



UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO  
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE  
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
EDUCAÇÃO FÍSICA – BACHARELADO

JOAB BARBOSA MARQUES

**A RELAÇÃO DA DEPRESSÃO E QUALIDADE DO SONO EM PROFISSIONAIS E  
NÃO PROFISSIONAIS NO ESPORTE VOLEIBOL : UMA REVISÃO SISTEMÁTICA**

Recife  
2023

JOAB BARBOSA MARQUES

**A RELAÇÃO DA DEPRESSÃO E QUALIDADE DO SONO EM PROFISSIONAIS E NÃO PROFISSIONAIS NO ESPORTE VOLEIBOL : UMA REVISÃO SISTEMÁTICA**

Trabalho de conclusão de curso apresentado à Disciplina de Seminário de TCC II, Curso de Educação Física (Bacharelado) da Universidade Federal de Pernambuco, como requisito parcial para aprovação na disciplina.

**Orientador:** Prof.Mestre Alessandro Spencer Souza Holanda

Recife  
2023

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor,  
através do programa de geração automática do SIB/UFPE

Marques, Joab Barbosa.

A relação da depressão e qualidade do sono em profissionais e não profissionais no esporte voleibol: Uma revisão sistemática / Joab Barbosa Marques. - Recife, 2023.

31 : il., tab.

Orientador(a): Alessandro Spencer Souza Holanda  
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Universidade Federal de Pernambuco, Centro de Ciências da Saúde, Educação Física - Bacharelado, 2023.

Inclui referências, anexos.

1. Sono. 2. Depressão. 3. Voleibol. 4. Saúde Mental. 5. Modalidade Esportivas. I. Holanda, Alessandro Spencer Souza. (Orientação). II. Título.

790 CDD (22.ed.)

## FOLHA DE APROVAÇÃO

JOAB BARBOSA MARQUES

### A RELAÇÃO DA DEPRESSÃO E QUALIDADE DO SONO EM PROFISSIONAIS E NÃO PROFISSIONAIS NO ESPORTE VOLEIBOL : UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Artigo apresentado à disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso II, do Curso de Educação Física Bacharelado do Departamento de Educação Física, da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE), como um dos pré-requisitos para conclusão do curso de Educação Física (Graduação).

Aprovado em: 03/05/2023.

#### BANCA EXAMINADORA

Documento assinado digitalmente



ALESSANDRO SPENCER DE SOUZA HOLAN

Data: 26/05/2023 15:39:41-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Orientador: \_\_\_\_\_

Prof. Me. Alessandro Spencer Souza Holanda  
Universidade Federal de Pernambuco

Documento assinado digitalmente



ALANA CAROLINA COSTA VERAS

Data: 25/05/2023 13:43:04-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Membro: \_\_\_\_\_

Prof. Dr.<sup>a</sup> Alana Carolina Costa Vêras  
Universidade Federal de Pernambuco

Documento assinado digitalmente



OZEAS DE LIMA LINS FILHO

Data: 25/05/2023 11:38:07-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Membro: \_\_\_\_\_

Prof. Dr. Ozéas de Lima Lins Filho  
Universidade Federal de Pernambuco

## RESUMO

Os praticantes de voleibol podem estar suscetíveis a sintomas de depressão e a diminuição da qualidade do sono, sendo necessário uma revisão sistemática para entender os mecanismos que sucedem esse tipo de quadro. Logo, o objetivo do estudo é definir os sintomas de depressão e a qualidade do sono em praticantes de voleibol. Foi realizada uma busca nas plataformas PubMed, ScienceDirect, Scielo e Lilacs, com as palavras chaves para busca Sleep and volleyball and depression. Com os critérios de exclusão, estudos realizados em animais, pesquisas com desfechos diferentes do objetivo do presente estudo, artigos ilegíveis, estudos sem dados e artigos duplicados. Dessa forma, foram obtidos seis artigos, onde passaram a ser revisados e logo após passaram por uma análise relacionados com a escala de Pedro. Os resultados mostram interações entre a qualidade do sono e a depressão como previamente imaginado, no entanto os cofatores que também são relacionados com as temáticas abordadas, foram descobertas que incitam e destacam os resultados. Por tanto gerou a necessidade de pesquisa para uma abordagem mais direcionada a compreender suas relações das covariáveis e o quão podem ser impactantes nos praticantes da modalidade voleibol. Contudo os resultados foram direcionados aos praticantes de voleibol de alto rendimento.

Palavras chaves: Sono. Depressão. Voleibol.

## ABSTRACT

Volleyball players may be susceptible to depression symptoms and decreased sleep quality, requiring a systematic review to understand the mechanisms that follow this type of situation. Therefore, the objective of the study is to define the symptoms of depression and the quality of sleep in volleyball players. A search was performed on PubMed, ScienceDirect, Scielo and Lilacs platforms, using the keywords Sleep and volleyball and depression. With the exclusion criteria, studies carried out in animals, researches with outcomes different from the objective of the present study, illegible articles, studies without data and duplicated articles. In this way, six articles were obtained, where they were reviewed and soon after they underwent an analysis related to Pedro's scale. The results show interactions between sleep quality and depression as previously imagined, however the cofactors that are also related to the addressed themes were discoveries that incite and highlight the results. Therefore, it generated the need for research for a more targeted approach to understanding their covariate relationships and how they can have an impact on volleyball practitioners. However, the results were directed to high-performance volleyball players.

Keywords: Sleep. Depression. Volleyball.

Keywords:

## SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	8
2. OBJETIVOS.....	10
<b>2.1 Objetivos Geral.....</b>	<b>10</b>
<b>2.2 Objetivos Específicos.....</b>	<b>10</b>
3. MATERIAL E MÉTODOS.....	11
<b>3.1 Estratégia de Busca .....</b>	<b>11</b>
<b>3.2 Elegibilidade .....</b>	<b>11</b>
<b>3.3 Avaliação da qualidade de artigos .....</b>	<b>12</b>
4. RESULTADOS.....	13
5 DISCUSSÃO .....	20
6. CONSIDERAÇÕES FINAIS .....	22
.REFERÊNCIAS .....	23
ANEXOS.....	26
<b>Anexo A.....</b>	<b>26</b>
<b>Anexo B.....</b>	<b>27</b>
<b>Anexo C.....</b>	<b>29</b>
<b>Anexo D .....</b>	<b>31</b>

## 1 INTRODUÇÃO

O Mintonette ou voleibol, como é nomeado nos dias atuais, teve seu início no ano de 1895 nos EUA, e surgiu com o intuito de que houvesse mais uma atividade esportiva no programa escolar, proporcionando assim uma maior diversificação de esportes a serem praticados pelos alunos. Além disso, esta modalidade teve como objetivo minimizar a ocorrência de contato físico entre os participantes, gerando, por consequência, um menor índice de lesões. Dessa forma, a ideia, proveniente do professor de educação física William Morgan, começou a se adaptar e a se difundir no ano de 1896, mediante a conferência organizada no Colégio em Springfield, EUA (FIVB, 2022).

