****

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO VALE DO SÃO FRANCISCO**

**CURSO DE GRADUAÇÃO XXXXXXXXXXXXXX**

**NOME DO ALUNO**

**XXXXXXX TÍTULO DO TRABALHO: subtítulo ( se houver)**

**LOCAL (cidade da instituição)**

**ANO**

**NOME DO ALUNO**

**TÍTULO DO TRABALHO: subtítulo ( se houver)**

Trabalho apresentado a Universidade Federal do Vale do São Francisco – UNIVASF, Campus XXXXXXXX, como requisito para obtenção do título de XXXXXXXXXXX.

Orientador: Prof. Dr. XXXXX (ver titulação)

Coorientador: Prof. Me. XX(se houver ver titulação)

Orientador: Prof.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Co-orientador: Prof.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Orientador: Prof.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Co-orientador: Prof.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**LOCAL (cidade da instituição)**

**ANO**

VER MODELO DA FICHA NO ENDEREÇO

<http://portais.univasf.edu.br/sibi/informacao-ao-usuario/solicitacao-de-ficha-catalografica>

|  |  |
| --- | --- |
|  |   Sobrenome do autor, Prenome do autor |
| \* Cutter |  Título do trabalho / Nome por extenso do autor. - local, ano. |
|   |  xx (total de folhas antes da introdução em nº romano), 50 f.(total de folhas do trabalho): il. ; (caso tenha ilustrações) 29 cm.(tamanho do papel A4)  |
|   |   |
|  |  Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em nome do curso) - Universidade Federal do Vale do São Francisco, Campus, local, ano |
|   |  |
|   |  Orientador (a): Prof.(a) titulação e nome do prof(a). Notas (opcional) |
|   | 1. Assunto. 2. Assunto. 3. Assunto. I. Título. II. Orientador (Sobrenome, Prenome). III. Universidade Federal do Vale do São Francisco. |
|   \* CDD |
|  |   |

Ficha catalográfica elaborada pelo Sistema Integrado de Biblioteca SIBI/UNIVASF

Bibliotecário: XXXXXXXX – CRB XXXXXX.

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO VALE DO SÃO FRANCISCO**

**CURSO DE GRADUAÇÃO XXXXXXXXXXXX**

**FOLHA DE APROVAÇÃO**

**NOME DO ALUNO**

**TÌTULO XXXXXXXX: subtítulo (se houver**)

Trabalho de conclusão de curso apresentado como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel (ou Licenciatura) em XXXXXXXXX, pela Universidade Federal do Vale do São Francisco.

Aprovado em: XX de XXXXX de 201X.

**Banca Examinadora**

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(Nome do orientador, sua titulação e Instituição a que pertence).

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(nome, titulação e instituição a que pertence).

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(nome, titulação e instituição a que pertence).

 (Modelo de Dedicatória – elemento opcional, a partir do meio inferior da )

À minha família..

**AGRADECIMENTOS**

A Deus pela força para perserverar......

À CAPES, ....

Ao Prof. Dr. xxxxx, pela excelente orientação ....

Aos colegas da turma.....

Aos meus entrevistados que se disponibilizaram a prestar seus depoimentos que serviram de .....

(Modelo)

"É ótimo celebrar o sucesso, mas mais importante ainda é assimilar as lições trazidas pelos erros que cometemos". - Bill Gates

**RESUMO**

Descreva de forma breve os pontos relevantes do trabalho apresentado (Monografia, Tese ou Dissertação). Trata-se de um resumo informativo que deve conter entre 150 a 500 palavras. Aqui devem ser apresentados o tema, o objetivo, metodologia utilizada, resultados encontrados e conclusões, sem enumerar esses tópicos. O texto formulado é de apenas 1 (hum) parágrafo com alinhamento justificado, escrito na voz passiva e terceira pessoa do singular, espaçamento entrelinhas simples e fonte igual ao do restante do texto. Abaixo as palavras-chave que podem ser 3 e no máximo 6 termos escolhidos no conteúdo do documento, geralmente descrita de acordo com o vocabulário controlado. Cada termo inicia com letra maiúscula e termina com ponto. palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra

**Palavras-chave:** Primeiro termo. Segundo termo. Terceiro termo. Quarto termo.

**ABSTRACT**

Com as mesmas características do resumo em língua vernácula, digitado em folha separada o ABSTRACT é a tradução para o idioma inglês, o que auxilia na difusão do conhecimento. A tradução também pode ser ampliada para outros idiomas: em francês RESUMÉ, em espanhol RESUMEN. Abaixo devem ser descritas as palavras-chave, em inglês Key-words que são palavras representativas do conteúdo do trabalho, isto é, palavras-chave e/ou descritores da língua. Palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra..

