

6 PRODUTO

Reconhecemos, conforme afirma Pasqualli (2018), que o produto educacional para Mestrado Profissional em Ensino está voltado para a resolução de situações e problemas cotidianos, revestindo-se de um caráter mais tecnológico que científico, e que a elaboração do produto deve ser de caráter educacional voltado à melhoria do ensino e promoção da saúde para estudantes.

Neste sentido, como produto dessa pesquisa, desenvolvemos um aplicativo, denominado “VIDAMAISAÚDE” para Smart Phones, tanto para o sistema Androide como IOS. Este produto foi certificado pelo Instituto Nacional da Propriedade Industrial como: Certificado de Registro de Programa de Computador, N^o: BR512021000849-9, em 11 de maio de 2021.

O produto apresenta metodologia clara e objetiva quanto a forma em que é aplicado, bem como foi elaborado considerando os fundamentos da reflexão teórico-metodológico desenvolvida neste trabalho. Esta ferramenta tecnológica permite informar e interagir com o usuário de modo simples e acessível, sendo necessário realizar um cadastro e posterior “login”. O aplicativo foi elaborado para dois tipos de usuários, sendo o professor da disciplina e os alunos matriculados. Ambos, tem em sua aba de opções os ícones: “Home” – tela de entrada, “Saiba Mais” - informações sobre o programa, o projeto e manual, com dicas sobre fatores importantes na construção de um estilo de vida, além do acesso a calculadora do Índice de Massa Corpórea - IMC.

O acesso como professor, permite a definição do planejamento da coleta de dados para uma turma e o acesso ao portfólio de registros consolidados da turma, nestes aspectos (1. influência dos temas nas escolhas; 2. atividade física; 3. alimentação saudável; 4. ingestão de água; 5. sono; 6. tempo com TV/Vídeo game; 7. lazer e recreação; 8. Mídias sociais; 9. Exposição a luz solar; 10. Espiritualidade). Desta forma é possível acompanhar o perfil da turma em resposta aos temas e vivências experimentadas ao longo da disciplina.

O acesso como estudante, permite o usuário acessar o “Passaporte” - um painel onde ele registra suas escolhas diariamente, quanto aos aspectos importantes na construção do estilo de vida saudável. Ainda, ao acessar o ícone “Acompanhe”, visualizará seus dados em gráfico, para cada aspecto avaliado. Desta forma, o aluno pode refletir sobre o perfil de escolhas que está praticando diariamente.

No caso deste estudo, a pesquisadora estabeleceu o planejamento de coleta de dados para doze semanas, com o objetivo de monitorar e acompanhar o desenvolvimento atitudinal dos alunos quanto ao autocuidado para formação ou consolidação de um estilo de vida saudável. O registro semanal, durante doze semanas forneceu uma linha sequencial de escolhas do grupo experimental, participante da pesquisa.

O propósito deste produto, como ferramenta didático-pedagógica, durante a pesquisa, foi possibilitar um meio para checar se a disciplina alcança o objetivo de promover o autocuidado por parte dos estudantes, estimulando um estilo de vida que previne o surgimento de DCNT e favorece a construção e consolidação de um estilo de vida saudável. O aplicativo oferece a possibilidade do estudante ser ativo em suas escolhas, além de acompanhar e refletir sobre elas, sendo estes, fatores determinantes na tarefa de transformação e consolidação de um estilo de vida saudável.

Após a conclusão deste estudo, quando a ferramenta for disponibilizada para uso público, o professor que ministrar uma disciplina desta natureza poderá utilizar este produto para pesquisar sua própria prática docente, como propõe (VITAL e GUERRA, 2017). Enquanto os estudantes registram os dados no aplicativo, será possível monitorar o reflexo e influência do que é ensinado na vida prática dos alunos. Com isso, o docente poderá refletir, construir e reconstruir as ações, enquanto estas são desenvolvidas. para que o objetivo de formar a competência do autocuidado seja alcançado. Para Vital e Guerra (2017), o professor que transforma sua prática de ensino em objeto de investigação, busca melhoria do processo educativo e como resultado obterá um diálogo saudável e produtivo entre pesquisa e docência. O autor segue afirmando que esta prática promove criatividade de ideias e novas experiências em sala de aula.