No que tange a sua notabilidade, o voleibol conquistou grande prestígio e passou a ser praticado ao redor do mundo. No Brasil, é considerado o segundo esporte mais praticado pelos brasileiros, sendo introduzido desde a infância, na fase escolar, e direcionando-se, por conseguinte, para a vida adulta, de forma amadora (MEZZARROBA; PIRES, 2011). Com isso, o aumento dessa prática esportiva possibilitou que o vôlei se tornasse uma grande potência esportiva no Brasil, à nível amador e profissional.

Em decorrência do crescimento observado da prática esportiva em questão, algumas variáveis começaram a serem estudadas, para que o desempenho atlético fosse cada vez mais aprimorado (ALMEIDA et al., 2012). Nessa perspectiva, a evolução do esporte trouxe consigo pontos a serem observados para alcançar o máximo de cada atleta, observando-se, inclusive, que os fatores da saúde mental podem ser apresentado como uma questão para o desenvolvimento de alta performance desses profissionais (KEIKHA; YUSOF; JOURKESH, 2015).

Os resultados do estudo de Vegas-Marcos et. al. (2014) evidenciam a importância da saúde mental de atletas de voleibol. Através desta pesquisa foi possível observar uma relação entre o declínio do vigor e o aumento dos sintomas depressivos durante as partidas de um campeonato de atletas (VEGAS-MARCOS et. al., 2014). Observou-se, portanto, que esse efeito contribui para a diminuição do rendimento dos atletas nos jogos, ressaltando a importância de se investigar as relações nas quais envolvem a saúde mental dos atletas.

Dessa forma esse entrelaçamento foi possível de ser identificado nos estudos de Wu et al. (2022) e Merrill (2022), onde ambos trouxeram resultados que vinculam a qualidade do

sono com a saúde mental. O sono tem um grande envolvimento com a vida da população mundial, e o público profissional de esportes não se limita aos dados em relação ao sono, onde uma baixa qualidade de sono pode desencadear um aumento do estresse e o declínio no rendimento de suas atividades (LASTELA et al., 2014, MÜLLER; GUIMARÃES, 2007, LINS-FILHO, LYRA; KLINE, 2022).

As complicações de uma má qualidade de sono podem se tornar crônicas e consequentemente aumentam o risco de um desenvolvimento de baixa qualidade de vida na sociedade (MOURA, 2022). Nesse contexto ainda é possível envolver essas duas variáveis na qual vem se mostrando muito importante para a qualidade de vida, tanto dos atletas esportivos, quanto da sociedade.

Ainda que os esportes, de modo geral, vem tomando cada vez mais espaços no dia a dia da população mundial, as práticas esportivas estão em constante evolução, a fim de que possam se adaptar ao meio de quem consome, tanto para o cunho financeiro como para o social (MARQUES; GUTIERREZ; MONTAGNER, 2009).

Essa ligação entre sono, saúde mental e atividade física, foram relatados no estudo de (RANJBAR et, al., 2015); (MÜLLER, GUIMARÃES, 2007). Onde em ambas revisões de literatura foram encontrados déficits no processo metodológico, impossibilitando uma melhor clareza do quão a atividade física/exercício físico vai influenciar dentro dessas variáveis na população.

A partir desse ponto, foi possível indagar dúvidas em relação ao contexto envolvido, criando assim base para a hipótese deste estudo, que é definir a relação do sono e sintomas depressivos aos praticantes de voleibol.

## **2 OBJETIVOS**

Identificar quais são as relações existentes entre os praticantes de voleibol profissional e não profissional, nos âmbitos da depressão e qualidade de sono.

### **2.1 OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Relacionar o esporte a nível de sintomas depressivos dos praticantes do voleibol.
- Identificar a qualidade de sono dos grupos, e mostrar sua relação com o esporte.
- Compreender quais fatores podem aumentar os sintomas depressivos ou diminuição da qualidade do sono.

### 3 MATERIAL E MÉTODOS

#### 3.1 ESTRATÉGIA DE BUSCA

A pesquisa na base Pubmed foi realizada no dia 03 de janeiro de 2023 e foi decretado a disposição dos termos (Sleep) AND ("volleyball") AND (depression). Na plataforma Scielo, decorreu no dia 04 de janeiro de 2023 e a combinação utilizada foi (Sleep) AND ("volleyball") AND (depression). A verificação de dados na ScienceDirect, foi obtida no dia 5 de janeiro 2023, foi usado os termos (Sleep) AND ("volleyball") AND (depression). Já na plataforma Scopus, foi decorrido a pesquisa no dia 6 de janeiro de 2023, foi utilizado as seguintes palavras chaves (Sleep) AND ("volleyball") AND (depression).

#### 3.2 ELEGIBILIDADE

Os critérios de eleição dos estudos foram baseados na estratégia PICO, caracterizada pela população, tipo de intervenção, comparação e desfecho, onde:

A modalidade esportiva de voleibol tem que fazer parte da amostra dos estudos, a interação com outras modalidades ou como grupo controle. A comparação foi feita através dos praticantes de vôlei com relação entre variáveis do sono e depressão. O desfecho inclui pelo menos uma dos seguintes fatores: 1) Qualidade do sono; 2) Depressão. A coleta de material foi relacionada ao público da pesquisa que são praticantes de voleibol.

Os critérios de inclusão utilizados como base foram: 1) estudos randomizados; 2) estudos realizados em indivíduos que praticam vôlei; 3) estudos com dados quantitativos. Os critérios de exclusão 1) estudos realizados em animais; 2) pesquisas com desfechos diferentes do objetivo do presente estudo 3) artigos ilegíveis 4) estudos sem dados.

#### 3.3 AVALIAÇÃO DA QUALIDADE DOS ARTIGOS

Para direcionar a qualidade dos artigos obtidos durante o processo de seleção, foi utilizado a escala de Pedro, sua funcionalidade ocorre através de um questionário, o qual é respondido pelo pesquisador em relação aos dados selecionados para a pesquisa. O questionário contém um total de 11 perguntas, na qual devem ser respondidas dentro de uma

margem de 0 e 10, uma vez que, quanto mais perto da numeração 10 será melhor a qualidade do artigo investigado.