**Key-words:** Animal Science. Swine. Creation.

**LISTAS DE FIGURAS**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Figura 1 - | Minitrampolim | 09 |
| Figura 2 - | Palavra palavra palavra  | 09 |
| Figura 3 -  | Palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra | 10 |
| Figura 4 -  | Palavra palavra palavra palavra palavra | 10 |
| Figura 5 - | Palavra palavra palacra palavra palavra  | 11 |
| Figura 6 -  | Palavra palavra palavra palavra palavra  | 11 |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

**LISTAS DE GRÁFICOS**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Gráfico 1 - | Distribuição dos palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. | 20 |
| Gráfico 2 - | Distribuição palavra palavra palavra palavra palavra | 25 |
| Gráfico 3 -  | Distribuição palavra palavra palavra | 26 |
| Gráfico 4-  | Palavra palavra palavra palavra palavra | 27 |
| Gráfico 5 - | Palavra palavra palavra palavra palavra  | 33 |

**LISTAS DE TABELAS**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Tabela 1 - | Classificação diagnóstica da hipertensão arterial para adultos jovens maiores de 18 anos de idade | 08 |
| Tabela 2 - | Características palavra palavra palavra palavra palavra  | 10 |
| Tabela 3 -  | Modelos palavra palavra palavra | 12 |
| Tabela 4-  | Palavra palavra palacra palavra palavra | 12 |
| Tabela 5 - | Palavra palavra palacra palavra palavra | 12 |

**LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS**

|  |  |
| --- | --- |
| ABNT  | Associação Brasileira de Normas Técnicas |
| IBGE | Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística |
| EMBRAPA | Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária |
| Fil.  | Filosofia  |
| trad.  | Tradutor |

**LISTA DE SÍMBOLOS**

|  |  |
| --- | --- |
| O(n) | Ordem de um algoritmo |
| % | Porcentagem |
| **©** | Copyright |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

**SUMÁRIO**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1** | **INTRODUÇÃO   (MAIÚSCULO E NEGRITO)** | 07 |
| **2** | **TÍTULO DA SEÇÃO PRIMÁRIA   (MAIÚSCULO E NEGRITO)** | 07 |
| **2.1** | TÍTULO DA SEÇÃO SECUNDÁRIA (MAIÚSCULO E SEM NEGRITO)  | 08 |
| **2.1.1** | **Título da seção terciária (Inicial maiúsculo e negrito)** | **08** |
| 2.1.1.1 | Título da seção quaternária (Inicial maiúsculo e sem negrito) | **09** |
| *2.1.1.1.1* | *Título da seção quinária (Inicial maiúsculo; itálico; sem negrito)* | 09 |
| **3** | **TÍTULO DA SEÇÃO PRIMÁRIA** | 10 |
| **4** | **CONCLUSÃO  ou CONSIDERAÇÕES FINAIS** | 10 |
|  | **REFERÊNCIAS (não possui indicação de seção)** | 12 |
|  | ANEXO A – Instrumento de coleta de dados | 14 |
|  | **APÊNDICE A –** Termo de Consentimento Livre e Esclarecido | 16 |

# 1 INTRODUÇÃO

Parte inicial do texto, onde devem constar a delimitação do assunto tratado, objetivos da pesquisa, razões da elaboração do trabalho e outros elementos necessários para situar o tema do trabalho.

