

## Normas de redação de trabalho de conclusão de curso

- Revisão

Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Cláudia Meirelles

## A revisão é constituída por

- 1. Introdução
  - 2. Desenvolvimento (capítulos específicos para abordagem do tema - podem ser vários)
  - 3. Conclusão
  - 4. Referências bibliográficas
-

# 1. INTRODUÇÃO

---

- Constituída por
    - Problematização
    - Relevância
    - OBJETIVO
    - MÉTODOS (último parágrafo do item)
  - Deve apresentar o assunto sem estender demasiadamente
- 

## 1.1. Problematização

---

- Apresentar o problema
    - Demonstrar como o objeto de estudo se apresenta na atualidade
    - Descrever suas interfaces e interrelações com a saúde, desempenho físico ou desenvolvimento tecnológico etc. de acordo com o assunto do estudo em questão
    - Deve motivar o leitor para o que vem em sequência
-

## 1.2. Relevância

---

- Descrever com base em evidências quais são as implicações positivas e negativas do assunto em questão
  - Demonstrar que o avanço do conhecimento sobre o assunto favorecerá a promoção da saúde, do desempenho físico ou do desenvolvimento tecnológico etc.
- 

## 1.3. Objetivo

---

- Penúltimo item da Introdução
  - Pode ser dividido em principal e secundário(s)
  - Apresentado no pretérito perfeito
-

## 1.4. Método

---

- Último item da Introdução
  - Deve indicar os bancos de dados
- 

### **Exemplo:**

"Os artigos científicos foram obtidos a partir de uma extensa busca em diversos banco de dados, incluindo MEDLINE (1966-2006), EMBASE (1974-2006), Cochrane Database of Systematic Reviews (1993-2006), Lilacs (1982-2006) e SciELO (1997-2006). Referências citadas em revisões recentes foram também recuperadas. A busca utilizou as seguintes palavras-chave individualmente ou combinados: "flexibilidade", "alongamento", "elasticidade" e "amplitude articular". Posteriormente, estes termos foram combinados com "exercício contra-resistência", "treinamento contra-resistência", "efeitos agudos" e "efeitos crônicos". A maioria dos estudos estavam na língua inglesa, embora artigos em português e espanhol tenham sido também considerados na busca bibliográfica. Todos os estudos relacionados aos efeitos agudos do alongamento sobre a performance foram considerados, independente dos aspectos metodológicos. No entanto, uma avaliação crítica de seus resultados foi incluída na presente revisão, quando necessário.

Adaptado de Rubini et al. Sports Med 2007;37

---

## 2. Desenvolvimento

---

- Constituídos pelos capítulos que tratarão da revisão propriamente dita
  - Estabelecer uma ordem lógica de encadeamento dos temas
  - Adotar a seguinte sequência de redação:
    - Expor as evidências
    - Agrupá-las de acordo com seu escopo
    - Apontar limitações dos estudos em particular ou em bloco
    - Preparar breves conclusões a cada fim de capítulo
- 

### 2.1. Redação

---

- Baseada em referências bibliográficas, devem respeitar os objetivos abaixo:
    - Identificar os principais resultados de estudos originais
    - Utilizar parágrafos curtos
    - Apresentar as diferenças entre os procedimentos experimentais de seu estudo e os anteriores
-

## 2.2. Tabelas e Ilustrações

---

- Pode conter tabelas de resumo dos principais resultados de estudos sobre o(s) assunto(s) principal(is) a tratar.
  - Pode conter ilustração, mas caso seja reprodução de outra obra é FUNDAMENTAL obter a permissão da editora para uso no TCC
- 

### 2.2.1. Tabelas

---

- Podem ser úteis para reunir informações de visualização rápida e concisa de determinado assunto.
    - Apresentam título acima
    - Não apresentam linhas dividindo colunas nem linhas, apenas linhas em seus limites superior e inferior
    - Devem ser auto-explicativas, ou seja, o leitor não precisa se reportar ao texto para compreendê-las
    - Caso apareçam siglas ou abreviaturas, estas devem ser descritas no rodapé
-