Para a obtenção do resultado final, o protótipo irá avaliar as condições das seguintes variáveis: Critério de elegibilidade; Alocação aleatória; Alocação cega; Grupo semelhante na linha de base; Sujeitos cegos; Terapeuta cego; Avaliadores cegos; Análise de intenção de tratar; Comparações entre grupos; Medição de pontos e variabilidade dos resultados. O item 1 se refere à validade externa e os itens 2 a 11 são pontuados para indicar a qualidade do estudo.



DUFFIELD et al, 2021	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	10
KUETTEL, PEDERSEN E LARSEN (2021)	x	x	x	x	x	x			x	x	x	10
PATRIZI, 2019	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	11

Fonte: autoria própria baseado nos critérios de pontuação da escala de PEDro. Fonte de dados: Garijo *et al.* (2021); Andrade *et al.* (2019); Júnior, A. *et al.* (2018); Fernandes *et al.* (2016), Hérnandez *et al.* (2020); Regra *et al.* (2020); Wang *et al.* (2018).

**Tabela 2 .** Descrição dos estudos selecionados.

<b>Autores e ano</b>	<b>População</b>	<b>Métodos</b>	<b>Protocolo</b>	<b>Resultados</b>
PETRIE, et al 2023.	2098 atletas universitário de modalidades variadas , divididos em 2 grupos.	PROMIS-S D-SF, PHQ-2.	Dois momentos de comparação, 10 de abril a 23 de maio e de 4 de agosto a 15 de setembro de 2020.	A bidirecional ao longo do tempo entre distúrbios do sono e depressão. Quanto maior a exposição ao COVID-2019, maior os índices depressivos e piores índices de qualidade se sono.
MA CHADO et al, 2020.	214 atletas de modalidades variadas.	51 questões, divididas em três seções: (1) características dos participantes ; (2) treinamento físico (treinamento) ; e (3) aspectos psicossociais.	Foi realizada análise descritiva para descrever as características dos participantes e identificar a frequência e o percentual de ocorrências	Sono: 72,9% (156/214) relataram uma mudança no horário de sono durante a quarentena. 28,0% (60/214) relataram ter dificuldade para dormir geralmente ou frequentemente, 27,1% (58/214) relataram ter dificuldade ocasionalmente, 28,5% (61/214) relataram que ocorreu raramente.
BLAKE, et al 2019	82 atletas de modalidades diversas	(R HFUQ), (RPQ).	A pesquisa eletrônica foi aplicada no Google Forms. Foi solicitados a relatar com a maior precisão possível informações demográficas,	Verificou-se que o número de distúrbios do sono se correlacionou com sintomas e disfunções na qualidade de vida.

			incluindo idade, sexo, esporte, histórico de concussão, e história médica.	
FIELD et al, 2021	DUF 137 atletas, modalidades variada	(PS QI), (PHQ-15), (GAD-7), (PHQ-9)	Foi realizado comparações estatísticas o Stata/MP 15 sendo condutor para comparação dos resultados.	O estudo foi possível demonstrar que sono ruim, sintomas depressivos, sintomas de ansiedade e queixas somáticas são altamente prevalentes em atletas universitários.
ETTEL, PEDERSEN E LARSEN (2021)	KU 612 atletas, modalidades variadas	(S WEMWBS), (HAMHS), (GAD-7), (CES-D), (BSSS)	As análises estatísticas foram conduzidas usando IBM SPSS 25 e R: (a) estatísticas descritivas.	Sintomas de ansiedade e depressão moderada ou grave foram relatados por 13,9% e 21,1% dos atletas respectivamente, sendo atletas do sexo feminino tendo maiores índices comparados ao sexo masculino.
PATRIZI, 2019	16 atletas de Vôlei (crianças e adolescentes)	(MTV-A) foi praticado durante 4 e 8 semanas.	O teste de Wilcoxon, usado para relacionar resposta (CMM)	O MTV-A é viável e eficaz para melhorar a ansiedade esportiva, atenção plena, confiança e desempenho esportivo em atletas adolescentes de voleibol.

Os resultados no qual foi obtido diante do questionário de Pedro foram satisfatórios, onde foi fortemente importante para qualificação dos achados, por tanto entrega ao presente trabalho uma base de qualidade e fomentando a qualidade da pesquisa.

Para seguirmos com a elaboração dos resultados, foi sintetizado todos os artigos que foram selecionados para trazer uma análise com mais clareza, logo serão relatados os resultados de cada estudo.

O estudo de (PETRIE, et al 2023), é um estudo do tipo de observacional longitudinal, onde participaram 5913 atletas universitários de diversas modalidades e foi realizado em dois momentos de obtenção de dados dos participantes. Neste estudo, apenas 2098 atletas responderam em ambos formulários, concretizando-se a amostra final. Para

analisar os resultados, foram separadas em 2 grandes grupos aleatórios com 1014 amostras 1 e 1084 amostras 2, dentro de cada amostra foram subdivididos em classes quatro classes: classe 1 (Alta Exposição ao COVID); Classe 2 (baixa auto exposição, alta exposição a outros); Classe 3 (somente em quarentena); Classe 4 (Baixa Exposição). Vale ressaltar que o público participante de voleibol compunha cerca de 6.1% desta amostragem. Além disso, os instrumentos empregado para a coleta dos dados de sono foram o PROMIS™ Distúrbios Relacionados ao Sono forma abreviada (PROMIS-SD-SF) e o Questionário de Saúde do Paciente (PHQ-2), que foi utilizado para a obtenção dos dados sobre a depressão. Logo, o objetivo da pesquisa foi relatar como a qualidade do sono e a depressão estavam relacionadas aos atletas que foram expostos ao Covid 19, durante o período de pandemia. A partir dos resultados obtidos, foi possível expor o direcionamento das seguintes variantes sono e depressão, ambas foram verificadas diante da Covid19. Os grupos no qual foram formados pela amostra, como explicado anteriormente, obtiveram pontuação diferente quando são comparados entre os mesmos. Dessa forma, a amostra 1, no qual teve mais exposição, teve maiores índices de qualidade de sono e depressão quando comparados com as outras amostras.

