apenas têm como ocupação principal estudar, resultados que divergem dos encontrados na presente pesquisa.

Dessa forma, nota-se que a partir dos dados e das discussões acima o trabalho ou estudo não influencia na qualidade do sono. De acordo com Mendes et al. (2019), a qualidade do sono pode ser influenciada pelo tipo de trabalho e a dedicação horária ao mesmo, tal como acontece com o tipo de atividade que os estudantes universitários precisam de despender diariamente estando estes sujeitos a horários irregulares de aulas e provas acadêmicas que podem afetar o padrão do ciclo de sono-vigília o que desrespeita os mecanismos envolvidos na qualidade do sono, podendo resultar em prejuízos à saúde física e mental das pessoas.

De acordo com Benavente et al. (2014), exercer atividade de trabalho concomitantemente ao curso de graduação exige que o discente atenda, além das demandas acadêmicas, as exigências e horários de trabalho, o que pode levar à sobrecarga e repercutir na qualidade e duração do sono do aluno. Quanto a isso, em uma investigação com 30 estudantes de enfermagem de São Paulo que trabalhavam no período noturno, foi verificada a presença de sonolência diurna excessiva nos alunos. Os autores concluíram que o trabalhador noturno, que

sofre privação do sono, tem um acréscimo das horas de vigília devido ao estudo. Isso ocasiona níveis mais elevados de sonolência, o que pode prejudicar seu desempenho escolar e laboral.

De acordo com Ferreira et al. (2011), estudos têm demonstrado que o trabalho em turnos, e noturno comumente provoca sonolência, fadiga e distúrbios do humor, e pode ainda desencadear ou agravar problemas cardiovasculares e intestinais, sendo estes responsáveis pelo declínio na produtividade e fatores de risco para ocorrência de erros e acidentes de trabalho; para o estudante pode provocar um declínio no aprendizado.

Através dos estudos explorados observou-se que a má qualidade do sono e sonolência diurna é um problema de saúde mundial. Com a inserção de tecnologia tem contribuído para alterações nas rotinas, fazendo que não durma direito ou se alimente corretamente ou até mesmo pratique uma atividade física, Como cidadãos inseridos socialmente, é um direito de todos a implementação de estratégias e assimilações de ações de educação sobre o tema a influência da atividade remunerada no uso da internet, qualidade do sono e sonolência diurna em universitários. Silva (2015).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que na amostra estudada a realização de atividade remunerada não influenciou no uso de internet, na qualidade do sono e na presença de sonolência diurna.

Observou-se que a média de idade dos discentes que exercem atividade remunerada foi significativamente maior quando comparada com a dos que não trabalham, e que os alunos que exercem atividade remunerada são os que estudam a noite, são casados ou estão em união estável, e que têm filhos.

Recomenda-se que sejam desenvolvidos a realização de novos estudos que envolvam esta temática para que possa somar com outros trabalhos científicos e fortalecer os conhecimentos adquiridos sobre o assunto, este que se encontra tão importante principalmente quando se trata do público de universitário.

REFERÊNCIAS

BENAVENTE, A. B. T. et al. Influência de fatores de estresse e características sociodemográficas na qualidade do sono de estudantes de enfermagem. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**. v. 48, n.03, p. 514-520, 2014.

BITTENCOURT, L. R. et al. Sonolência excessiva. **Revista Brasileira de Psiquiatria**. v.27, n.1, p.16-21, 2005.

BUYSSE, DJ. et al. **The Pittsburgh Sleep Quality Index: a new instrument for psychiatric practice and research**. Disponível em:<<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/2748771/>>. Acesso em 15 de novembro de 2020.

CARDOSO, H. C. et al. Avaliação da qualidade do sono em estudantes de Medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**. v. 33, n. 3, p. 349-355, 2009.

COTIN, M. A. et al. Avaliação da equivalência semântica e consistência interna de uma versão em português do Internet Addiction Test (IAT). **Revista de Psiquiatria Clínica**. v. 39, n. 03. p.106-10, 2012.

FERREIRA, L. R. C.; MARTINO, M. M. F. Padrão de sono e sonolência do trabalhador estudante de enfermagem. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**. v. 46, n.05, p. 1178-1183, 2012.

FISCHER, F. M. et al. Efeitos do trabalho sobre a saúde de adolescentes. **Ciência e Saúde Coletiva**. v. 08, n. 04, p. 973-984, 2003.

MENDES, J. et al. Qualidade do sono e sonolência em estudantes do ensino superior. **Revista Portuguesa de Investigação Comportamental e Social**. v. 05, n. 2, p. 38-48.

NAGAI, R. **O trabalho de jovens universitários e repercussões no sono e na sonolência: trabalhar e estudar afeta diferentemente homens e mulheres?**. 2009. Tese (Doutorado em Saúde Pública) – Faculdade de Saúde Pública, Universidade de São Paulo, São Paulo.

