

# HÁBITOS DE VIDA E TRANSTORNO DE ANSIEDADE: UMA ANÁLISE EM UNIVERSITÁRIOS DE MARABÁ-PA

Ciências Humanas, Edição 121 ABR/23 / 14/04/2023

REGISTRO DOI: 10.5281/zenodo.7828033

Hellen Goncalves da Silva<sup>1</sup>

Kessia Castro de Sousa<sup>2</sup>

Cilene Aparecida Souza Melo<sup>3</sup>

## RESUMO

**Introdução:** O estilo de vida universitário é permeado por rotina exaustiva, pouco ou nenhum exercício físico, alimentação desbalanceada, além do uso abusivo de álcool. Nota-se associados sintomas ansiosos devido a mudança da adolescência para a fase adulta com todas suas responsabilidades. **Objetivo:** O intuito dessa pesquisa é compreender a relação da ansiedade com o estilo de vida universitário na cidade de Marabá-PA. **Metodologia:** Trata-se de um estudo descritivo, transversal, quantitativo e de caráter prospectivo com uma amostra (n) de 187 universitários. Os dados utilizados na pesquisa foram coletados por meio de questionário e analisados através dos programas Microsoft Excel® e BioEstat® versão 5.3. **Resultados:** Quanto aos resultados da pesquisa, foi verificado que 74% dos entrevistados se consideram ansiosos. Quanto à alimentação, 55,08% se alimentam com frituras nos intervalos entre aulas. Entre os acadêmicos que declararam terem uma alimentação boa ou ótima, a porcentagem de ansiedade ficou em 73%, já entre os que têm uma alimentação ruim, 85%. Dos entrevistados

que praticam exercícios físicos regulares, 76% se consideram ansiosos e entre os que não praticam, 81%. Por fim, dos participantes que fazem uso rotineiro de álcool, 77% estão ansiosos. **Conclusão:** O estilo de vida universitário é um fator que influencia no desenvolvimento do transtorno ansioso e na cidade de Marabá, esse perfil também se aplica. O consumo de bebida alcoólica rotineira, o sedentarismo e a má alimentação, associados a sintomas de ansiedade podem trazer diversos problemas, como dificuldade de concentração, baixa no rendimento e déficit no comportamento assertivo.

**PALAVRAS – CHAVE:** Ansiedade; Comportamento Sedentário; Hábitos Saudáveis; Comportamento Alimentar; Abuso de Álcool; Atividade Física; Estudantes; Medicina Preventiva; Psiquiatria Preventiva.

## 1 INTRODUÇÃO

De acordo a Associação Americana de Psiquiatria, no Manual Diagnóstico e Estatístico dos Transtornos Mentais (DSM V), os transtornos podem ser definidos como doenças caracterizadas por medo e ansiedade em excesso, além de perturbações comportamentais. O DSM V ainda classifica o medo como “resposta emocional a ameaça iminente real ou percebida” e a ansiedade como uma antecipação de uma possível ameaça futura. A ansiedade também pode ser definida como uma resposta natural em situações de estresse, um estado emocional negativo. Que a depender de sua intensidade e frequência pode acarretar em sintomas físicos e mentais (OLIVEIRA et al, 2020).

A Organização Mundial de Saúde, em seu artigo World Mental Health Report (2022) evidenciou a presença de ansiedade pelo mundo, com mais de 350 milhões de pessoas que sofrem com a doença. E liderando o ranking dos problemas de ansiedade, temos o Brasil, com 18,6 milhões de pessoas com algum transtorno de ansiedade.

Existem diversas estratégias para o controle dos sintomas em pacientes com transtorno de ansiedade. Segundo Julião (2021), a prática de exercícios físicos está relacionada com a regulação de neurotransmissores como o cortisol, norepinefrina, serotonina, GABA, entre outros. Hormônios que estão diretamente

envolvidos na sensação de prazer e bem estar, além do controle da ansiedade, e também podemos citar uma alimentação saudável, a prática de exercícios físicos e a diminuição ou cessação do consumo de bebidas alcoólicas (OLIVEIRA et al, 2020).

Em revisão sistemática, Aucoin et al (2021) observou que sintomas de ansiedade estavam mais relacionados com dietas não-saudáveis, consumo de fast foods, ricos em gorduras saturadas. Porém, nos estudos observacionais onde se utilizavam “dieta saudável, mediterrânea, vegetariana, dietas anti-inflamatórias e aumento da variedade de alimentos” foram associados sintomas ansiosos de menor gravidade.