No entanto, ainda com o tema de COVID19, a proposta do estudo de (MACHADO et al, 2020) indagou dúvidas em relação a exposição ao COVID, no entanto com objetivo relacionado aos aspectos físico, psicossocial e a qualidade sono e o modo de enfrentamento. A pesquisa de (MACHADO, et al 2020), ocorreu em 2020 sendo um estudo transversal, em que 214 atletas de esportes variados, sendo participantes do voleibol 3.7% desse volume total. Os materiais aplicados por meio de questionários que compõe-se de 51 onde foram dividida em 3 etapas que corresponde-se na seguinte ordem características dos participantes; treinamento físico (modalidades esportivas, rotina de treinamento e características do treinamento; aspectos psicossociais (qualidade do sono, ansiedade, preocupações com o retorno ao esporte, carreira e estratégias de enfrentamento), onde foram enviado em PDF para os integrantes da pesquisa. Diante das informações obtidas foi possível relatar as dificuldades que os atletas tiveram para manter o treinamento durante o período de quarentena, no entanto por cerca de 64.5% ter acompanhamento de profissionais, a percepção da intensidade do treino não houve tanta diferenciação na comparação. Entretanto, os aspectos sociais mostraram resultados positivos para o aumento da ansiedade dos atletas, a qualidade do sono dos atletas também foi acometida onde 72.9% responderam sobre a mudança do horário do

sono. Os resultados não se restringem aos horários, a dificuldade para dormir foi encontrada em três escalas, sendo elas alta frequência 28%, ocasionalmente 27.1% e raramente 28.5%. Já as respostas sobre as estratégias de enfrentamento para melhorar a qualidade da saúde mental, teve como principal auxiliado o tempo de tela com 41,4% das respostas.

As possibilidade de fatores podem ser diversos, dessa forma o pesquisa do autor (BLAKE, et al 2019) no ano de 2019, procurou entender como as concussão pode está relacionada com a qualidade do sono e com consequência diminuindo a qualidade de vidas dos atletas e alunos universitários, para realizar o estudo participaram 82 alunos e atletas de diversos esportes. Os membros da amostra foram divididos de acordo com a quantidade de concussão no qual tinha sofrido, dessa maneira 3 grupos são organizados. Os instrumentos que foram empregado durante a pesquisa, são eles o Rivermead Head Injury Follow-Up Questionnaire (RHFUQ) para alcançar os dados sobre a qualidade vida, Rivermead Post-Concussion Symptom Questionnaire (RPQ) para a obtenção dos dados sobre concussão, e foram elaboradas perguntas nas quais se referem aos sono, o modo no qual foi usado para que os participantes respondesse foi online pela plataforma google form. De acordo com os resultados, a vinculação de má qualidade de sono pode está relacionada a concussão, dessa forma sendo um fator que acarreta diminuição da qualidade do sono de quem sofreu alguma concussão, essa mesma relação foi possível ser observada no fator qualidade de vida também.

Já em outro estudo, no qual o pesquisador (DUFFIELD et al, 2021) no ano de 2021, o estudo de coorte retrospectivo. que tinha como perspectiva investigar como a concussão pode e sintoma depressivos está relacionado com a qualidade do sono de atletas universitários, onde o públicos na qual constitui a amostra de 137 atletas universitários em que 4 eram praticantes do voleibol. A coleta de materiais foi realizado por questionários, que envolve quatro temáticas; qualidade de sono, saúde do paciente e transtorno de ansiedade, sintomas depressivos, referindo-se aos seguintes métodos respetivamente; (Pittsburgh Sleep Quality Index; PSQI), (Questionário de Saúde do Paciente 15; PHQ-15), (Transtorno de Ansiedade Geral 7; GAD-7) e (Questionário de Saúde do Paciente 9; PHQ-9). A averiguação dos resultados, trouxe uma relação cooperativa dos dados de depressão e queixa somática e concussão uma baixa qualidade do sono dos participantes.

Ainda com exploração do assunto relacionado a saúde mental, o estudo dos autores Kuettel, Pedersen e Larsen (2021), pode-se observar o desenho do estudo sendo observacional

com base no desenho de pesquisa transversal, objetivo do estudo foi relatar o bem estar e a saúde mental dos atletas dinamarqueses e analisar perfil latentes. A pesquisa foi realizada com atletas de elite dinamarqueses somando um total de 612, sendo 4 atletas de diversas modalidades esportivas incluindo o voleibol. Para avaliar os devidos fatores, foram utilizados dos seguintes mecanismos de pesquisa, ShortWarwick-Edinburg-Mental-Wellbeing-Scale (SWEMWBS) no qual foi relacionado para medir os sintomas de depressão e ansiedade, Holistic Athlete Mental Health Survey (HAMHS) esse instrumento para obtenção de dados sobre qualidade da saúde mental dos participantes no qual foi utilizado na pesquisa, no entanto foi necessário uma modificação para atingir objetivos pontuais, Generalized-Anxiety-Disorders questionnaire (GAD-7) mecanismo no qual foi útil para a obtenção de resultados sobre a ansiedade, Center for Epistemological Study Depression Scale (CES-D) foi utilizada para atingir os dados sobre a depressão, Berlin Social Support Scale (BSSS) para a obtenção dos dados sobre o suporte social. De acordo com os dados obtidos, os fatores de depressão, ansiedade e bem estar, não se encontram com alta discrepância em relação tanto a sociedade dinamarqueses como em relação a outros atletas de outros países, no entanto é possível relatar um maior índice de ansiedade no grupo feminino.

Em uma outra perspectiva, o autor (PATRIZI, 2019), realizou uma pesquisa experimental, onde a amostra eram de 16 atletas de voleibol, onde foi realizado a prática do método Mindfulness Training for Volleyball-Adolescents (MTV-A), e para realizar a obtenção dos dados foram usados os seguintes questionários Medição de Mindfulness para Crianças e Adolescentes (CAMM), Trait Sports Confidence Inventory (TSCI), Sport Anxiety Scale-2 (SAS-2) e Performance Rating Form. O (MTV-A) ocorre 30 minutos por sessão, 1 vez por semana, com duração total de 8 semanas. Com os dados no qual foi adquirido na intervenção, o autor relatou que o desempenho, confiança e atenção plena dos atletas aumentaram, e que os índices de ansiedade foram menores.