OLIVEIRA, D. C. Representações sociais do trabalho: uma análise comparativa entre jovens trabalhadores e não trabalhadores. **Ciência e Saúde Coletiva**, v. 15, n. 03, p. 763-773, 2010.

SILVA, F. M. **Determinantes da Qualidade do Sono em Estudantes de Enfermagem**. 2015. Dissertação (Mestrado em Enfermagem Comunitária) - Escola Superior de Saúde de Viseu, Instituto Politécnico de Viseu, Viseu, Portugal.

VARGAS, H. M.; PAULA, M. F. C. A inclusão do estudante-trabalhador e do trabalhador-estudante na educação superior: desafio público a ser enfrentado. **Avaliação**. v. 18, n.02, p.459-485, 2013.

WOLNICZAK, I. et al. **Association between Facebook Dependence and Poor Sleep Quality: A Study in a Sample of Undergraduate Students in Peru**. Disponível em:<<https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0059087#:~:text=A%20total%20of%20418%20students,%3A%2050.2%25%E2%80%93359.8%25>>. Acesso em 01 de novembro de 2020.

YOUNG, K. S.; ABREU, C. N. **Dependência de Internet: manual e guia de avaliação e tratamento**. Disponível em:<<https://www.dependenciadeinternet.com.br/nabucocap08.pdf>>. Acesso em 01 de novembro de 2020.

ANEXOS

ANEXO A

QUESTIONÁRIO INTERNET ADDICTION TEST (IAT)

1. Com que frequência você acha que passa mais tempo na internet do que pretendia?

Raramente Às vezes Frequentemente Geralmente Sempre Não se aplica

2. Com que frequência você abandona as tarefas domésticas para passar mais tempo na internet?

Raramente Às vezes Frequentemente Geralmente Sempre Não se aplica

3. Com que frequência você prefere a emoção da internet à intimidade com seu/sua parceiro(a)?

Raramente Às vezes Frequentemente Geralmente Sempre Não se aplica

4. Com que frequência você cria relacionamentos com novo(a)s amigo(a)s da internet?

Raramente Às vezes Frequentemente Geralmente Sempre Não se aplica

5. Com que frequência outras pessoas em sua vida se queixam sobre a quantidade de tempo que você passa na internet?

Raramente Às vezes Frequentemente Geralmente Sempre

Não se aplica

6. Com que frequência suas notas ou tarefas da escola pioram por causa da quantidade de tempo que você fica na internet?

Raramente Às vezes Frequentemente Geralmente Sempre

Não se aplica

7. Com que frequência você acessa seu e-mail antes de qualquer outra coisa que precise fazer?

Raramente Às vezes Frequentemente Geralmente Sempre

Não se aplica

8. Com que frequência piora o seu desempenho ou produtividade no trabalho por causa da internet?

Raramente Às vezes Frequentemente Geralmente Sempre
 Não se aplica

9. Com que frequência você fica na defensiva ou guarda segredo quando alguém lhe pergunta o que você faz na internet?

Raramente Às vezes Frequentemente Geralmente Sempre
 Não se aplica

10. Com que frequência você bloqueia pensamentos perturbadores sobre sua vida pensando em se conectar para acalmar-se?

Raramente Às vezes Frequentemente Geralmente Sempre
 Não se aplica

11. Com que frequência você se pega pensando em quando vai entrar na internet novamente?

Raramente Às vezes Frequentemente Geralmente Sempre
 Não se aplica

12. Com que frequência você teme que a vida sem a internet seria chata, vazia e sem graça?

Raramente Às vezes Frequentemente Geralmente Sempre
 Não se aplica

13. Com que frequência você explode, grita ou se irrita se alguém o(a) incomoda enquanto está na internet?

Raramente Às vezes Frequentemente Geralmente Sempre
 Não se aplica

14. Com que frequência você dorme pouco por ficar conectado(a) até tarde da noite?

Raramente Às vezes Frequentemente Geralmente Sempre
 Não se aplica

15. Com que frequência você se sente preocupado (a) com a internet quando está desconectado (a) imaginando que poderia estar conectado (a)?

Raramente Às vezes Frequentemente Geralmente Sempre

Não se aplica

16. Com que frequência você se pega dizendo “só mais alguns minutos” quando está conectado(a)?

Raramente Às vezes Frequentemente Geralmente Sempre

Não se aplica

17. Com que frequência você tenta diminuir o tempo que fica na internet e não consegue?

Raramente Às vezes Frequentemente Geralmente Sempre

Não se aplica

18. Com que frequência você tenta esconder a quantidade de tempo em que está na internet?

Raramente Às vezes Frequentemente Geralmente Sempre

Não se aplica

19. Com que frequência você opta por passar mais tempo na internet em vez de sair com outras pessoas?

Raramente Às vezes Frequentemente Geralmente Sempre

Não se aplica

20. Com que frequência você se sente deprimido(a), mal-humorado(a) ou nervoso(a) quando desconectado(a) e esse sentimento vai embora assim que volta a se conectar à internet?