A problemática se encontra no fato de jovens universitários não praticarem hábitos saudáveis na alimentação, bem como exercem atividades estressantes, o que culmina no consumo de álcool e sedentarismo. O consumo de álcool pelos jovens universitários é amplamente difundido devido a uma série de fatores: a maioridade legal, a saída da casa dos pais, muitas vezes para locais geograficamente distantes, o incentivo por meio de colegas, além de ser um subterfúgio quanto às preocupações do dia a dia acadêmico, sejam os prazos apertados, extensa quantidade de disciplina, entre outros, servindo como uma válvula de escape para estes jovens (MENDONCA et al, 2018).

Apesar os efeitos prazerosos causados pelo uso do álcool e o falso alívio das pressões e preocupações do cotidiano acadêmico, posteriormente, ele agrava os sintomas, já que se trata de uma droga depressora do sistema nervoso central, causando desconforto, levando a piora da ansiedade, além do potencial de se iniciar um quadro depressivo, situação muito comum nesses casos (SILVA et al, 2019).

Portanto, o presente estudo teve como foco, compreender a correlação da ansiedade com o consumo de bebidas alcoólicas, com a prática de atividade física e com a alimentação na rotina extenuante dos acadêmicos da cidade de Marabá. Tendo como público-alvo os universitários, já são um público exposto a grande estresse e tensão, além de uma rotina extenuante, podendo apresentar

sintomas inerentes a tal transtorno psíquico. Através desta pesquisa iremos enfatizar algumas possíveis causas e consequências da ansiedade presente na rotina desses jovens.

## **2 OBJETIVOS**

### **2.1 OBJETIVO GERAL**

- Compreender a relação da ansiedade com o estilo de vida universitário na cidade de Marabá-PA.

### **2.2 OBJETIVO ESPECÍFICOS**

- Verificar a relação da ansiedade e a prática de alimentação saudável
- Relacionar a prática de atividade física no controle da ansiedade
- Identificar a influência do alcoolismo no surgimento e agravamento dos transtornos de ansiedade

## **3 MÉTODO**

Este é um estudo descritivo, transversal, quantitativo e prospectivo sobre a presença de ansiedade relacionada com os hábitos de vida como a prática de exercícios físicos, qualidade da alimentação e o uso frequente de bebidas alcoólicas.

Esta pesquisa fez parte de um projeto chamado “Avaliação dos fatores de risco cardiovasculares em universitários na cidade de Marabá-PA”, submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade do Estado do Pará – Campus VIII – Marabá – PA sob o número de CAAE 10863019.2.0000.8607, respeitando o Código de Nuremberg e a resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde.

O estudo foi realizado com acadêmicos de três faculdades em Marabá-PA com uma população (N) de 2167 acadêmicos, definindo-se uma amostra (n) de 187 alunos para a realização desta pesquisa, através de randomização aleatória entre as instituições, com índice de confiabilidade de 95% e erro amostral de 5%.

Critérios de inclusão: discentes devidamente matriculados, maiores de idade, de ambos os sexos que frequentam adequadamente seus respectivos cursos e que aceitaram participar desse estudo assinando o TCLE. Critérios de exclusão: acadêmicos que não se adequaram aos critérios de inclusão, que preencheram parcialmente o questionário, que estavam suspensos ou em cumprimento de atestados médicos e os que estavam realizando atividades externas como estágios e/ou internatos.

Os dados da pesquisa foram coletados por meio de questionário com 32 variáveis baseadas no questionário do Projeto Corações do Brasil de 2004. Toda a coleta foi realizada em conformidade com as instituições de ensino superior participantes da pesquisa.

A pesquisa foi tabelada, através do programa Microsoft Excel® e analisada pelo programa BioEstat® versão 5.3. Dentro das estatísticas foram verificadas as médias e os desvios-padrão. O nível de significância para os testes que serão empregados é de  $p < 0,05$ .