Através do que dados no qual foi relatados nas pesquisas, é possível concluir que a depressão tem associação com o sono, no entanto essa resposta está direcionada aos praticantes do alto rendimento, outra conclusão no qual foi possível observar diante da pesquisa é o crescimento exponencial das publicações relacionadas a depressão e o sono, o mindfulness, é uma sinal das possibilidades na qual estão surgindo com fins de aumentar a quantidade de instrumentos para a melhorar dos sintomas depressivos. Em relação à hipótese

no qual não foi possível preenchê-la por completo, tendo em vista que o público não foi categoricamente diversificado.

## 5 Discussão

Diante de uma hipótese que tornou-se visível através da percepção durante a pesquisa de dados, a identificação e direcionamento com maior amplitude sobre a temática depressão e qualidade de sono em torno dos praticantes de voleibol, com base no que foi identificado e estudado.

Perantes os principais resultados obtidos, é possível distinguir a relação de covariáveis com as temáticas envolvidas, entretanto esse resultado não se diferencia do que a ciência já identificou, estudos como os dos (KARIMI, et al 2023), reafirmar o que foi identificado na presente revisão. Diante da hipótese no qual trouxe questões pré estabelecidas sobre o sono e a depressão, é possível relatar a vulnerabilidade das variáveis deste estudo.

As possibilidade na quais podem está associado com esse fatores são tendenciosos a aumento e ainda podem surgir como exemplo da COVID 19, onde foi extremamente impactante na sociedade e foi um fator determinante o aumento da má qualidade de sono, e aumento no sintomas da depressão como relatado no estudo de (BROOKS, et al 2020).

A concussão no ambiente esportivo está em pico de crescimento como visto no estudo de (MCQUIVEY, et al 2021), sua relação com o voleibol trouxe bastante relevante, no qual foi identificado em 2/6 dos dados relacionados,os estudos deve ser bem visto para o desenvolvimento de pesquisa direcionada no esporte. Entretanto é possível subentender que por não ser um esporte de impacto direto entre os atletas os índices de concussão no vôlei pode ser considerado baixo, o voleibol consiste em movimentação que causa bastante impacto corporal, dessa forma sua interação com o desempenho atlético e a qualidade vida dos praticante amadores, podendo ser um elo de pesquisa para os próximo estudos.

Os impactos dos temas abordados nesta pesquisa podem se tornar mais complexos de serem explorados em decorrência do público, os praticantes amadores não foram alvos de pesquisa, em consequência não é possível relatar os devidos achados inclusivos para esse público.

Através da identificação dos dados obtidos na revisão realizada, é notório que não é do interesse dos pesquisadores uma base para uma linha de pensamento mais ampla, com intuits além da observação do rendimento atlético, dessa forma a saúde e identificação da usabilidade do esporte como transmissão da saúde para sociedade.

É possível relatar que as linhas de pesquisa são fortemente direcionadas para o alto rendimento no esporte, onde perante a visualização dos artigos encontrados para a revisão sistemática presente, é de grande visibilidade que os integrantes das pesquisas sejam de predominância universitários/atletas das universidades.

## 6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do que foi averiguado nessa pesquisa, foi reunido informações sobre as relações da variável depressão e qualidade de sono no esporte voleibol, no qual foi essencial para um desenvolvimento científico, que possibilitou a averiguação dos temas abordados.

Logo, foi observado que existe uma relação peculiar entre o sono e a depressão diante dos atletas de esportes em geral, onde mesmo com a perspectiva de um direcionamento para os praticantes de voleibol, a base da maioria das pesquisa eram com predominância atletas de diversos esportes. Associado a esse fator, foi encontrada uma vulnerabilidade dos elementos deste estudo, onde são suscetíveis a mudanças de acordo com a condição dos praticantes.

Prontamente é evidente que o crescimento dos estudos nesse âmbito, e como consequência novas propostas vão sendo elaboradas para benefícios dos praticantes.

Por tanto é conclusivo que a qualidade do sono e a depressão em praticantes de voleibol são interligados entre si, no entanto a possibilidade de cofatores estarem associados é relativamente alta, dessa maneira é necessário acompanhamento de multiprofissionais um tratamento adequado.

## REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, B. S. et. al. O “país do futebol” que joga com as mãos: a gestão esportiva da confederação brasileira de voleibol. **Revista Intercontinental de Gestão Desportiva - RIGD [online]**, v. 2. n. 2, p. 144-162, 2012. Disponível em: <[http://www.revista.universo.edu.br/index.php?journal=gestaoesportiva & page= article & op= view & path%5B%5D= 611 & path%5B%5D=542](http://www.revista.universo.edu.br/index.php?journal=gestaoesportiva&page=article&op=view&path%5B%5D=611&path%5B%5D=542)>. Acesso em: <05 de ago de 2022>.
- BLAKE, A. L.; MCVICAR, C. L.; RETINO, M.; HALL, E. E.; KETCHAM, C. J. Concussion history influences sleep disturbances, symptoms, and quality of life in collegiate student-athletes. **Sleep Health**, v. 5, n.1, p.72-77, 2019. Disponível em: <<https://doi.org/10.1016/j.sleh.2018.10.011>>. Acesso em: <05 de janeiro de 2023>.
- BROOKS, S. K.; WEBSTER, R. K. SMITH, L. E.; WOODLAND, L.; WESSELY, S.; GREENBERG, N.; RUBIN, G. J. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. **Rapid Review**, v. 395, n. 10227, p. 912-920, 2020. Disponível em: <[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460 -8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)>. Acesso em: <22 de Março de 2023>.
- DUFFIELD, T. C.; LIM, M. M.; NOVAK, M.; LIN, AM.; LUTHER, M.; WILLIAMS, C. N.; PIANTINO, J. The relationship between depressive symptoms, somatic complaints, and concussion history with poor sleep in collegiate athletes. **Sleep Health**, v. 7, n.1, p. 43-48, 2021. Disponível: <<https://doi.org/10.1016/j.sleh.2020.06.009>>. Acesso em: <05 de janeiro de 2023>.
- KARIMI, R.; MALLAH, N.; SCHERER, R.; RODRÍGUEZ-CANO, R.; TAKKOUICHE, B. Sleep quality as a mediator of the relation between depression and chronic pain a systematic review and meta-analysis. **British Journal of Anaesthesia**, 2023. Disponível em: <<https://doi.org/10.1016/j.bja.2023.02.036>>. Acesso em: <22 de Março de 2023>.
- KEIKHA, B. M.; YUSOF, S. MD.; JOURKESH, M. The relationship between pre-competition state anxiety components and mood state sub-scales scores and the result of among college athletes through temporal patterning. **International Journal of Sports Science [online]**, v. 5, n.1, p. 8-15, 2015. Disponível em: <<http://article.sapub.org/10.5923.j.sports.20150501.02.html>>. Acesso em: <06 de set de 2022>.
- KUETTEL, A.; PEDERSEN, A. K.; LARSEN, C. H. To Flourish or Languish, that is the question: Exploring the mental health profiles of Danish elite athletes. **Psychology of Sport and Exercise**, v. 52, 2021. Disponível em: <<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1469029220308220?via%3Dihub>>. Acesso em: <05 de janeiro de 2023>.
- LASTELLA, M. et al. Sleep/wake behaviors of elite athletes from individual and team sports. **European Journal of Sport Science [online]**, v. 15, n. 2, p. , 2014. Disponível em: <<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/17461391.2014.932016>>. Acesso em: <10 de set de 2022>.