Ainda, o professor poderá estimular os alunos a utilizarem o aplicativo como instrumento de autorreflexão sobre as escolhas, a fim de promover mudanças significativas que consolidem na vida adulta um estilo de vida que favoreça a saúde e o bem-estar. Vale ressaltar que a autoreflexão auxilia na modelagem de aprendizagem permitindo que a individualidade e as interações contribuam para que aprendam melhor (CHURNGCHOW et al., 2020)

O impacto do produto está relacionado indiretamente a futura prática profissional do estudante de pedagogia, uma vez que este será um agente propagador de saúde, estilo de vida e bem-estar às novas gerações que estiverem sob sua tutela. Segundo Tezci *et al.*, (2016, p. 241), os “professores têm um papel significativo na formação do estilo de vida adotado pelos alunos”. Ainda, é válido mencionar que o estilo de vida de um professor tem relação com os afastamentos do trabalho. Para Silveira *et al.* (2017) dentre as enfermidades que acometem os professores, estão a Hipertensão Arterial e a Diabetes Mellitus, doenças crônicas que comprometem a saúde e o trabalho destes profissionais. Assim, a orientação de futuros professores, enquanto estão no período de graduação, aponta os benefícios significativos do produto enquanto instrumento reflexivo do autocuidado e autorregulação com a saúde.

O produto educacional descrito acima, apresenta elevado potencial de acesso integral e/ou parcial em diferentes sistemas da Rede Adventista de Ensino. Em todos os cursos de graduação das Faculdades e Centros Universitários da Igreja Adventista, na América do Sul, a disciplina “Princípios de Vida Saudável” está presente na matriz curricular de todos os cursos ofertados. Ainda, para outra instituição de ensino superior, o produto poderá ser utilizado, uma vez que os aspectos abordados são mencionados pela literatura científica como fatores relacionados com os ser humano e suas escolhas de vida. Assim, caracteriza-se como produto de aplicabilidade com acesso via rede aberta.

Em relação a aderência a linha do programa de pós-graduação *stricto sensu* em “Ensino em Saúde na Amazônia”, a proposta deste estudo foi promover uma ação reflexiva da docência sobre o ensino praticado através de mecanismo permanente, durante o período da disciplina, de verificação do perfil dos hábitos de saúde dos alunos. Através deste acompanhamento semanal, será possível, ao docente, visualizar as fragilidades dos hábitos de vida e com isso reformular suas práticas de educativas enquanto o processo de ensino acontece. Como adendo, este estudo favorece a preparação de futuros profissionais da educação como agentes promotores do ensino em saúde para a comunidade escolar.

A contribuição para a saúde, extrapola os ganhos individuais, para alcançar o benefício de influenciar as novas gerações sobre o autocuidado e a promoção de um estilo de vida saudável. Tal influência está em alinhamento com a orientação da OMS

para promover “a consciência de como ser e permanecer saudável” de uma população (OMS, 2016, p.1).

Quanto a inovação, este produto foi desenvolvido a partir da necessidade de verificar um contexto particular de pesquisa do ensino de promoção à saúde praticado pela Faculdade Adventista da Amazônia, configurando um produto de alto teor inovador.

Complementando o que já foi considerado anteriormente, acreditamos que os produtos construídos para serem aplicados, inicialmente, nos cursos ofertados pela FAAMA, tem elevado potencial de abrangência e/ou replicabilidade nas demais instituições de ensino superior no Brasil.