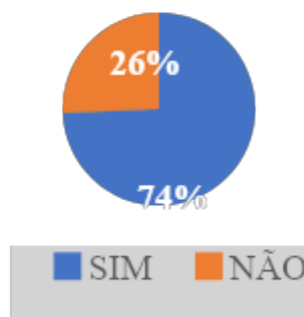
#### 4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A pesquisa foi realizada com uma amostra de 187 universitários por meios de questionários, sendo 45% do sexo masculino e 55% do sexo feminino, com predominância de jovens entre 18 e 26 anos.

**FIGURA 1** – Número de casos de ansiedade entre os universitários

8

## ANSIEDADE

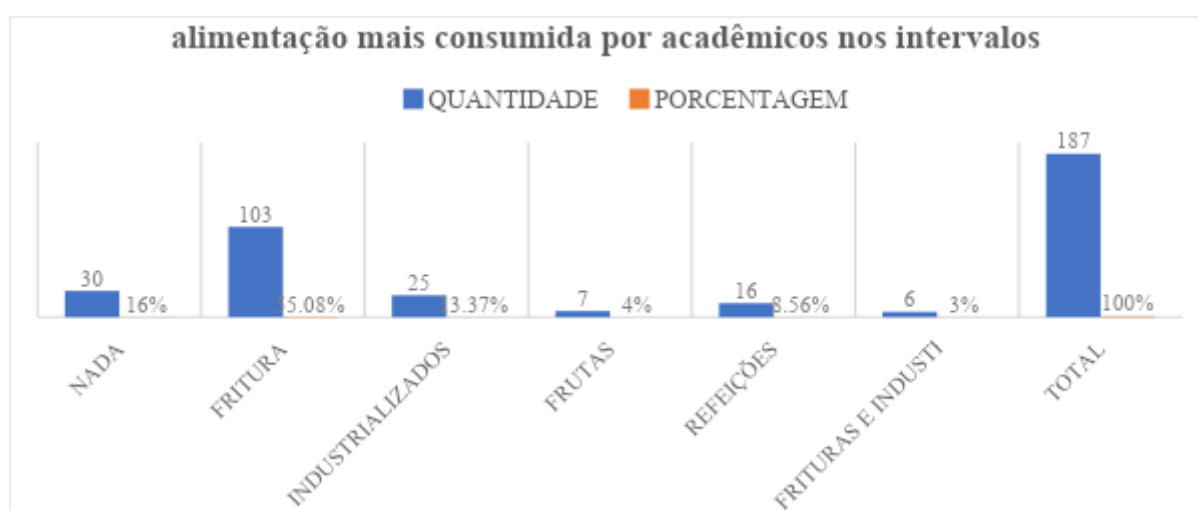


**Fonte:** Acervo da pesquisa

Na Figura 1 é possível observar que 74% dos jovens acadêmicos que participaram da pesquisa se consideram ansiosos, com apenas 25,67% afirmando não sofrer com sintomas dessa doença. Convergindo, assim, com uma pesquisa publicada em 2022 pela Revista Brasileira de Psiquiatria, que trouxe dados sobre os sintomas de ansiedade entre acadêmicos do interior de São Paulo, na qual apenas 18,2% relataram não sofrer com sintomas de ansiedade, apresentando em todo o restante da amostra algum grau dessa doença. Essa alta prevalência entra acadêmico, pode ser justificada pela crescente demanda de obrigações, de pressão psicológica, de cobranças e de privação do sono sofridas nessa fase. Dessa forma, entende-se que esse estilo de vida traz sérias repercussões negativas para a saúde mental desses jovens (SOUZA, 2022)

Segundo a World Health Organization (WHO), no Brasil, a prevalência de transtornos de ansiedade é de 9,3% da população, sendo o país mais ansioso do mundo. Baseado nisso, aumenta-se a preocupação por entender qual a classe da população é mais atingida e qual o estilo de vida que leva os brasileiros a ter esse destaque mundial. Baseado nesse cenário, esse estudo traz uma alerta para os jovens acadêmicos, evidenciando na Figura 1 essa prevalência preocupante de relatando sofrer com ansiedade.