LINS-FILHO, O.; LYRA, M. J.; KLINE, C. E. Exercise and sleep. In: FRANGE, C.; COELHO, F. M. S. **Sleep medicine and physical therapy**. Basel: Springer Nature Switzerland AG, 2022, p. 317-328.

MACHADO, E. M.; SECCHI, L. L. B.; CAMARGO, P. R.; MENDONÇA, L. M. Influence of quarantine during the coronavirus disease 2019 (COVID-19) pandemic on physical and psychosocial aspects: perceptions of 214 Brazilian athletes. **Global Health Journal**, v. 7, n. 1, p. 49-54, 2023. Disponível em: <<https://doi.org/10.1016/j.glohj.2023.01.001>>. Acesso em: <05 de Janeiro de 2023>

MARQUES, R. F. R.; GUTIERREZ, G. L.; MONTAGNER, P. C. Novas configurações socioeconômicas do esporte contemporâneo. **Revista da Educação Física/UEM**, Maingá, v. 20, n. 4, p. 637-648, 2009. Disponível em: <<https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/RevEducFis/article/view/6090>>. Acesso em: <5 de ago de 2022>.

MCQUIVEY, K. S.; MOORE, M. L. POLLOCK, J. R. HASSEBROCK, J. D.; PATEL, K. A.; CHHABRA, A.; Top-100 most-cited sports-related concussion articles focus on symptomatology, epidemiology, and demographics. **Arthroscopy, sports medicine, and rehabilitation**, v. 3, n. 6, p. 1585-1597, 2021. Disponível em: <<https://doi.org/10.1016/j.asmr.2021.06.016>>. Acesso em: < 03 de Fevereiro de 2023>.

MERRILL, R. M. Mental health conditions according to stress and sleep disorders. **International Journal of Environmental Research and Public Health [online]**, v. 19, n. 13, p. 1-12, 2022. Disponível em: <<https://www.mdpi.com/1660-4601/19/13/7957/htm>>. Acesso em: <07 de jul de 2022>.

MEZZAROBBA, C; PIRES, G. L. Breve panorama histórico do voleibol: do seu surgimento à espetacularização esportiva. **Atividade Física, Lazer & Qualidade de Vida: Revista de Educação Física**, Manaus, v. 2, n. 2, p. 3-19, 2011. Disponível em: <<https://ri.ufs.br/jspui/handle/riufs/11629>>. Acesso em: <08 de set de 2022>.

MOURA, D. N. **Saúde mental de jovens atletas de futebol federado perante a privação da prática desportiva em competição**. Dissertação (Mestrado em Enfermagem de Saúde Mental e Psiquiátrica) - Escola Superior de Enfermagem do Porto. Porto, p. 198, 2022. Disponível em: <[https://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/41276/1/Disserta%20de%20Mestrado\\_Diogo%20Moura.pdf](https://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/41276/1/Disserta%20de%20Mestrado_Diogo%20Moura.pdf)>. Acesso em: <05 de ago de 2022>

MÜLLER, M. R.; GUIMARÃES, S. S. Impacto dos transtornos do sono sobre o funcionamento diário e a qualidade de vida. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 24, n. 4, p. 519-528, 2007. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/estpsi/a/gTGLpghtMnTrcMyhGFvNpG/?lang=pt#>>. Acesso em: <23 de ago 2022>.

PATRIZI, J. Get'cha head in the game: evaluation of a novel mindfulness trainings curriculum for adolescent volleyball athletes. **Journal of the American Academy of Child &**

**Adolescent Psychiatry**, v, 58, n.10, p. 227-228, 2019. Disponível em:  
<<https://doi.org/10.1016/j.jaac.2019.08.265>>. Acesso em: <23 de Abril de 2023>.

PETRIE, K. A.; MESSMAN, B. A.; SLAVISH, D. C.; MOORE, E. W. G.; PATRIE, T. A. Sleep disturbances and depression are bidirectionally associated among college student athletes across COVID-19 pandemic exposure classes. **Psychology of Sport and Exercise**, v. 66, n. p. 1-10, 2023. Disponível em: <<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2023.102393>>. Acesso em: <05 de Janeiro de 2023>.

RANJBAR, E. et al. Depression and exercise: a clinical review and management guideline. **Asian Journal Sports Med. [online]**, v. 6, n. 2, p. , 2015. Disponível em:  
<<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26448838/>>. Acesso em: <10 de ago de 2022>.

VEGA-MARCOS, R. et al. Relación entre estados de ánimo y rendimiento en voleibol masculino de alto nivel. **Revista de Psicología del Deporte**, v. 23, n. 1, p. 49-56, 2014. Disponível em:  
<<https://typeset.io/papers/relacion-entre-estados-de-animo-y-rendimiento-en-voleibol-52tgi11vjw>>. Acesso em: <03 de out de 2022>.

FIVB. **Volleyball**, 2022. Disponível em:  
<[https://www.fivb.com/en/volleyball/thegame\\_glossary/history](https://www.fivb.com/en/volleyball/thegame_glossary/history)>. Acesso em: <15 de ago de 2022>.

WU, R. et al. Childhood trauma and suicide: the mediating effect and sleep. **International Journal of Environmental Research and Public Health [online]**, v. 19, n. 14, p. 1-11, 2022. Disponível em: <<https://www.mdpi.com/1660-4601/19/14/8493#cite>>. Acesso em: <04 de out de 2022>.