Raramente Às vezes Frequentemente Geralmente Sempre

Não se aplica

ANEXO B

ÍNDICE DE QUALIDADE DE SONO DE PITTSBURG < INSTRUÇÕES PARA PONTUAÇÃO >

Componente 1: Qualidade subjetiva do sono: examine a questão 6 e atribua a pontuação da seguinte maneira:

Resposta	Escore
Muito boa	0
Boa	1
Ruim	2
Muito ruim	3

Pontuação do componente 1

Componente 2: Latência do sono:

1. Examine a questão dois e atribua à pontuação de a seguinte maneira:

Resposta	Escore
< ou = 15 minutos	0
16 a 30 minutos	1
31 a 60 minutos	2
> 60 minutos	3

2. Examine a questão 5a e atribua a pontuação da seguinte maneira:

Resposta	Escore
Nenhuma vez	0
Menos de 1 vez/semana	1
1a 2 vezes/semana	2
2 a 3 vezes/semana	3

3. Some a pontuação da questão 2 e 5a

4. Atribua a pontuação do componente 2 da seguinte maneira:

Soma	Escore
0	0

1 a 2	1
3 a 4	2
5 a 6	3

Pontuação do componente 2

Componente 3: Duração do sono:

1. Examine questão 4 e atribua a pontuação da seguinte maneira:

Resposta	Escore
> 7 horas	0
6 a 7 horas	1
5 a 6 horas	2
< 5 horas	3

Pontuação do componente 3

Componente 4: Eficiência habitual do sono:

1. Examine a questão 2 e atribua a pontuação da seguinte maneira: escreva o número de horas dormidas (questão 4)

2. Calcule o número de horas no leito:

{Horário de levantar (questão 3) – horário de deitar (questão 1)}. Calcule a eficiência do sono:

{No de horas dormidas/no de horas no leito} x 100 = eficiência do sono (%). Atribua a pontuação do componente 4 da seguinte maneira:

Eficiência do sono (%)	Escore
> 85%	0
75 a 84%	1
65 a 74%	2
<65%	3

Pontuação do componente 4

Componente 5: Distúrbios do sono:

1. Examine as questões de 5b a 5j e atribua à pontuação:

Resposta	Escore
Nenhuma vez	0
Menos de 1 vez/sem	1
1 a 2 vezes/semana	2
3 vezes/sem ou mais	3

2. Some a pontuação de 5b a 5j:

2. Atribua a pontuação do componente 5 da seguinte forma:

Soma de 5b a 5j	Escore
0	0
1 a 9	1
10 a 18	2
19 a 27	3

Pontuação do componente 5

Componente 6: Uso de medicação para dormir:

1. Examine a questão 7 e atribua a pontuação da seguinte maneira:

Resposta	Escore
Nenhuma vez	0
Menos de 1 vez/sem	1
1 a 2 vezes/semana	2
3 vezes/sem ou mais	3

Pontuação do componente 6

Componente 7: Disfunção durante o dia:

1. Examine a questão 8 e atribua a pontuação da seguinte maneira:

Resposta	Escore
Nenhuma vez	0
Menos de 1 vez/sem	1
1 a 2 vezes/semana	2
3 vezes/sem ou mais	3

3. Examine a questão 9 e atribua a pontuação da seguinte maneira:

Resposta	Escore
Nenhuma	0
Pequena	1
Moderada	2
Muita	3

3. Some a pontuação das questões 8 e 9

4. Atribua a pontuação do componente 7 da seguinte maneira:

Soma	Escore
0	0
1 a 2	1
3 a 4	2
5 a 7	3

Pontuação do componente 7

Os escores dos sete componentes são somados para conferir uma pontuação global do PSQI, a qual varia de 0 a 21.

Pontuação	Qualidade do sono
0 a 4	Boa
5 a 10	Ruim
> 10	Presença de distúrbio do sono

ANEXO C

Escala de Sonolência de Epworth

Este questionário refere-se ao seu modo de vida habitual nos últimos tempos. Mesmo que não tenha feito algumas destas coisas ultimamente, tente imaginar como é que elas o/a afectariam. Use a escala que se segue para escolher o número mais aproveitado para cada situação:

0 = **nenhuma** probabilidade de dormir

1 = **ligeira** probabilidade de dormir

2 = **moderada** probabilidade de dormir

3 = **forte** probabilidade de dormir

Situação	Probabilidade de dormir
Sentado/a a ler	
A ver televisão	
Sentado/a inativo-o/a num lugar público (por exemplo, sala de espera, cinema ou reunião)	
Como passageiro num carro durante uma hora, sem paragem	
Deitado/a a descansar á tarde quando as circunstancias o permitem	
Sentado/a a conversar com alguém	
Sentado/a calmamente depois de um almoço sem ter bebida álcool	
Ao volante, parado/a no transito durante uns minutos	