7 CONCLUSÃO

Este estudo nos permitiu constatar que a promoção da saúde através de uma disciplina planejada intencionalmente para fomentar a elaboração de um estilo de vida saudável é um meio para o estudante reconhecer e manejar novas perspectivas, romper conceitos arraigados e angariar novas informações, de maneira responsável, colaborativa, proativa e autônoma, para planejar e atingir objetivos de modo construtivo em prol de um estilo de vida saudável. Ao deixarem de ser passivos, os estudantes tornaram-se mais ativos ao fazer a gestão de suas escolhas, principalmente porque vivenciam a experiência do impacto positivo que mudanças substanciais ocasionam na saúde e nas relações pessoais (ÇAKIR e KALKAVAN, 2020).

Podemos afirmar que os objetivos delineados no estudo foram alcançados, bem como cumpridas todas as etapas e procedimentos previstos para este estudo. No âmbito da implementação do produto como ferramenta de acompanhamento das escolhas dos estudantes, também atingimos o propósito, pois nos permitiu compreender que é possível reformular e adequar as propostas de promoção à saúde a partir do feedback dos alunos através do registro diário. Como suporte de transformação, essa estratégia favorecerá uma intervenção mais assertiva para trazer o estudante para o centro da ação e para o processo de tomada de decisão (FERREIRA, 2018).

Estamos cientes de que todas as pesquisas comportam limitações de algum tipo, sejam de caráter conceitual, metodológico ou outras. Mesmo assim, o estudo agora finalizado contribuiu para a compreensão do valor de disciplinas transversais que trabalhem a saúde, o estilo de vida e bem-estar dos estudantes de pedagogia. Ele reforçou a necessidade do posicionamento e compromisso da instituição de ensino superior em relação a programas de promoção à saúde. Por fim, confirmamos o pensamento de Ferreira (2018), de que um processo de transformação que gera novos comportamentos, passa por etapas de crescimento e acomodação, porém isso não desfaz os ganhos obtidos, somente incentiva e estimula a continuidade da partilha de conhecimento.

REFERÊNCIA

ARMSTRONG, S. N.; BURCIN, M. M. Digital Health Education for the Fully Online College Student: An Exploratory Study. **American Journal of Health Education**. v.47:6, p. 385-393, 2016. DOI: [10.1080/19325037.2016.1219285](https://doi.org/10.1080/19325037.2016.1219285)

AUSUBEL, D.P. The acquisition and retention of knowledge: a cognitive view. Dordrecht: Kluwer Academic Publishers. 2000.

BARROS, M. B. A. et al. Qualidade do sono, saúde e bem-estar em estudo de base populacional. **Revista de Saúde Pública [online]**. 2019, v. 53, p.82. Disponível em: <<https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2019053001067>>. Acesso em: 27 jun. 2021.

BARSELL, J. *et al.* Examining Health Behaviors, Health Literacy, and Self-efficacy in College Students with Chronic Conditions, **American Journal of Health Education**, 49:5, 305-311, jul. 2018. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/326480676_Examining_Health_Behaviors_Health_Literacy_and_Self-efficacy_in_College_Students_With_Chronic_Conditions> Acesso em: 10 jul. 2020.

BIKTAGIROVA, G.F.; KASIMOVA, R.S. Formation of University Students' Health Lifestyle. **International Journal of Environmental & Science Education**, 11(6), p. 1159-1166, 2016.

BISTRICKY, S. L. *et al.* Understanding and Promoting Stress Management Practices Among College Students Through an Integrates Healt Behavior Model. **American Journal of Health Education**. V 49, n.1, p. 12-27, 2018. Disponível em: <<https://eric.ed.gov/?id=EJ1169545>> Acesso em: 07 jul. 2020.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Secretaria de Políticas de Saúde. **As cartas da promoção da saúde. Brasília: Ministério da Saúde;** 2002. p. 19-27

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **O que é IMC?** 2017. Disponível em: <<http://www.saude.gov.br/artigos/781-atividades-fisicas/40389-o-que-e-imc>> Acesso em: 10 Out de 2019.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Vigilância de Doenças e Agravos não Transmissíveis e Promoção da Saúde. **Relatório do III Fórum de Monitoramento do Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas não Transmissíveis no Brasil** [recurso eletrônico] / Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Departamento de Vigilância de Doenças e Agravos não Transmissíveis e Promoção da Saúde. – Brasília: Ministério da Saúde, 2018.