**FIGURA 2** – Alimentos mais consumidos por acadêmicos



**Fonte:** Acervo da pesquisa

A Figura 2 traz uma lista de alimentos mais consumidos pelos jovens nas universidades, tendo um destaque, nesse consumo, para as frituras com 55,08% e

industrializados com 13,37%. Nesse cenário, observa-se uma preferência, entre esses acadêmicos, por alimentos de má qualidade e pouco nutritivos corroborando com a pesquisa publicada pela Revista Ciência e Saúde Coletiva, que expõe o consumo de alimentos como, refrigerantes, doces ou frituras em pelo menos uma vez por semana por 90,9%, 95,4% e 89,6% dos adolescentes brasileiros, respectivamente. Assim, observa-se uma realidade preocupante visto que são alimentos com maior teor de gorduras saturadas, sódio, açúcares, trazendo malefícios à saúde, aumentando o risco de desenvolver doenças cardiovasculares e metabólicas e, conseqüentemente, transtornos de ansiedade, já que tais fatores são inerentes a má alimentação

Nessa fase da vida, observa-se com agravamento dos casos de obesidade, muitos adquirem o hábito de consumir drogas lícitas e ilícitas e, conseqüentemente, o desenvolvimento ou piora de problemas emocionais como os casos de ansiedade. Nesse cenário, o acadêmico se apresenta mais vulnerável já que muitos fatores interferem no seu dia a dia, com a rotina extenuante, o distanciamento da família e a falta de alimentos saudáveis disponíveis nas lanchonetes universitárias. Tal realidade colabora veementemente para os maus hábitos alimentares dos acadêmicos do estudo em questão.

A realidade supracitada traz preocupações válidas, já que nesse período o jovem necessita de um bom suporte nutricional, pois a rotina exige muito da sua capacidade física e mental. Além disso, muitos desses jovens ainda estão saindo da adolescência, fase de grande demanda energética e consolidação de hábitos de vida (SANTOS, et al,2020).

**TABELA 1** – Relação entre a alimentação e a ansiedade

<b>ALIMENTAÇÃO BOA OU ÓTIMA</b>	<b>Fa</b>	<b>Fr</b>
ANSIOSOS	49	73%
NÃO ANSIOSOS	18	26.87%
TOTAL	67	100.00%
<b>ALIMENTAÇÃO RUIM</b>	<b>Fa</b>	<b>Fr</b>
ANSIOSOS	46	85%
NÃO ANSIOSOS	8	14.81%
TOTAL	54	100.00%

**Fonte:** Acervo da pesquisa

Os dados referentes à Tabela 1 trazem a relação da alimentação boa e ruim com os casos de ansiedade entre os acadêmicos. Podendo ser observado, entre os jovens que afirmaram ter uma boa alimentação, que os casos de ansiedade se destacaram em 73% e de não ansiosos 26,87%. Da mesma forma, entre os que apresentaram uma alimentação ruim, a ansiedade se mostrou com 85% dos jovens e 14,81% de não ansiosos.

Os dados reforçam o já exposto pelo 2ª Congresso Brasileiro de Ciências da Saúde sobre Ansiedade e Alimentação, no sentido de que a ansiedade influencia e é influenciada pela alimentação. É válido ressaltar, que o uso de alguns alimentos pode levar ao controle da ansiedade como os ricos em triptofano, por exemplo, já que tal doença, interfere diretamente nas emoções, porém, esses alimentos não são as primeiras opções entre os jovens que optam mais por industrializados e frituras como exibido na Figura 2. Tais desvios alimentares são importantes fatores de risco, servindo como alarme nesse meio, para desenvolvimento da ansiedade.

Ademais, essa afecção não tratada pode levar a compulsões alimentares, bulimia e anorexia, sendo uma doença que deve ser encarada com sua devida seriedade por meio de medidas interventivas o mais precocemente possível. Dessa forma, a pesquisa ratifica que esses fatores supracitados podem levar a problemas de saúde tanto psicológicos como nutricionais na vida dos acadêmicos, necessitando de detecção e intervenção eficaz o mais cedo possível.

Baseada nisso, a alimentação saudável poderia trazer mais saúde e qualidade de vida para os acadêmicos, já que, é comprovado que alguns alimentos atuam no controle da ansiedade e de outras doenças psíquicas. Porém, sabe-se, também, que o estilo de vida vivenciado pelos acadêmicos, com pressão psicológica, tempo limitado, privação do sono, pode gerar a ansiedade, que como ciclo vicioso, os levam a comer mais, situação conhecida como “craving alimentar”, que são desejos de comer alimentos que produzem serotonina, porém seu uso em excesso pode gerar ainda mais ansiedade e compulsões, visto que alguns



desses alimentos são muito consumidos pelos jovens como os carboidratos de alto índice glicêmico. Assim, é o que se tem observado entre os jovens acadêmicos hodiernamente que usam esses alimentos de rotina (FREITAS, et al, 2020).