APÊNDICES

APÊNDICE A

Questionário de Dados Sociodemográficos

Nome: _____

Sexo: () Masculino () Feminino

Idade: _____

Cor/etnia:

() Branco(a). () Pardo(a) () Negro(a). () Amarelo(a). () Indígena

Estado Civil: _____

Procedência (cidade e estado): _____

Turno do Curso:

() Matutino () Noturno Período do curso: _____

Você desenvolve alguma atividade remunerada? [] Sim. [] Não.

Qual o vínculo?

[] Estágio. [] Emprego fixo particular.

[] Emprego autônomo. [] Emprego fixo federal/estadual/municipal.

Qual sua renda mensal familiar?

CLASSE	SALÁRIOS MÍNIMOS (SM)	RENDA FAMILIAR (R\$)
() A	Acima 20 SM	R\$ 15.760,01 ou mais
() B	10 a 20 SM	De R\$ 7.880,01 a R\$ 15.760,00
() C	4 a 10 SM	De R\$ 3.152,01 a R\$ 7.880,00
() D	2 a 4 SM	De R\$ 1.576,01 a R\$ 3.152,00

APÊNDICE B

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidado (a) para participar, como voluntário (a), do Projeto de Pesquisa sob o título: Influência da atividade remunerada no uso da internet, qualidade do sono e sonolência diurna em universitários. nome Gecimária da Silva Santos , graduando em Fisioterapia pela Pontifícia Universidade Católica de Goiás. Após receber os esclarecimentos e as informações a seguir, no caso de aceitar fazer parte do estudo, este documento deverá ser assinado em duas vias e em todas as páginas, sendo a primeira via de guarda e confidencialidade da equipe de pesquisa e a segunda via ficará sob sua responsabilidade para quaisquer fins. Em caso de recusa, você não será penalizado (a) de forma alguma.

Em caso de dúvida sobre a pesquisa, você poderá entrar em contato com o a pesquisadora Gecimária da Silva Santos, no telefone (62) 999255141 ou através do e-mail gecimaira1234@gmail.com com a orientadora da pesquisa Professora Valéria Rodrigues Costa de Oliveira, no telefone (62) 98113-1595, ou através do e-mail vrco@terra.com.br.

Em caso de dúvida sobre a ética aplicada a pesquisa, você poderá entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Pontifícia Universidade Católica de Goiás, localizado na Avenida Universitária, N° 1069, Setor Universitário, Goiânia – Goiás, telefone: (62) 3946-1512, funcionamento: 8h as 12h e 13h as 17h de segunda a sexta-feira. O Comitê de Ética em Pesquisa é uma instância vinculada à Comissão Nacional de Ética em Pesquisa (CONEP) que por sua vez é subordinado ao Ministério da Saúde (MS). O CEP é responsável por realizar a análise ética de projetos de pesquisa, sendo aprovado aquele que segue os princípios estabelecidos pelas resoluções, normativas e complementares.

A pesquisa será realizada através de aplicação de um formulário e três questionários, durante a qual você deverá responder questões sobre seus dados pessoais, características demográficas, qualidade de sono e sonolência e grau de dependência de internet, totalizando 50 questões fechadas, além de, após o esclarecimento, preencher o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Por isso o local de esclarecimento, assim como o local da aplicação dos questionários, será nas dependências da PUC Goiás, Campus I, Área IV, no horário o turno do curso, de acordo com a disponibilidade e concordância do docente em ceder parte do horário da aula.

A pesquisa irá contribuir para fomentar discussões sobre o tema, que trata de um comportamento contemporâneo, que influencia diretamente o desempenho acadêmico e interfere na formação de futuros profissionais da saúde. Sendo assim, pretende-se oferecer às entidades formadoras dadas científicas que poderão contribuir para o aprimoramento dos recursos pedagógicos que vêm sendo oferecidos aos alunos.

A pesquisa tem por objetivos caracterizar o perfil sociodemográfico dos estudantes, caracterizar a percepção do aluno sobre a dependência da internet, identificar o índice de dependência de Internet (IAT), analisar a relação entre os níveis da qualidade do sono e a sonolência diurna de universitários de turnos distintos (manhã e noite) e avaliar a associação entre o uso de internet, qualidade do sono e a sonolência diurna em estudantes de Fisioterapia.

Participarão do estudo os acadêmicos do Curso de Fisioterapia da Pontifícia Universidade Católica de Goiás, regularmente matriculados no ano de 2019, com idade superior ou igual a 18 anos, de ambos os sexos, que utilizam a internet e que aceitem participar e assinar este termo.