Digitar todo o texto utilizando as seguintes configurações: Texto justificado, exceto para as Referências, que deve ser alinhada à esquerda; Fonte: Times New Roman ou Arial, tamanho 12, no parágrafo - recuo especial de 2 cm na primeira linha para marcar o parágrafo, espaçamento 1,5 entrelinhas. Diferenciando apenas quando for inserir citação de mais de três linhas, que devem ser digitadas em tamanho inferior, fonte 10, afastadas 4cm, espaçamento simples, entrelinhas. O mesmo deve ocorrer para descrição da “Fonte” (das ilustrações colocadas no corpo do documento: figuras, tabelas, quadros, e outros), Fonte 10.

Para orientar-se corretamente na descrição de citação (NBR 10520) utilize as normas da ABNT Coleção constantes na Página do SIBI UNIVASF, links (final da página) - http://portais.univasf.edu.br/sibi.

As citações diretas, no texto, de até três linhas, devem estar contidas entre aspas duplas. As aspas simples são utilizadas para indicar citação no interior da citação. Como exemplos, temos: Barbour (1971, p.35) descreve: “O estudo da morfologia dos terrenos.” As citações diretas com mais de três linhas devem ser destacadas com recuo de 4 cm da margem esquerda, em letra menor do que a utilizada no texto (tamanho 10), sem as aspas e com espaçamento simples entrelinhas. A citação deverá ser separada do texto que a precede e a sucede.

 Veja como de ser colocada citação seguindo as normas:

O sucesso dessa atividade se deve pelo prazer e pela motivação proporcionados, bem como pela manutenção dos níveis de condicionamento físico. As aulas acontecem comumente em academias, sendo o maior público dessa modalidade, o feminino (SIMÕES, 2003, p.23).

As Referências correspondem à lista de autores utilizada para subsidiar a produção do texto e devem ser relacionadas no final do trabalho, alinhadas à esquerda.A tarefa a ser executada palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra.

# 2 TÍTULO DA SEÇÃO PRIMÁRIA

Palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. Palavra. palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra.

Palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. Palavra. palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra.

#

2.1 TÍTULO DA SEÇÃO SECUNDÁRIA

Palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. Palavra. palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra

# 2.1.1 A tabela segundo o IBGE

No momento da escolha do modelo da tabela é recomendável adotarmos as orientações do IBGE para padronização, que está disponível na página Apesar de que palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. Palavr apalvra palavra palavra palavra palavra palavra. Palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra.. De acordo com a tabela 1.

|  |
| --- |
| Tabela 1 – Classificação diagnóstica da hipertensão arterial para adultos jovens maiores de 18 anos de idade.  |
| Classificação | Pressão sistólica (mmHg) | Pressão diastólica (mmHg) |
| Ótima | < 120 | < 80 |
| Normal | < 130 | < 85 |
| Limítrofe\* | 130-139 | 85-89 |
| Hipertensão estágio 1 | 140-159 | 90-99 |
| Hipertensão estágio 2 | 160-179 | 100-109 |
| Hipertensão estágio 3 | ≥ 180 | ≥ 110 |
| Hipertensão sistólica isolada | ≥ 140 | < 90 |
| Observação: quando as pressões sistólica e diastólica de uma pessoa estão em categorias diferentes, é utilizada a maior para a classificação.\*Pressão normal-alta ou pré-hipertensão são termos que se equivalem na literatura.Fonte: Sociedade Brasileira de Cardiologia / Sociedade Brasileira de Hipertensão / Sociedade Brasileira de Nefrologia (2010). |

De acordo com Reis e Glashan (2000), a pressão arterial pode variar de uma população para outra, ou seja, entre idosos e jovens, ser executada. NA palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra.

**Figura 1** – Minitrampolim

 .

Fonte: http://www.ecofit.com.br/wp-content/uploads/2016/03/ginastica-ecofit-club.jpg

Palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra Entre as doenças cardíacas derivadas das variações da pressão arterial, a hipertensão é a que mais atinge a população (REIS; GLASHAN, 2000).

## 2.1.1.1 Título da seção quaternária

Palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra Entre as doenças cardíacas derivadas das variações da pressão arterial.

Palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. Palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra Palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra.