CABALLERO, L.G.R., LOPES, A.L.M., DELGADO, E.M.G. Actividad física em el Tiempo libre y consumo de frutas y verduras em estudantes universitários. **Hacia**

promoc. salud, Vol 23. Nº 2, julho – diciembre 2018, p.90-103.
Doi:10.17151/hpsal.2018.23.2.7

CALAMIDAS, E. G.; CROWELL, T. L. A Content Analysis of College Students' Health Behaviors. **American Journal of Health Educacion**, V.49:3, p.133-146. 2018. DOI: 10.1080/19325037.2018.1428699

CARRARO, E. C.; MILITÃO, E. C.; VIANA, H. B. A Percepção dos Educadores quanto ao seu Papel na Promoção de Hábitos e Estilos de Vida Saudáveis no Ambiente Escolar. Ver. **Fac. Educ.** (Univ. do Estado de Mato Grosso), Cuiabá, V.32, n.2, p.189-213. 2019.

CHEN, W. *et al.* IDC theory: habit and the habit loop. **Research and Practice in Technology Enhanced Learning**, v.15, p. 11-19, 2020. Disponível em: <<https://telrp.springeropen.com/articles/10.1186/s41039-020-00127-7>> Acesso em: 04 jan. 2021.

CHOI, Y. Perceived Lifestyle Balance in College Students [dissertation]. [Madison (WI)]: **University of Winsconsin-Madison**, 2016.135 p.

CHURNGCHOW, C., RORBKORB, N., PETCHURAI, O., TANSAKUL, J. Appropriate Learning Management for Students with Different Learning Styles within a Multicultural Society at State-run Universities in Thailand. **International Journal of Higher Education**. Vol. 9, n.2, p. 200-208, 2020.

COIMBRA, C. G. **Vitamina D na prevenção e no tratamento da covid-19**. Portal UNIFESP. 26 de mai 2020. Disponível em: <https://www.unifesp.br/reitoria/dci/releases/item/4489-opiniao-vitamina-d-na-prevencao-e-no-tratamento-da-covid-19>. Acesso em 18 de abril de 2021.

CRAIG, B.A. *et al.* Religious Affiliation Influence on the health Status and Behaviours of Students Attending Seventh-Day Adventist Schools in Austrália. **J Relig Health**. 2017. doi: 10.1007/s10943-017-0495-9.

ÇAKIR, G., KALKAVAN, A. The relationship between health lifestyle behaviours and quality of life: an analysis on university students who are engaged in sports and who are not. **European Journal of Physical Educations and Sport Science**. Vol. 6, Issue 5. p.17-34. 2020.

DIEHL, A.A. **Pesquisa em ciências sociais aplicadas: métodos e técnicas**. São Paulo: Prentice Hall, 2004.

DUARTE, Rafael. **O exercício físico no combate à Covid-19**. Portal PBMED. 16 nov 2020 Disponível em: <https://pebmed.com.br/o-exercicio-fisico-no-combate-a-covid-19/>. Acesso em 03/02/2021.

FACCHINI, Luiz Augusto. **A Declaração de Alma-Ata se revestiu de uma grande relevância em vários contextos**. [Entrevista concedida a Portal ESPJV/Fiocruz]. Escola Politécnica de Saúde Joaquim Venâncio, Rio de Janeiro, 14 set. 2018.