A coleta de dados será realizada na Pontifícia Universidade Católica de Goiás – PUC Goiás pelos pesquisadores participantes e supervisionado pela pesquisadora responsável, nas respectivas salas da universidade, mediante autorização dos professores responsáveis. Todas as informações referentes à pesquisa serão fornecidas aos acadêmicos.

Nos, Gecimária da Silva Santos e Vália Rodrigues Costa de Oliveira, pesquisadores participantes aplicaremos os questionários e forneceremos todas as informações referentes à pesquisa. Nós poderemos reler algumas questões, caso tenham gerado dúvidas, e você deverá se sentir à vontade para responder as que se sentir confortável.

A aplicação será realizada em um único encontro. O tempo médio previsto é de aproximadamente 20 minutos. No entanto, você ficará à vontade para responder as perguntas no tempo que julgar necessário.

Este estudo envolve os seguintes riscos: você poderá sentir desconforto psicológico ou emocional durante a entrevista, em decorrência das perguntas presentes, e corre o risco de perder o sigilo das informações confidenciais nesta pesquisa. Para minimizar os referidos riscos as seguintes providências serão tomadas: faremos os esclarecimentos de suas dúvidas e prestaremos o suporte necessário caso manifeste desconforto; a entrevista será realizada em local adequado e confortável; após a transcrição das entrevistas, os seus dados serão codificados, mantidos em sigilo e guardados em local seguro, sob os cuidados dos pesquisadores responsáveis. Você receberá assistência integral e gratuita por danos diretos ou indiretos, imediatos ou tardios, decorrentes da sua participação da pesquisa.

A sua participação neste estudo resultará em benefícios diretos e indiretos. Como benefício direto, buscaremos realizar uma devolutiva sobre os achados na pesquisa por meio de uma roda de conversa a ser mediada pela professora Gabriella Assunção Alvarenga, coordenadora da presente pesquisa. Além disso, os dados coletados serão enviados aos gestores da instituição, possibilitando a realização de orientações, discussões e desenvolvimento de ferramentas que possam contribuir para o bom aproveitamento do referido recurso.

Ao final da pesquisa, previsto para dezembro de 2020, os resultados estarão sob a guarda da professora Valéria Rodrigues Costa de Oliveira e à sua disposição para que tenha acesso aos conhecimentos gerados.

NORMAS PARA SUBMISSÃO

Diretrizes para Autores

FINALIDADE

A Revista Científica “RIES”, do Grupo Interdisciplinar de Estudos em Saúde (GIES) da Universidade Alto Vale do Rio do Peixe (UNIARP) tem por objetivo publicar Artigos Científicos originais, de Revisão, Comunicações e Resenhas das áreas de saúde e afins.

As linhas de pesquisa do GIES, que mantém a Revista Científica RIES, são:

- 1 - Investigação de compostos com atividade biológica;
- 2 - Promoção, prevenção e reabilitação em saúde;
- 3 - Gestão de serviços de saúde.
- 4 - Epidemiologia
- 5 - Saúde e qualidade de vida relacionado ao trabalho

PROCEDIMENTOS PARA ENCAMINHAMENTO E ACEITE PARA PUBLICAÇÃO

O procedimento para encaminhamento e aceite de artigos para publicação na RIES é o seguinte:

Fase 1: Submissão do artigo através da página eletrônica da revista

(<http://www.periodicosuniarp.com.br/ries>). A revista também pode ser acessada a partir de <http://www.periodicosuniarp.com.br>.

Fase 2: Escolha dos artigos segundo critérios de relevância e adequação às diretrizes editoriais. A escolha é efetuada pelo Conselho Editorial da RIES subsidiada por uma equipe de consultores Ad Hoc.

Fase 3: Parecer emitido pelo Conselho Editorial da RIES, com auxílio de colaboradores “ad-hoc” especialistas e/ou mestres e/ou doutores. Os artigos terão um dos seguintes pareceres:

- aceitação na integra;
- aceitação com ajustes;
- recusa integral.

O autor, que encaminhou o artigo, receberá cópia por e-mail do parecer.

Fase 4 – Publicação dos artigos selecionados na RIES.

AUTORIZAÇÃO PARA PUBLICAÇÃO

Será considerado autorizado o artigo enviado pelo(os) autor(es) que aceitar as normas de publicação da revista explicitadas ao longo do processo de submissão.

Trabalhos que contiverem partes de texto de outras publicações devem obedecer aos limites especificados para manter a originalidade do trabalho elaborado.

Antes de submeter o artigo para publicação, verifique se o mesmo atende às exigências para a publicação na RIES.

RESPONSABILIDADE PELAS IDEIAS E CONCEITOS

As ideias e conceitos constantes nos artigos são de responsabilidade exclusiva do(s) autor(es).