**TABELA 2**– A influência da prática de atividade física no controle da ansiedade

<b>ATIVIDADES FÍSICAS</b>	<b>Fa</b>	<b>Fr</b>
ANSIOSOS	41	76%
NÃO ANSIOSOS	13	24.07%
TOTAL	54	100.00%
<b>SEM ATIVIDADES FÍSICAS</b>	<b>Fa</b>	<b>Fr</b>
ANSIOSOS	54	81%
NÃO ANSIOSOS	13	19.40%
TOTAL	67	100.00%

**Fonte:** Acervo da pesquisa

A Tabela 2 exibe dados que relacionam os praticantes de atividade física rotineira com os jovens acadêmicos que apresentaram quadros de ansiedade.

Dessa forma, foi observado que entre os praticantes de atividade física a ansiedade esteve presente em 76% dos acadêmicos, já os não ansiosos, foi contabilizado 24,07%. Já com relação aos sedentários, que não praticavam nenhum tipo de atividade física durante a semana, a ansiedade se destacou com 81% dos acadêmicos e de não ansiosos, foi observado 19,40%.

Que a prática regular de atividade física é de suma importância para o bem-estar físico e psicológico, já é bem estabelecido na sociedade científica, agora se estuda de forma mais específica essas vantagens da vida ativa nos transtornos de ansiedade existentes entre os universitários. Assim, como mostrado na Tabela 2 os praticantes de atividade física levam vantagem quando o assunto é controle da ansiedade, já que estudos têm mostrado seus resultados psicológicos

positivos, principalmente nos exercícios aeróbicos, se tornando um fator promissor na vida jovens e na saúde pública (ARAÚJO,2007).

Porém o que foi observado nesta pesquisa foi o que se reflete no geral entre os jovens da atual geração, um predomínio de acadêmicos que optaram por viver de forma sedentária, longe dos esportes, ou qualquer outra prática que trouxesse benefícios para a saúde do corpo e da mente.

Tal realidade pode ser uma consequência do ritmo frenético dos jovens hodiernamente, que buscam por vagas de trabalho em um mercado extremamente competitivo, fazendo com que, nessa fase universitária, de extrema importância na preparação, esses acadêmicos se cobrem mais, deixando os cuidados com o físico em segundo plano, se tornando mais vulneráveis a desenvolver alterações físicas e mentais, como a ansiedade, muito comum nesse meio, como observado na pesquisa. Dessa forma, a prática de atividade física atuaria não somente na melhora da saúde física, mas também acarretaria na melhora da saúde mental, já que com exercícios diários o ser humano libera mais vasopressina, endorfina, dopamina e serotonina, que são responsáveis por causar maior bem-estar, e relaxamento, controlando nesse caso, principalmente, os quadros de ansiedade vivenciadas diariamente por esse grupo (CORREIA et al, 2022).

**TABELA 3** – A influência do álcool na presença de ansiedade

<b>USO DE ÁLCOOL</b>	<b>Fa</b>	<b>Fr</b>
ANSIOSOS	61	77%
NÃO ANSIOSOS	18	22.78%
TOTAL	79	100.00%

**Fonte:** Acervo da pesquisa

A Tabela 3 trouxe como resultado da pesquisa os acadêmicos consumidores de bebidas alcoólicas que se consideravam ansiosos. Quando questionados sobre os sinais e sintomas de ansiedade, 77% se consideravam ansiosos e apenas 22,78%

afirmaram não sofrer de tal doença, ou seja, existe uma estreita relação entre o consumo de bebidas alcoólicas e o agravamento ou desenvolvimento de doenças psíquicas como a ansiedade. Nesse contexto, o Manual de Diagnóstico Estatístico de Transtornos Mentais – DSM-IV no “Transtornos Relacionados a Substâncias” traz os malefícios que o uso indiscriminado de substâncias como o álcool pode causar na vida do indivíduo, além de prejuízo social, queda no rendimento dos seus afazeres, traz, também, transtornos mentais e a ansiedade tem se tornado uma das afecções psíquicas mais comuns na geração atual.