## *2.1.1.1.1 Título da seção quinária*

Palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra Entre as doenças cardíacas derivadas das variações da pressão arterial.

Palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. Palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra Palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra.

**3 TÍTULO DA SEÇÃO PRIMÁRIA**

Palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra Entre as doenças cardíacas derivadas das variações da pressão arterial. Palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. palavra palavra palavra palavra palavra Palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra

Palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra.

Palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra Entre as doenças cardíacas derivadas das variações da pressão arterial. Palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. palavra palavra palavra palavra palavra Palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra.

Palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra Entre as doenças cardíacas derivadas das variações da pressão arterial. Palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. palavra palavra palavra palavra palavra Palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra.

Palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra Entre as doenças cardíacas derivadas das variações da pressão arterial. Palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. palavra palavra palavra palavra palavra Palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra

# 4 CONSIDERAÇÕES FINAIS OU CONCLUSÃO

Parte final do texto, na qual se apresentam as considerações finais correspondentes aos objetivos ou hipóteses. Aqui se apresenta qual a contribuição do trabalho para a sociedade e para a ciência. Palavra palavra palavra palavra palavra. palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra.

Palavra palavra palavra palavra palavra. palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. Palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra Entre as doenças cardíacas derivadas das variações da pressão arterial. Palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra Palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra.

Palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra Entre as doenças cardíacas derivadas das variações da pressão arterial. Palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra Palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra. palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra palavra

# REFERÊNCIAS

ALONSO, P. T.; ANJOS, T. C.; LEITE, J. P.; GONÇALVES, A.; PADOVANI, C. R. Composição corporal, aptidão física e qualidade de vida em mulheres jovens em exercícios no minitrampolim. **Arquivos em Movimento.** Rio de Janeiro, v. 1, n. 2, p. 49-58. jul./dez. 2005.

ARAUJO, C. G. S. Fisiologia do exercício físico e hipertensão arterial: uma breve introdução. **Revista Brasileira de Hipertensão.** Rio de Janeiro, v. 4, n. 3, p. 78-83, jun./set. 2001.

ARAÚJO, R. A.; FRAGA, D. S. M.; PRADA, A. C. B.; PRADA, F. J. A. **Efeito na pressão arterial em mulheres praticantes do jump.**Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd141/pressao-arterial-em-mulheres-praticantes-do-jump.htm>. Acesso em: fev. 2010.

BRANDÃO, A. P.; BRANDÃO, A. A.; MAGALHÃES, M. E. C.; POZZAN, R. Epidemiologia da hipertensão arterial. **Revista da SOCESP.** São Paulo, v. 13, n. 1, p. 7-19, jan./fev. 2003.

CARDOZO, D. C.; DIAS, M. R. Resposta da pressão arterial em diferentes intensidades de exercício resistido uni e multiarticular. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício.** São Paulo, v. 6, n. 31. jan./fev. 2012.

CLÉROUX, J.; KOUAMÉ, N.; NADEAU, A.; COULOMBE, D.; LACOURCIÈRE, Y. After effects of exercise on regional and systemic hemodynamics in hypertension. **Hypertension.** Dallas, v. 19, n. 2, p. 183-191. fev. 1992.

DA SILVA, C. C.; LIMA, C.; AGOSTINI, S. M. Comportamento das variáveis fisiológicas em mulheres submetidas a 12 semanas de treinamento do programa *POWER JUMP*. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício.** São Paulo, v. 2, n. 12, p. 593-604. nov./dez. 2008a.

DA SILVA, K. P. N.; LIMA, D. L. F.; MACHADO, A. A. N.; ARAÚJO, F. L.; PINHEIRO, M. H. N. P. Alterações na composição corporal e condicionamento físico de mulheres praticantes do jump fit. **Coleção Pesquisa em Educação física**. São Paulo, v. 7, n. 3, p. 35-40. jan./mar. 2008b.