Acesso em: 15 dez. 2019. Disponível em: <http://www.epsjv.fiocruz.br/noticias/entrevista/a-declaracao-de-alma-ata-se-revestiu-de-uma-granderrelevancia-em-varios>

FARINA, C. S. **Exercício Físico na profilaxia contra a Covid-19.** Portal Odocumento.com.br. 13 mar 2021. Disponível em: <https://odocumento.com.br/artigo-exercicio-fisico-na-profilaxia-contra-a-covid-19/>. Acesso em: 18 de abril de 2021.

FERREIRA, F. M. O. B. **Contributos da pesquisa-ação participativa na transformação de uma escola superior de enfermagem num contexto promotor de saúde.** 2018. 290 f. Tese (Doutorado em Ciências de enfermagem) – Universidade do Porto, Porto, 2018.

FERREIRA, F.M.O.B., BRITO, I.S., SANTOS, M.S. Programas de promoção da saúde no ensino superior: revisão integrativa da literatura. **Rev. Bras. Enferm.** Brasília, v. 71, supl. 4, pág. 1814-1723, 2018. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672018001001714&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 28 de mar 2021. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2016-0693> .

FONTENELLES, M.J.; SIMÕES, M.G.; FARIAS, S.H.; FONTENELLES, R.G.S. Metodologia da pesquisa científica: diretrizes para a elaboração de um protocolo de pesquisa. **Rev. Para. Med.** (impr.); 23(3), jul.-set. 2009.

FRANCISCO, P.M.S.B. et al. Prevalence and co-occurrence of modifiable risk factors in adults and older people. **Revista de Saúde Pública** [online]. v. 53. 21 out 2019. Acesso em: 22 dez 2019], 86. Disponível em: <<https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2019053001142>>. ISSN 1518-8787. <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2019053001142>.

FUMAGALLI, L.M.R. **Promoção da Saúde no Ambiente Escolar: Produção Científica e Análise de Contexto.** 2019. 97 f. Dissertação (mestrado em Educação em Ciências: Química da vida e saúde). Universidade Federal do Pampa, Uruguai, RS, 2019.

GALESIPACHECO, L.F. et al. Food practices and their meanings in the daily routine of a university. **Rev. Nutr.**, Campinas, v. 32, e180208, (2019). Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732019000100504&lng=en&nrm=iso>. access on 22 Sept. 2019. Epub Feb 04, 2019. <http://dx.doi.org/10.1590/1678-9865201932e180208>.

GAVIRIA, H. A. M., et al. Overweight and Obesity Conditions: Prevalence and Associated Risk Factors in Nursing Students in a Public University in Medellín, Colombia. **Invest. educ. enferm**, Medellín, v. 35, n. 2, p. 191-196, Aug. 2017. Disponível em: <http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-53072017000200191&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 21 Set. 2019. <http://dx.doi.org/10.17533/udea.iee.v35n2a08>.

GIL, A.C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 6ª ed., 12ª reimp. São Paulo: Atlas. 2009.

GUERRA, P.H., FARIAS, J.C., FLORINDO, A.A. Comportamento sedentário em crianças e adolescentes brasileiros: revisão sistemática. **Revista de Saúde Pública**. 2016; 50:9.

GUTHOLD, R. et al. Worldwide trends in insufficient physical activity from 2001 to 2016: a pooled analysis of 358 population-based surveys with 1.9 million participants. **The Lancet Global Health**, 2018, Volume 6, Issue 10, 1077 - 1086.

IBES - INSTITUTO BRASILEIRO para EXCELÊNCIA em SAÚDE. **The Lancet alerta sobre custos e consequências da epidemia global de inatividade física.(2018)** Disponível em:<<http://www.ibes.med.br/the-lancet-alerta-sobre-custos-e-consequencias-da-epidemia-global-de-inatividade-fisica/>>, Acesso: 03 mar.2019.