NORMAS GERAIS DE APRESENTAÇÃO

RIES aceita trabalhos nos seguintes idiomas: português, inglês e espanhol.

Todos os trabalhos apresentados à RIES devem seguir as seguintes normas gerais de apresentação:

- Margens superior e esquerda de 3 cm e direita e inferior de 2 cm;
- Título no idioma do texto e em inglês (caso o texto seja inglês, apresentar título também em português);
- Autor(es), alinhamento à direita, fonte arial 10, espaço simples. Em nota de rodapé devem constar a Nome, Titulação, Instituição de proveniência e Email para correspondência;
- Resumo no idioma do texto (máximo de 250 palavras). Fonte arial 12, espaço simples e justificado;
- Palavras-chave no idioma do texto (entre 3 e 5). Fonte arial 12, com espaço de uma linha antes e uma depois;
- Abstract (máximo de 250 palavras). Caso o idioma do texto seja inglês, fornecer resumo em português. Fonte arial 12, espaço simples e justificado;
- Keywords (entre 3 e 5), caso o idioma do texto seja inglês, fornecer palavras-chave em português. Fonte arial 12, com espaço de uma linha antes e uma depois;
- Títulos são alinhados à esquerda, sem recuo e/ou numeração, fonte arial 12 e caixa alta;
- corpo texto em fonte arial 12, espaçamento 1,5 entre linhas e justificado;

Os **Artigos Científicos originais** devem ter um mínimo de 05 e máximo de 20 páginas e, além do que consta nas normais gerais, conter os seguintes tópicos:

- Introdução;
- Material e Métodos;
- Resultados e discussão;
- Considerações finais;
- Referências.

CITAÇÕES

Citações diretas com menos de 3 (três) linhas são transcritas no corpo de texto entre aspas.

Citações com mais de 3 (três) linhas devem figurar em parágrafo próprio, com fonte arial 10, entre linhas simples, com recuo de 4 cm da margem esquerda e espaços duplos em relação aos

parágrafos anterior e posterior. Para todas as citações diretas deve-se mencionar autor, ano e página de onde foram extraídas conforme exemplos a seguir.

RIES adota o padrão autor/data para a elaboração de citações conforme exemplos abaixo:

Citações indiretas

Ex. 1: Conforme Silva (2013), a saúde...

Ex. 2: A saúde merece ... (SILVA, 2013).

Citações diretas

Ex. 1: Conforme Silva (2013, p. 999), “a saúde [...]”.

Ex. 2: “A saúde merece [...]” (SILVA, 2013, p. 999).

Citação de citação

Ex. 1: Conforme Silva apud Silva (2013), a saúde...

Ex. 2: A saúde merece ... (SILVA apud SILVA, 2013).

Ex. 3: Conforme Silva (apud SILVA, 2013, p. 999), “a saúde [...]”.

Ex. 4: “A saúde merece [...]” (SILVA apud SILVA, 2013, p. 999).

REFERÊNCIAS

RIES adota o modelo ABNT para a elaboração de referências conforme exemplos abaixo:

EXEMPLOS DAS REFERÊNCIAS MAIS COMUNS EM TRABALHOS

ACADÊMICOS

A regra geral é: SOBRENOME, Prenome. **Título** [negrito]: subtítulo. Edição. Local: Editora, ano.

Monografia no Todo

Ex.:

CURY, Augusto Jorge. **Pais brilhantes, professores fascinantes**. 6. ed. Rio de Janeiro: Sextante, 2003.

Outra obra do(s) mesmo(s) autor(es)

Ex.:

CURY, Augusto Jorge. **Nunca desista de seus sonhos**. 7. ed. Rio de Janeiro: Sextante, 2004.
_____. **Dez leis para ser feliz**. São Paulo: Sextante, 2003.

De 1 a 3 Autores: Referencia-se todos, separados por ponto e vírgula.

Ex.:

DAMIÃO, Regina Toledo; HENRIQUES, Antonio. **Curso de português jurídico**. 10. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

Se há mais de 3 autores, menciona-se o primeiro seguidos da expressão latina et al. (e outros).

Ex.:

ANDRADE, Carlos Drummond de. et al. **Cinco estrelas**. Rio de Janeiro: Ed. Objetiva, 2001.

Coordenador, Organizador, Compilador e Editor

Ex.:

AZEREDO, José Carlos de (coord.). **Escrevendo pela nova ortografia**: como usar as regras do novo acordo ortográfico da Língua Portuguesa. 3. ed. São Paulo: Ed. Houaiss, 2009.

MONOGRAFIAS, DISSERTAÇÕES E TESES

A regra geral é: SOBRENOME, Nome do autor. Ponto. **Título da obra** [em destaque]. Ponto. Ano da defesa. Ponto. Número de folhas [uso da abreviatura f.]. Ponto. Tipo do documento [monografia, dissertação, tese] (Mestrado ou Doutorado em [área de interesse]). Traço. Nome da instituição, vírgula, nome da instituição, vírgula, local.