FLORAS, J. S.; SINKEY, C. A.; AYLWARD, P. E.; SEALS, D. R.; THOREN, P. N.; MARK, A. L. Post exercise hypotension and sympatho inhibition in borderline hypertensive men. **Hypertension.** Dallas, v. 14, n. 1, p. 28-35. jul. 1989.

FORJAZ, C. L. M.; SANTAELLA, D. F.; REZENDE, L. O.; BARRETTO, A. C. P.; NEGRÃO, C. E. A duração do exercício determina a magnitude e a duração da hipotensão pós-exercício. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia.** São Paulo, v. 70, n. 2, p. 99-104. fev. 1998.

FURTADO, E.; SIMÃO, R.; LEMOS, A. Análise do consumo de oxigênio, freqüência cardíaca e dispêndio energético, durante as aulas do *Jump Fit*. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte.** São Paulo, v. 10, n. 5, p. 371-375. set./out. 2004.

GANONG, W. F. **Fisiologia Médica.** 19. ed. Rio de Janeiro: McGraw-Hill, 2000.

GRASSI, G.; SERAVALLE, G.; CALHOUN, D. A.; MANCIA, G. Physical Training and Baroreceptor Control of Sympathetic Nerve Activity in Humans. **Hypertension.** Dallas, v.23, n. 3, p. 294-301. Mar. 1994.

HALLIWILL, J. R.; Mechanisms and Clinical Implications of Post-exercise Hypotension in Humans. **Exercise and Sport Sciences Reviews.** Indianapolis, v, 29, n.2, p. 65-70. Abr 2001.

KOEPPEN, B. M.; STANTON, B. A. **Berne e Levi Fisiologia.** 6. ed. Rio de Janeiro: Elsevier Editora Ltda, 2009.

TOCANTINS, B. A.; RODRIGUES, B. O.; MOURA, M. N.; CARVALHO, J. M. S. A prevalência do efeito hipotensor após uma aula de jump em mulheres normotensas. **Northeast Brazilian Health Journal (Revista Piauiense de Saúde)**. Piauí, v. 2, n. 2 p. 234-241. jan./jun. 2013.

VASAN, R. S.; LARSON, M. G.; LEIP, E. P.; EVANS, J. C.; O’DONNELL, C. J.; KANNEL, W. B.; LEVY, D. Impact of high-normal blood pressure on the risk of cardiovascular disease. **New England Journal of Medicine.** Massachusetts, v. 345, n. 18, p. 1291-1297. nov. 2001.

# ANEXO A – Instrumento de coleta de dados

|  |
| --- |
|  **QUESTIONÁRIO** |
| **IDENTIFICAÇÃO:** |
| **NOME:** |
| **IDADE: SEXO: PESO: ALTURA: IMC:** |
| **ESTADO CIVIL**: ( ) CASADO ( ) VIÚVO ( ) SOLTEIRO ( ) SEPARADO ( ) OUTRO |
| **ESCOLARIDADE**: ( ) SABE LER/ESCREVER( ) PRIMEIRO GRAU ( ) COMPLETO ( ) SEGUNDO GRAU ( ) INCOMPLETO( ) SUPERIOR( ) ANALFABETO |
| **RENDA SALARIAL**( ) < 1 SALÁRIO MÍNIMO( ) 1 A 3 SALÁRIOS MÍNIMOS ( ) 3 A 5 SALÁRIOS MÍNIMOS ( ) > 5 SALÁRIOS MÍNIMOS |
| **BEBIDA ALCÓOLICA**: ( ) SIM QUANTO?...........................( ) BEBEU ANTERIORMENTE( ) NÃO |
| **FUMO:** ( ) SIM QUANTO? .......................... ( ) FUMOU ANTERIORMENTE( ) NÃO |
| **USOU PILULA ANTICONCEPCIONAL?**( ) SIM( ) USOU ANTERIORMENTE ( ) NÃO |
| **EXERCÍCIOS FÍSICOS**: ( ) SIM QUAL:( ) FAZIA ANTERIORMENTE QUAL: ( ) NÃO FREQÜÊNCIA- |
| **ANTECEDENTES DE HIPERTESÃO NA FAMÍLIA**: ( ) SIM QUEM?( ) NÃO |
| **FAZ TRATAMENTO COM MEDICAMENTOS PARA HIPERTENSÃO ARTERIAL**: ( ) SIM QUAIS-( ) NÃO |
| **FAZ OUTROS TIPOS DE TRATAMENTO PARA HIPERTENSÀO**: ( ) SIM ( ) NÃO QUAIS? |