## ■ Exemplo:

**Tabela 1:** Efeito agudo do consumo de nutrientes sobre o metabolismo proteico muscular após o exercício contra-resistência (ECR) Resultados de estudos que analisaram concentrações de aminoácidos marcados nas circulações arterial e venosa e no compartimento intra-muscular (modelo de três compartimentos)

Autores	Amostra	Métodos	Nutrientes/timing	Metabolismo proteico pós-exercício
Tipton et al. <sup>10</sup>	3 H e 3 M 22 ± 2 anos	ECR: 5 séries de 10 reps a 75% 1RM <i>leg press</i> + 4 séries de 8 reps a 75% 1RM de agachamento, flexão e extensão de joelhos, 2 min intervalo Cruzado, placebo-controlado	3 condições: AAE: 40 g AAE. MIX: 21 g AAE + 19 g AAANE e PLA Consumo durante ECR	S: AAE e MIX > PLA (p<0,05). AAE similar a MIX (NS) D: Similar entre as condições e PLA B: idem S
Rasmussen et al.	3 H e 3 M 34 ± 3 anos	ECR: 10 séries de 8 reps a 80% 1RM de extensão de joelhos, 2 min intervalo Cruzado, placebo-controlado	6 g de AAE + 35 g sacarose. Duas condições: consumo 1 h ou 3 h pós-ECR	S: ↑ 400% acima do placebo (p<0,05). 1 h similar a 3 h D: NS entre condições e placebo B: positivo nas condições 1 h e 3 h e negativo no placebo (p<0,05)
Tipton et al.	3 H e 3 M 30 ± 3 anos	ECR: 10 séries de 8 reps de <i>leg press</i> e 8 séries de 8 reps de extensão de joelhos a 80% 1RM, 2 min intervalo entre séries Cruzado (não houve condição placebo)	6 g de AAE + 35 g sacarose. Duas condições de consumo: PRÉ: imediatamente antes e PÓS: imediatamente após o ECR	S durante e até 1 h pós-ECR: PRÉ > PÓS (p<0,05). S 2 h pós-ECR: PRÉ similar a PÓS D: similar entre as condições B durante e até 1 h pós-ECR: positivo apenas na PRÉ
Miller et al.	5 H e 4 M (treinamento e idade não reportados)	ECR: 10 séries de 10 reps a 75% 1RM <i>leg press</i> + 8 séries de 8 reps a 75% 1RM de extensão de joelhos, 2 min intervalo Cruzado (não houve condição placebo)	3 condições: CHO: 35 g sacarose; AA: 6g AA (2,8 g de AAE); MIX: 6 g AA + 35 g sacarose. Consumo 1 h e 2 h pós-ECR	S: MIX e AA > CHO (p<0,05) D: ↓ apenas após CHO (p<0,05) B: mais elevado após MIX (p<0,05)
Borsheim et al.	10 H e 6 M 29 ± 7 anos	ECR: 10 séries de 8 reps de extensão de joelhos a 80% 1RM, 2 min intervalo Placebo controlado, dois grupos (CHO e PLA). 8 sujeitos em cada grupo	CHO: 100 g de maltodextrina Consumo 1 h pós-ECR	S: similar ao PLA (p<0,05) D: CHO < PLA (p<0,05). B: CHO > PLA (p<0,05), embora negativo até 4 h pós-ECR em ambas

H: homens; M: mulheres; reps: repetições; S: síntese; D: degradação; B: balanço proteico muscular; AAE: aminoácidos essenciais; AAANE: aminoácidos não essenciais; CHO: carboidrato; PLA: placebo.

Fonte: Meirelles. Rev Bras Fisiol Exerc 2004;3(2):237-42.

## 3. CONCLUSÃO

- Deve responder ao(s) objetivo(s) do estudo, considerando os estudos revisados
  - Pode ser apresentada em pontos ou na forma de texto
  - Deve ser curta e objetiva
  - Não utiliza números, porcentagens, nem referências bibliográficas

## 4. REFERÊNCIAS

---

- Seguir o Estilo Vancouver, conforme manual
-