Ex.:

BUBLITZ, Gustavo Gomes. **Contribuições de uma pesquisa de avaliação para o desenvolvimento de uma política de informatização de escolas públicas**: O caso do PROINFO/SC. 2003. 136 f. Dissertação (Mestrado em Administração - área de Gestão Estratégica das Organizações) - Curso de Mestrado em Administração. UDESC, Universidade do Estado de Santa Catarina, Florianópolis.

DICIONÁRIOS, MANUAIS E ENCICLOPÉDIAS

Dicionário

Ex.:

HOUAISS, Antônio (Ed.). **Novo dicionário Folha Webster's**: Inglês/português, português/inglês. Co-editor Ismael Cardim. São Paulo: Folha da Manhã, 1996. Edição exclusiva para o assinante da Folha de São Paulo.

Manual

Ex.:

SÃO PAULO (Estado). Secretaria de Esportes e Turismo do Estado de São Paulo. Coordenadoria de Turismo. **Turismo no Código de Defesa do Consumidor**: manual de esclarecimentos. São Paulo, 1991.

Enciclopédias

Ex.:

KOOGAN, André; HOUAISS, Antônio (Ed.). **Enciclopédia e dicionário digital 98**. Direção geral de André Koogan Breikman. São Paulo: Delta: Estadão, 1998. 5 CD-ROM.

ENTIDADES COLETIVAS (ÓRGÃOS GOVERNAMENTAIS, EMPRESAS)

Se a entidade coletiva tiver denominação genérica entra-se pelo órgão superior (em maiúscula).

Ex.:

PORTO ALEGRE. Prefeitura Municipal. Secretaria de Educação e Cultura. **Caderno de restauro**: Solar Lopo Gonçalves. Porto Alegre, 1987.

Se a entidade tiver uma denominação específica entra-se diretamente pelo seu nome (em maiúscula).

Ex.:

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS. **NBR 6023**: Informação e documentação: referências – elaboração. Rio de Janeiro, 1989.

MONOGRAFIAS CONSIDERADAS EM PARTES

Quando o autor da parte é o mesmo do todo

Ex.:

SANTOS, Vilmar Pereira dos. **Manual de diagnóstico e reestruturação financeira de empresas**. São Paulo: Atlas, 1999. p. 11-19.

Quando o autor da parte não for autor do todo

RAPPAPORT, Alfred. Selecionando estratégias que criam valor para os acionistas. In: MONTGOMERY, Cynthia; PORTER, Michael. (Org.). **Estratégia**: a busca da vantagem competitiva. Rio de Janeiro: Campus, 1998. Cap. 9, p. 395-418.

TRABALHOS APRESENTADOS EM EVENTOS

Ex.:

CONGRESSO BRASILEIRO DE ASSISTENTES SOCIAIS, 9., 1998, Goiânia. **Anais...** Goiânia: ABESS, 1998.

SONNENBURG, Cláudio. Um modelo de fluxo de dados e respectiva arquitetura. In: SIMPÓSIO BRASILEIRO DE ARQUITETURA DE COMPUTADORES, 7, 1995, Canela. **Anais...** Porto Alegre: Instituto de Informática da UFRGS, 1995. p. 41-60.

MONOGRAFIA NO TODO SEM AUTORIA

Tem sua entrada pelo título com a primeira palavra em maiúscula.

Ex.:

DIAGNÓSTICO do setor editorial brasileiro. São Paulo: Câmara Brasileira do Livro, 1993. 64 p.

ATAS DE REUNIÃO

Ex.:

INSTITUTO DE PÓS-GRADUAÇÃO. Biblioteca, Curitiba. **Ata n. 7 da reunião de 5 de abr. de 1999**. Livro 1, p. 5-8.

PUBLICAÇÃO PERIÓDICA (revistas científicas)

Publicação periódica como um todo (coleção)

Ex.:

REVISTA BRASILEIRA DE GEOGRAFIA. Rio de Janeiro: IBGE, 1939-.

BOLETIM GEOGRÁFICO. Rio de Janeiro: IBGE, 1943-1978. Trimestral.

SÃO PAULO MEDICAL JOURNAL. São Paulo: Associação Paulista de Medicina, 1941-
Bimensal. ISSN 0035-0362.

Publicação periódica em partes (artigos publicados em revistas científicas)

Ex.:

WERNKE, Rodney. Contabilidade para a nova economia. **Revista Brasileira de Contabilidade**, Brasília, v. 40, n. 131, p. 31-43, bimestral, set./out. 2001.