## ANEXOS

## ANEXO A - Formulário de Orientação



UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO  
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE  
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
COORDENAÇÃO DO CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

## Formulário de Orientação

## DADOS DO ORIENTADOR

**NOME:** Alessandro Spencer Souza Holanda      **SIAPE:** 1101686

**IES:** Universidade Federal de Pernambuco      **DEPARTAMENTO:** Departamento de Educação Física

**SEMESTRE:** 2022.2      **PERÍODO:** 08 / 11 / 2022 a 24 / 04 / 2023

## DADOS DO ORIENTANDO

**NOME:** Joab Barbosa Marques

**TÍTULO PROVISÓRIO:** UMA REVISÃO SISTEMÁTICA SOBRE DEPRESSÃO E QUALIDADE DO SONO NO ESPORTE VOLEIBOL

DATA	ORIENTAÇÃO	ASSINATURA
08 / 11 / 2022	Discussões iniciais sobre o trabalho	
23 / 11 / 2022	Direcionamento dentro da temática	
25 / 11 / 2022	Desenvolvimento do objetivo	
27 / 12 / 2022	Ajustes do objetivo	
19 / 12 / 2022	Desenvolvimento dos métodos	
22 / 12 / 2022	Ajustes dos métodos	
08 / 02 / 2023	Análise estatística e desenvolvimento dos resultados	

15 / 02 / 2023	Ajustes dos resultados	██████████
01 / 03 / 2023	Desenvolvimento da discussão	██████████
21 / 03 / 2023	Desenvolvimento da discussão	██████████
29 / 03 / 2023	Ajustes da discussão e desenvolvimento da conclusão	██████████
15 / 04 / 2023	Ajustes da conclusão e formatação do trabalho	██████████
20 / 04 / 2023	Ajustes finais	██████████
25 / 04 / 2023	Ajustes finais	██████████

## ANEXO B - Termo de Compromisso de Orientação

### ANEXO B



UNIVERSIDADE FEDERAL DE  
PERNAMBUCO CENTRO DE CIÊNCIAS DA  
SAÚDE DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO  
FÍSICA  
COORDENAÇÃO DO CURSO DE LICENCIATURA OU BACHARELADO EM  
EDUCAÇÃO FÍSICA

### Termo de Compromisso de Orientação

Eu, **Joab Barbosa Marques**, matrícula nº **09917981470**, aluno(a) do Curso de Educação Física, Departamento de Educação Física, Centro de Ciências da Saúde, Universidade Federal de Pernambuco, inscrito no CPF [REDACTED] e RG [REDACTED], informo que o(a) Prof.(a) **Alessandro Spencer Souza Holanda**, SIAPE **1101686**, Lotado no **Departamento Universidade Federal de Pernambuco**, da será o(a) meu(minha) orientador(a) de Trabalho de Conclusão de Curso. Assumo estar ciente do meu compromisso e de todas as normas de construção, acompanhamento, apresentação e entrega do artigo (original ou revisão) e/ou monografia.

Recife, 8 de 11 de 2022 .

gov.br Documento assinado digitalmente  
ALESSANDRO SPENCER DE SOUZA HOLAN  
Data: 01/05/2023 17:12:29-0300  
Verifique em <https://validar.itl.gov.br>

gov.br Documento assinado digitalmente  
JOAB BARBOSA MARQUES  
Data: 31/05/2023 09:17:49-0300  
Verifique em <https://validar.itl.gov.br>

Assinatura do(a) Orientador(a)

Assinatura do(a) Orientando (a)

## ANEXO C - Escala de Pedro

### Escala de PEDro – Português (Brasil)

1. Os critérios de elegibilidade foram especificados	não <input type="checkbox"/> sim <input type="checkbox"/> onde:
2. Os sujeitos foram aleatoriamente distribuídos por grupos (num estudo cruzado, os sujeitos foram colocados em grupos de forma aleatória de acordo com o tratamento recebido)	não <input type="checkbox"/> sim <input type="checkbox"/> onde:
3. A alocação dos sujeitos foi secreta	não <input type="checkbox"/> sim <input type="checkbox"/> onde:
4. Inicialmente, os grupos eram semelhantes no que diz respeito aos indicadores de prognóstico mais importantes	não <input type="checkbox"/> sim <input type="checkbox"/> onde:
5. Todos os sujeitos participaram de forma cega no estudo	não <input type="checkbox"/> sim <input type="checkbox"/> onde:
6. Todos os terapeutas que administraram a terapia fizeram-no de forma cega	não <input type="checkbox"/> sim <input type="checkbox"/> onde:
7. Todos os avaliadores que mediram pelo menos um resultado-chave, fizeram-no de forma cega	não <input type="checkbox"/> sim <input type="checkbox"/> onde:
8. Mensurações de pelo menos um resultado-chave foram obtidas em mais de 85% dos sujeitos inicialmente distribuídos pelos grupos	não <input type="checkbox"/> sim <input type="checkbox"/> onde:
9. Todos os sujeitos a partir dos quais se apresentaram mensurações de resultados receberam o tratamento ou a condição de controle conforme a alocação ou, quando não foi esse o caso, fez-se a análise dos dados para pelo menos um dos resultados-chave por “intenção de tratamento”	não <input type="checkbox"/> sim <input type="checkbox"/> onde:
10. Os resultados das comparações estatísticas inter-grupos foram descritos para pelo menos um resultado-chave	não <input type="checkbox"/> sim <input type="checkbox"/> onde:
11. O estudo apresenta tanto medidas de precisão como medidas de variabilidade para pelo menos um resultado-chave	não <input type="checkbox"/> sim <input type="checkbox"/> onde:

A escala PEDro baseia-se na lista de Delphi, desenvolvida por Verhagen e colegas no Departamento de Epidemiologia, da Universidade de Maastricht (*Verhagen AP et al (1988). The Delphi list: a criteria list for quality assessment of randomised clinical trials for conducting systematic reviews developed by Delphi consensus. Journal of Clinical Epidemiology, 51(12):1235-41*). A lista, na sua maior parte, baseia-se num “consenso de peritos” e não em dados empíricos. Incluíram-se na escala de PEDro dois itens adicionais, que não constavam da lista de Delphi (os itens 8 e 10 da escala de PEDro). À medida que forem disponibilizados mais dados empíricos, pode vir a ser possível ponderar os itens da escala de forma a que a pontuação obtida a partir da aplicação da escala PEDro reflita a importância de cada um dos itens da escala.