ICHPUC- INTERNATIONAL CONFERENCE ON HEALTH PROMOTING UNIVERSITIES & COLLEGES. **Okanagan Charter: an international charter for health promoting universities and colleges** [Internet]. 2015, p. 1-11. Acesso em: 2019 Sep 20.1-11. Disponível em: <<http://hdl.handle.net/2429/54938>> Acesso em: 20 de set. de 2019.

INEP - INSTITUTO NACIONAL DE ESTUDOS E PESQUISAS EDUCACIONAIS ANÍSIO TEIXEIRA. **Mulheres são maioria na educação profissional e nos cursos de graduação**. 07 de mar. de 2019. Disponível em: <http://inep.gov.br/artigo/-/asset_publisher/B4AQV9zFY7Bv/content/mulheres-sao-maioria-na-educacao-profissional-e-nos-cursos-de-graduacao/21206> Acesso em: 29 de jul. 2021.

ISPAH International Society for Physical Activity and Health. **The Bangkok Declaration on Physical Activity for Global Health and Sustainable Development**. *Br J Sports Med*. 2017; 51: 1389-1391

LALONDE, M.A. **New Perspective on the Health of Canadians**. Ottawa. 1074. Ministry of Health and Welfare; 1974.

LEE, J.; HECKE, O. V.; ROBERTS, N. **Vitamina D: uma revisão rápida da evidência para o tratamento ou prevenção de Covid-19**. Trad. Daniela Oliveira de Melo e Rachel Riera. OxfordBrasil. 2020. Disponível em: <https://odocumento.com.br/artigo-exercicio-fisico-na-profilaxia-contra-a-covid-19/>. Acesso em: 18 de abril de 2021.

MADEIRA, F.B., FILGUEIRA, D.A., BOSI, M.L.M., NOGUEIRA, J.A.D. **Estilos de vida, habitus e promoção da saúde: algumas aproximações**. *Saúde soc.*, São Paulo, v. 27, n. 1, p. 106-115, Jan 2018. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-

12902018000100106&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 22 Sep 2019. <http://dx.doi.org/10.1590/s0104-12902018170520>.

MARTINS, R.C. **Níveis de Atividade Física e Fatores Associados em Adultos Moradores de Zona Rural**. Dissertação de Mestrado. 2017. Universidade Federal de Pelotas. Programa de Pós - graduação em Epidemiologia.

MORAES, M.C.L. Promoção da Saúde: visitando conceitos e ideias. **REFACS**. 2017. v.5, n.1

MOUTINHO, I.L. D. et al. Depression, stress and anxiety in medical students: A cross-sectional comparison between students from different semesters. **Rev. Assoc. Med. Bras.**, São Paulo, v. 63, n. 1, p. 21-28, Jan 2017. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-42302017000100021&lng=en&nrm=iso>.

NORONHA, D.D. et al. Qualidade de vida relacionada à saúde entre adultos e fatores associados: um estudo de base populacional. **Ciência & Saúde Coletiva** [online]. 2016, v. 21, n. 2. Acesso em: 15 dez. 2019, pp. 463-474. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1413-81232015212.01102015>>. ISSN 1678-4561. <https://doi.org/10.1590/1413-81232015212.01102015>.

OLIVEIRA. C.S. **A Universidade promotora da Saúde: uma revisão de literatura**. Dissertação (Mestrado – programa de Pós-graduação em Estudos Interdisciplinares sobre a Universidade). Universidade Federal da Bahia, Instituto de Artes, Humanidades e letras, 2017.

OPAS/BRA – Organização Pan-Americana da Saúde. **Líderes globais concordam em promover saúde para alcançar Objetivos do Desenvolvimento Sustentável**. 2016. Acesso em 12 Ago de 2019. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5298:lideres-globais-concordam-em-promover-saude-para-alcancar-objetivos-do-desenvolvimento-sustentavel&Itemid=875

OPAS/BRA - Organização Pan-Americana da Saúde. **Diálogo Estratégico para a Preparação do Documento de referência para a Renovação da Promoção da Saúde no Contexto dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável**. (Brasília, 6 - 8 de agosto de 2018). Brasília: OPAS, 2018.