Artigos e matérias de jornais

Ex.:

NAVES, P. Lagos Andinos dão banho de beleza. **Folha de S. Paulo**, São Paulo, 28 jun. 1999.
Folha Turismo, Caderno 8, p.13.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS DE OUTROS DOCUMENTOS

Entrevistas

SOBRENOME DO ENTREVISTADO, Prenome. **Assunto ou título do programa**. Local do depoimento, entidade onde aconteceu o pronunciamento. Data. Nota indicando o tipo de depoimento e nome do entrevistador.

SUSSENKIND, Arnaldo. **Anteprojeto da nova CLT**. Porto Alegre, Televisão Guaíba. 29 abr.1979. Entrevista a Amir Domingues.

DOCUMENTOS JURÍDICOS

Legislação

SÃO PAULO (Estado). Decreto nº 42.822, de 20 janeiro de1998. **Lex**: coletânea de legislação e jurisprudência, São Paulo, v. 62, n. 3, p. 217-220, 1998.

BRASIL. **Código civil**. 46 ed. São Paulo: Saraiva, 1995.

BRASIL. Constituição (1988). Emenda constitucional nº 9, de 9 de novembro de 1995. **Lex**: legislação federal e marginalia, São Paulo, v. 59, p. 1966, out./dez. 1995.

DOCUMENTOS DE ACESSO EXCLUSIVO EM MEIOS ELETRÔNICOS

Ex.:

ÁCAROS no Estado de São Paulo. In: FUNDAÇÃO TROPICAL DE PESQUISAS E TECNOLOGIA “ANDRÉ” TOSELLO”. **Base de dados Tropical**. 1985. Disponível em: <<http://www.bdt.fat.org.br/acaro/sp/>>. Acesso em: 30 maio 2002.

ALVES, Castro. **Navio negroiro**. Disponível em: <<http://www.bibvirt.futuro.usp.br/acervo/literatura/autores/castroalves/negroiro.html>>. Acesso em: 22 jul. 1999.

ZERO HORA DIGITAL. Diário. Disponível em: <<http://www.zh.com.br/capa/index.htm>>. Acesso em: 22 jul. 1999.

POLÍTICA. In: DICIONÁRIO da língua portuguesa. Lisboa: Priberam Informática, 2004. Disponível em: <<http://www.priberam.pt/dldlpo>>. Acesso em: 8 mar. 2004.

RIBEIRO, Pedro. Adoção à brasileira: uma análise sóciojurídica. **Dataveni@**, São Paulo, ano 3, n. 18, ago. 2005. Disponível em: <<http://www.datavenia.inf.br/frame.artig.html>>. Acesso em: 10 set. 2006.

ARRANJO tributário. **Diário do Nordeste Online**, Fortaleza, 27 fev. 2005. Disponível em: <<http://www.diariodonordeste.com.br>>. Acesso em: 28 fev. 2005.

VIEIRA, Cássio Leite; LOPES, Marcelo. A queda do cometa. **Neo Interativa**, Rio de Janeiro, n. 2, inverno 1994. 1 CD-ROM.

SILVA, M. M. L. Crimes da era digital. **Net**, Rio de Janeiro, Nov. 1998. Seção Ponto de Vista. Disponível em: <<http://www.brazilnet.com.br/contexts/brasilrevistas.htm>>. Acesso em: 28 nov. 1998.

IMPORTANTE!

Maior detalhamento das normas para a elaboração de referências pode ser encontrado na normalização de trabalhos acadêmicos da UNIARP disponível em:

http://extranet.uniarp.edu.br/secretaria/Normalizao/Normalizacao_corrigida_2013_pdf.pdf

Estudos Interdisciplinares em Saúde

Publica artigos com temas na área de saúde e/ou com interface com outras áreas do conhecimento das ciências humanas ou ciências sociais aplicadas.

Resenhas

Publica resumos e resenhas de livros na área da saúde.

Declaração de Direito Autoral

Autores que publicam nesta revista concordam com os seguintes termos:

- a. Autores mantêm os direitos autorais e concedem à revista o direito de primeira publicação, com o trabalho simultaneamente licenciado sob a [Licença Creative Commons Attribution](#) que permite o compartilhamento do trabalho com reconhecimento da autoria e publicação inicial nesta revista.
- b. Autores têm autorização para assumir contratos adicionais separadamente, para distribuição não-exclusiva da versão do trabalho publicada nesta revista (ex.: publicar em repositório institucional ou como capítulo de livro), com reconhecimento de autoria e publicação inicial nesta revista.
- c. Autores têm permissão e são estimulados a publicar e distribuir seu trabalho online (ex.: em repositórios institucionais ou na sua página pessoal) a qualquer ponto antes ou durante o processo editorial, já que isso pode gerar alterações produtivas, bem como aumentar o impacto e a citação do trabalho publicado (Veja [O Efeito do Acesso Livre](#)).