**O QUE O(A) SENHOR(A) PODERIA ME FALAR SOBRE SUA VIDA, A DOENÇA, SEU TRABALHO, TRATAMENTO E ÀS COMPLICAÇÕES DA HIPERTENSÃO?**

APÊNDICE A – **TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (**TCLE)

(TERMINOLOGIA OBRIGATÓRIO EM ATENDIMENTO A RESOLUÇÃO 196/96-CNS-MS)

Título da Pesquisa: “.................................................................................”

Nome do (a) Pesquisador (a): ...........................................................................

Nome do (a) Orientador (a): ..............................................................................

**1. Natureza da pesquisa**: o sra (sr.) está sendo convidada (o) a participar desta pesquisa que tem como finalidade ... ....

**2. Participantes da pesquisa**: (colocar o número de participantes, especificando qual será a população alvo da pesquisa).

**3. Envolvimento na pesquisa**: ao participar deste estudo a sra (sr) permitirá que o (a) pesquisador (a) (...). A sra (sr.) tem liberdade de se recusar a participar e ainda se recusar a continuar participando em qualquer fase da pesquisa, sem qualquer prejuízo para a sra (sr.) (...). Sempre que quiser poderá pedir mais informações sobre a pesquisa através do telefone do (a) pesquisador (a) do projeto e, se necessário através do telefone do Comitê de Ética em Pesquisa.

**4. Sobre as entrevistas**: (se houver, especificar como serão realizadas).

**5. Riscos e desconforto**: a participação nesta pesquisa não infringe as normas legais e éticas (especificar aqui possíveis riscos e desconfortos gerados durante a pesquisa). Os procedimentos adotados nesta pesquisa obedecem aos Critérios da Ética em Pesquisa com Seres Humanos conforme Resolução no. 466/12 do Conselho Nacional de Saúde. Nenhum dos procedimentos usados oferece riscos à sua dignidade.

**6. Confidencialidade**: todas as informações coletadas neste estudo são estritamente confidenciais. Somente o (a) pesquisador (a) e seu (sua) orientador (a) (e/ou equipe de pesquisa) terão conhecimento de sua identidade e nos comprometemos a mantê-la em sigilo ao publicar os resultados dessa pesquisa.

**7. Benefícios**: ao participar desta pesquisa a sra (sr.) não terá nenhum benefício direto. Entretanto, esperamos que este estudo traga informações importantes sobre (...), de forma que o conhecimento que será construído a partir desta pesquisa possa (...), onde pesquisador se compromete a divulgar os resultados obtidos, respeitando-se o sigilo das informações coletadas, conforme previsto no item anterior.

**8. Pagamento**: a sra (sr.) não terá nenhum tipo de despesa para participar desta pesquisa, bem como nada será pago por sua participação. Após estes esclarecimentos, solicitamos o seu consentimento de forma livre para participar desta pesquisa. Portanto preencha, por favor, os itens que se seguem: Confiro que recebi cópia deste termo de consentimento, e autorizo a execução do trabalho de pesquisa e a divulgação dos dados obtidos neste estudo.

**Obs:** Não assine esse termo se ainda tiver dúvida a respeito.

**Consentimento Livre e Esclarecido**

Tendo em vista os itens acima apresentados, eu, de forma livre e esclarecida, manifesto meu consentimento em participar da pesquisa

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Nome do Participante da Pesquisa

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Assinatura do Pesquisador

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Assinatura do Orientador

**Pesquisador**: NOME E O TELEFONE PARA CONTATO

**Orientador:** NOME E O TELEFONE PARA CONTATO

**Coordenador do Comitê de Ética em Animais**: Nome nome sobrenome

**Vice-Coordenadora**: Nome nome sobrenome

Telefone do Comitê: 87 2101-6896 E-mail cedep@univasf.edu.br