Já é sabido que com a rotina exaustiva e as pressões psicológicas a ansiedade se faz presente na vida de muitos universitários, inerente a esse cenário, o álcool se torna uns dos refúgios para essa população que busca em suas propriedades ansiolíticas a falsa sensação de bem-estar e fuga da realidade que o amedronta. Sendo assim, é explícito que a ansiedade é um importante fator motivador para o abuso de bebidas alcoólicas nesse meio, causando sérios danos sociais e psicológicos. Devido a gravidade desse fato, já existem medidas em prol de identificar e amenizar o consumo dessas substâncias entre acadêmicos como Brief Alcohol Screening and Intervention for College Students (BASICS), que atua com ações educativas para esses jovens, com orientações sobre os cuidados com o uso de bebidas alcoólicas, porém, ainda pouco desenvolvida no Brasil (SILVA,2018).

## **5 CONCLUSÃO**

Evidencia-se com esta pesquisa que o estilo de vida universitário é um fator que influencia no desenvolvimento do transtorno depressivo, e que em nosso meio, na cidade de Marabá, esse perfil também se aplica. Esse fato se comprovou com o resultado alarmante de 74% dos acadêmicos referindo sofrer com algum tipo de ansiedade, ratificando que o estilo de vida acadêmico pode ser sim um fator determinante para tal fato. Ademais, a má alimentação se destaca, nesse meio, com 85% dos acadêmicos que consideraram ter uma alimentação ruim apresentando mais ansiedade. No que tange a importância da atividade física, foi observado que 81% dos sedentários afirmaram sofrer com ansiedade, dado esse que reduz de forma significativa com a prática de atividade física. A

pesquisa trouxe também, uma estreita relação do consumo de bebidas alcoólicas e a ansiedade, exibindo 75% dos jovens que consomem essa bebida sofrem de tal doença. Portanto, consumo de bebida alcoólica rotineira, o sedentarismo e a má alimentação, associados a sintomas de ansiedade podem trazer diversos problemas, como dificuldade de concentração, baixa no rendimento estudantil e déficit no comportamento assertivo. Estes resultados trazem um alerta sobre a necessidade de incitar um estilo de vida saudável para que essa parcela da população, que tende a ser o futuro do país, para que possam viver de maneira mais saudável e com menor risco de doenças psíquicas ou metabólicas.

## REFERÊNCIAS

AUCOIN, M; et al. **Diet and Anxiety: A Scoping Review.** *Nutrients*, 2021, 13, 4418. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/nu13124418>

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais.** 5ª ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

JULIÃO, MD. **A influência da atividade física no bem-estar de pessoas com ansiedade e depressão.** Trabalho de conclusão de curso. Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2021.

MENDONÇA, AKRH; et all. **Fatores Associados ao Consumo Alcoólico de Risco entre Universitários da Área da Saúde.** *Revista Brasileira de Educação Médica*, 2018.

OLIVEIRA, LP; et al. **Vamos falar sobre a Ansiedade?** Programa de Pós-graduação em Promoção da Saúde, Unicesumar, 2020.

SILVA, AR; et al. **O álcool e seus efeitos no sistema nervoso.** *Revista biomedicina e farmácia.* Ed Atena, 2019. Pág., 138-148.

World Health Organizaton. **World Mental Health Report: transforming mental health for all.** Geneva, 2022.

ARAUJO, S.R.C et al. **Transtorno da ansiedade e exercício físico**. Revista Brasileira de Psiquiatria. 2007;29(2):164-71.

SILVA, E. C, et al. **Correlação entre ansiedade e consumo de álcool em estudantes universitários**. Revista Psicologia: Teoria e Prática, 20(2), 93-106. São Paulo, SP, maio-ago. 2018.

SOUZA, DTBD et al. **Ansiedade e alimentação: uma análise inter-relacional**. Anais II CONBRACIS. Campina Grande: Realize Editora, 2017. Disponível em: <https://editorarealize.com.br/artigo/visualizar/29060> Acesso em: 28/02/2022.

SOUZA, J.P.A, et al. **Sintomas de ansiedade generalizada entre estudantes de graduação: prevalência, fatores associados e possíveis consequências**. Jornal Brasileiro de Psiquiatria. Volume: 71, Número: 4, Publicado: 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/phdLZspxdbSmbRtqGs5WtGh/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 10/03/2023.