PICKETT, K., et al. Teaching health education: A thematic analysis of early career teachers' experiences following pre-service health training. **Health Education**. 117 (3), 323-340. <https://dx.doi.org/10.1108/HE-10-2016-0051>. 2017.

PNS - **PESQUISA NACIONAL DE SAÚDE: 2019. Percepção do estado de saúde, estilos de vida, doenças crônicas e saúde bucal: Brasil e grandes regiões/IBGE**. Coordenação de Trabalho e Rendimento. Rio de Janeiro: IBGE, 2020. 113 p.

RIBEIRO, I.K.S., SILVEIRA, R.C.P., TEIXEIRA, G.S. Estilo del vida y bienestar de estudiantes del área de la salud. **Enfermería Actuales**, Costa Rica. 2018; (34). Acesso em Set 22 de 2019. Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo/id=448/44854610006>.

ROCHA, H. B. et al. **Aprendizagem e competências transversais: um estudo de caso**. ICRE 17 – International Conference on Research in Education. 2017, Porto, Portugal.

RODRIGUEZ-AÑEZ, C. R.; REIS, R. S.; PETROSKI, E. L. Versão Brasileira do Questionário "Estilo de Vida Fantástico": Tradução e Validação para Adultos Jovens. **Arq Bras Cardiol**, v.91, n.2, p.102-9, 2008.

SALGUEIRO, M. M. H. A. O. et al. Qualidade de vida e avaliação antropométrica de professores de uma rede privada de ensino. **Acta Fisiatr**. 2018; 25(2): 63-68. DOI:10.11606/issn.2317-0190.v25i2a162572

SBAN- Sociedade Brasileira de Alimentação e Nutrição. **Água, Hidratação e Saúde**. 2016. 45912-002_AF_Nestle_Folheto_Águas_MaterialCientifico.indd 4.

SIAPPO, C. L. G.; NUNEZ, Y. R.; CABRAL, I. E. Experiencias de estudiantes de enfermería en el cuidado de si durante el proceso de formación en una universidad privada en Chimbote, **Perú. Esc. Anna Nery**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 1, p. 17-24, Mar. 2016. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141481452016000100017&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 22 Set 2019.

SILVA, R.S. **As Competências Transversais de Graduados de Economia e Gestão na Interface Universidade- Mundo do Trabalho**. Tese (Doutorado em Psicologia) Universidade do Porto. 2016.

SILVA, C.R. M., *et al.* Percepção de barreiras e facilitadores dos usuários para participação em programas de promoção da atividade física. **Cad. Saúde Pública**, **Rio de Janeiro**, v. 36, n. 4, e00081019, Abr. 2019. Disponível em: <<http://cadernos.ensp.fiocruz.br/csp/artigo/1047/percepcao-de-barreiras-e-facilitadores-dos-usuarios-para-participacao-em-programas-de-promocao-da-atividade-fisica>> Acesso em 28 Jul. 2021. <http://dx.doi.org/10.1590/0102-311X00081019>.

SIMONS-MORTON B *et al.* Variability in measures of health and health behavior among emergent adults one year after high school according to college status. **Journal of American Collegel Health**, v.65, p.58–66, 2017.

SOARES, A. M., PINHEIRO, R. M., CANAVARRO, J. M. P. (2015). Transição e adaptação ao ensino superior e a demanda pelo sucesso nas instituições portuguesas. **Psychologica**, 58(2), 97-116. doi: http://dx.doi.org/10.14195/1647-8606_58_2_6

STEINHILBER, J. **Sedentarismo avança no planeta: 25% da população no grupo de alto risco.** Correio Braziliense- Ciência e Saúde. 2018. Disponível em: <<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/272722/9789241514187-eng.pdf>>. Acesso: 03 mar. 2019.