SANTOS, et al. **Efeitos maléficos dos produtos industrializados na alimentação de crianças e adolescentes**. Ver. Científica das faculdades de medicina, enfermagem e odontologia. ISSN- 2525-5827. Vol 2. n 4. 2020. Disponível em: [file:///C:/Users/Usu%C3%A1rio/Downloads/1176-4587-2-PB%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/Usu%C3%A1rio/Downloads/1176-4587-2-PB%20(2).pdf) Acesso 03/12/2022.

FREITAS, et al. **Benefícios da alimentação para reduzir a ansiedade em tempos de covid-19**. Cartilha, benefícios, alimentação e ansiedade. 2020. Disponível em: [https://wp-sites.info.ufrn.br/admin/wp-content/uploads/sites/4/2020/04/Cartilha\\_Beneficios\\_Alimentacao\\_Ansiedade.pdf](https://wp-sites.info.ufrn.br/admin/wp-content/uploads/sites/4/2020/04/Cartilha_Beneficios_Alimentacao_Ansiedade.pdf). Acesso em 03/12/2022.

## **NORMAS ADOTADAS**

Associação Brasileira de Normas Técnicas. Referências bibliográficas: procedimentos. NBR 6023. Rio de Janeiro (RJ): ABNT; 1989.

Código de ética médica. Online. CONSELHO FEDERAL DE MEDICINA. Brasília (DF) 1999. Disponível na Internet: <http://www.cfm.org.br/>

Código de Nuremberg. Online. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre (RS) 1997. Disponível na Internet: <http://www.hcpa.ufrgs.br/gpppg/nuremcod.htm>

Descritores em Ciências da Saúde: DeCS [Internet]. ed. 2017. São Paulo (SP): BIREME / OPAS / OMS. 2017 [atualizado 2017 Mai; citado 2017 Jun 13]. Disponível em: <http://decs.bvsalud.org>.

Núcleo de Pesquisa e Extensão de Medicina. Medicina: “Manual de Trabalhos Científicos – Medicina – UEPA”. 11ª ed. Eletrônica, Belém (PA), 2014. Disponível em: [www.uepa.br/nupem/manual](http://www.uepa.br/nupem/manual)

---

<sup>1</sup>Acadêmica do 6º ano de Medicina na Universidade do Estado do Pará

<sup>2</sup>Acadêmica do 6º ano de Medicina na Universidade do Estado do Pará

<sup>3</sup>Mestre em Cirurgia e Pesquisa e Experimental – LCE/UEPA. Docente do eixo morfofuncional da graduação em Medicina e Coordenadora do Laboratório de Anatomia da Universidade do Estado do Pará – UEPA – Campus VIII – Marabá – PA. Possui graduação em Enfermagem pelo Centro Universitário de Lavras, com Especialização em Enfermagem do Trabalho, Enfermagem em Dermatologia, Enfermagem Oncológica e Anatomia Funcional.

[← Post anterior](#)

---

RevistaFT

**A RevistaFT é uma Revista Científica Eletrônica Multidisciplinar Indexada de Alto Impacto e Qualis “B2” em 2023.** Periodicidade mensal e de acesso livre. Leia

gratuitamente todos os artigos e publique o seu também [clikando aqui](#).



## Contato

**Queremos te ouvir.**

**WhatsApp:** 11 98597-3405

**e-Mail:** [contato@revistaft.com.br](mailto:contato@revistaft.com.br)

**ISSN:** 1678-0817

**CNPJ:** 48.728.404/0001-22

## Conselho Editorial

### **Editores Fundadores:**

Dr. Oston de Lacerda Mendes.

Dr. João Marcelo Gigliotti.

### **Editora Científica:**

Dra. Hevellyn Andrade Monteiro

### **Orientadoras:**

Dra. Hevellyn Andrade Monteiro

Dra. Chimene Kuhn Nobre

Dra. Edna Cristina

Dra. Tais Santos Rosa

### **Revisores:**

Lista atualizada periodicamente em [revistaft.com.br/expediente](http://revistaft.com.br/expediente) Venha fazer parte de nosso time de revisores também!

Copyright © Editora Oston Ltda. 1996 - 2023

Rua José Linhares, 134 - Leblon | Rio de Janeiro-RJ | Brasil