TASSINI, C.C. *et al.* Assessment of the Lifestyle of University Students in the Healthcare Area Using the Fantastic Questionnaire. **Int. J. Cardiovasc. Sci.** 30(2), 117-122, 2017.

TEIXEIRA, M. **Antropologia Médica Vitalista: uma ampliação ao entendimento do processo de adoecimento humano.** 2017. *Revista De Medicina*, 96(3), 145-158. <https://doi.org/10.11606/issn.1679-9836.v96i3p145-158>

TEZCI, E., SEZER, F., AKTAN, S., GURGAN, U. Do Lifestyes Shape Self-Regulated Strategies? **Eurasian Journal of Educacional Research.** Issue 65, p.239-258, 2016.

VALENTE, A.L. *et al.* **Alfabetização em saúde: revisão sobre uma linguagem a ser construída – estudo observacional.** In: Anais da 17ª Jornada Científica do Hospital Universitário de Brasília. Anais...Brasília (DF) HUB, 2019. Acesso em: 16/12/2019 Disponível em: <<https://www.even3.com.br/anais/17jornadacientificadohub/141032-alfabetizacao-em-saude--revisao-sobre-uma-linguagem-a-ser-construida--estudo-observacional>>.

VAMOS, S.D.; XIE, E.X., YEUNG, P. (2020). Effects of a Health Education Course on Pre-Service Teachers' Perceived Knowledge, Skills, Preparedness, and Beliefs in Teaching Health Education. **Journal os School Health.** 90, 224-233. <https://dx.doi.org/10.1111/josh.12868>.

VANDERWEELE, T.J., BALBONI, T.A., KOH, H.K. Health and Spirituality. **JAMA.** 2017. Aug 8;318(6):519-520. DOI: 10.1001/jama.2017.8136

VIEIRA, F.B., MORO, L. Educação em saúde na formação inicial de professores de biologia: relato de experiência. **Rev. Docência Ens.** Sup., Belo Horizonte, v.7, n.2, p.34-49, jul/dez 2017.

VITAL, A., GUERRA, A. **Produtos Educacionais elaborados no Mestrado profissional em Ensino: uma reflexão sobre a distância entre a pesquisa e a prática docente.** XI Encontro Nacional de Pesquisa em Educação em Ciência. Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis. 3-6 jul 2017.

WHO - **Global Physical Activity Questionnaire - (GPAQ). Analysis guide.** 2003. Disponível em: 15 de Out de 2019

WHO- WORLD HEALTH ORGANIZATION. (2016). **World Health Assembly Resolution WHA51.12 - Health Promotion.** WHO.

WHO - WORLD HEALTH ORGANIZATION. (2016a). **Health Promotion**. Disponível em: http://www.who.int/topics/health_promotion/en/ . Acesso em: 18 de abr. de 21

WHO – WORLD HEALTH ORGANIZATION. (2016c). **9ª Conferência global sobre promoção da saúde: Líderes globais concordam em promover a saúde para alcançar os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável**. 2016. Disponível em: <https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5298:lideres-globais-concordam-em-promover-saude-para-alcancar-objetivos-do-desenvolvimento-sustentavel&Itemid=875> Acesso em 24 out. 2019.

WHO - WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Global action plan on physical activity 2018–2030: more active people for a healthier world**. Geneva: 2018. Licenc: CC BY-NC-SA 3.0 IGO. Disponível em: <<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/272722/9789241514187-eng.pdf>>. Acesso: 01 mar. 2019.

WHO - WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Global Physical Activity Surveillance**. 2019. Disponível em: <<https://www.who.int/ncds/surveillance/steps/GPAQ/en/>> Acesso em 02 de Out de 2019.

WONG, S. L. Affective Characteristics for 21 Century Learning Environments: Do They Matter? **International Journal of Interactive Mobile Technologies**. Vol.14, Nº 12, p. 186-194, 2020.