O objetivo da escala PEDro consiste em auxiliar os utilizadores da base de dados PEDro a identificar rapidamente quais dos estudos controlados aleatorizados, ou quase-aleatorizados, (ou seja, ECR ou ECC) arquivados na base de dados PEDro poderão ter validade interna (critérios 2-9), e poderão conter suficiente informação estatística para que os seus resultados possam ser interpretados (critérios 10-11). Um critério adicional (critério 1) que diz respeito à validade externa (ou “potencial de generalização” ou “aplicabilidade” do estudo clínico) foi mantido para que a *Delphi list* esteja completa, mas este critério não será usado para calcular a pontuação PEDro apresentada no endereço PEDro na internet.

A escala PEDro não deverá ser usada como uma medida da “validade” das conclusões de um estudo. Advertimos, muito especialmente, os utilizadores da escala PEDro de que estudos que revelem efeitos significativos do tratamento e que obtenham pontuação elevada na escala PEDro não fornecem, necessariamente, evidência de que o tratamento seja clinicamente útil. Adicionalmente, importa saber se o efeito do tratamento foi suficientemente expressivo para poder ser considerado clinicamente justificável, se os efeitos positivos superam os negativos, e aferir a relação de custo-benefício do tratamento. A escala não deve ser utilizada para comparar a “qualidade” de estudos clínicos realizados em diferentes áreas de terapia, principalmente porque algumas áreas da prática da fisioterapia não é possível satisfazer todos os itens da escala.

Modificada pela última vez em 21 de Junho de 1999

Tradução em Português vez em 13 de Maio de 2009

Ajustes ortográficos para a versão Português-Brasileiro em 12 de Agosto de 2010

### Indicações para a administração da escala PEDro:

- Todos os critérios **A pontuação só será atribuída quando um critério for claramente satisfeito**. Se numa leitura literal do relatório do ensaio existir a possibilidade de um critério não ter sido satisfeito, esse critério não deve receber pontuação.
- Critério 1 Este critério pode considerar-se satisfeito quando o relatório descreve a origem dos sujeitos e a lista de requisitos utilizados para determinar quais os sujeitos eram elegíveis para participar no estudo.
- Critério 2 Considera-se que num determinado estudo houve alocação aleatória se o relatório referir que a alocação dos sujeitos foi aleatória. O método de aleatoriedade não precisa de ser explícito. Procedimentos tais como lançamento de dados ou moeda ao ar podem ser considerados como alocação aleatória. Procedimentos de alocação quase-aleatória tais como os que se efetuam a partir do número de registo hospitalar, da data de nascimento, ou de alternância, não satisfazem este critério.
- Critério 3 *Alocação secreta* significa que a pessoa que determinou a elegibilidade do sujeito para participar no ensaio desconhecia, quando a decisão foi tomada, o grupo a que o sujeito iria pertencer. Deve atribuir-se um ponto a este critério, mesmo que não se diga que a alocação foi secreta, quando o relatório refere que a alocação foi feita a partir de envelopes opacos fechados ou que a alocação implicou o contato com o responsável pela alocação dos sujeitos por grupos, e este último não participou do ensaio.
- Critério 4 No mínimo, nos estudos de intervenções terapêuticas, o relatório deve descrever pelo menos uma medida da gravidade da condição a ser tratada e pelo menos uma (diferente) medida de resultado-chave que caracterize a linha de base. O examinador deve assegurar-se de que, com base nas condições de prognóstico de início, não seja possível prever diferenças clinicamente significativas dos resultados, para os diversos grupos. Este critério é atingido mesmo que somente sejam apresentados os dados iniciais do estudo.
- Critérios 4, 7-11 *Resultados-chave* são resultados que fornecem o indicador primário da eficácia (ou falta de eficácia) da terapia. Na maioria dos estudos, utilizam mais do que uma variável como medida de resultados.
- Critérios 5-7 *Ser cego para o estudo* significa que a pessoa em questão (sujeito, terapeuta ou avaliador) não conhece qual o grupo em que o sujeito pertence. Mais ainda, sujeitos e terapeutas só são considerados “cegos” se for possível esperar-se que os mesmos sejam incapazes de distinguir entre os tratamentos aplicados aos diferentes grupos. Nos ensaios em que os resultados-chave são relatados pelo próprio (por exemplo, escala visual análoga, registo diário da dor), o avaliador é considerado “cego” se o sujeito foi “cego”.
- Critério 8 Este critério só se considera satisfeito se o relatório referir explicitamente *tanto* o número de sujeitos inicialmente alocados nos grupos *como* o número de sujeitos a partir dos quais se obtiveram medidas de resultados-chave. Nos ensaios em que os resultados são medidos em diferentes momentos no tempo, um resultado-chave tem de ter sido medido em mais de 85% dos sujeitos em algum destes momentos.
- Critério 9 Uma análise de *intenção de tratamento* significa que, quando os sujeitos não receberam tratamento (ou a condição de controle) conforme o grupo atribuído, e quando se encontram disponíveis medidas de resultados, a análise foi efetuada como se os sujeitos tivessem recebido o tratamento (ou a condição de controle) que lhes foi atribuído inicialmente. Este critério é satisfeito, mesmo que não seja referida a análise por intenção de tratamento, se o relatório referir explicitamente que todos os sujeitos receberam o tratamento ou condição de controle, conforme a alocação por grupos.
- Critério 10 Uma *comparação estatística inter-grupos* implica uma comparação estatística de um grupo com outro. Conforme o desenho do estudo, isto pode implicar uma comparação de dois ou mais tratamentos, ou a comparação do tratamento com a condição de controle. A análise pode ser uma simples comparação dos resultados medidos após a administração do tratamento, ou a comparação das alterações num grupo em relação às alterações no outro (quando se usou uma análise de variância para analisar os dados, esta última é frequentemente descrita como interação grupo versus tempo). A comparação pode apresentar-se sob a forma de hipóteses (através de um valor de p, descrevendo a probabilidade dos grupos diferirem apenas por acaso) ou assumir a forma de uma estimativa (por exemplo, a diferença média ou a diferença mediana, ou uma diferença nas proporções, ou um número necessário para tratar, ou um risco relativo ou um razão de risco) e respectivo intervalo de confiança.
- Critério 11 Uma *medida de precisão* é uma medida da dimensão do efeito do tratamento. O efeito do tratamento pode ser descrito como uma diferença nos resultados do grupo, ou como o resultado em todos os (ou em cada um dos) grupos. *Medidas de variabilidade* incluem desvios-padrão (DP's), erros-padrão (EP's), intervalos de confiança, amplitudes interquartis (ou outras amplitudes de quantis), e amplitudes de variação. As medidas de precisão e/ou as medidas de variabilidade podem ser apresentadas graficamente (por exemplo, os DP's podem ser apresentados como barras de erro numa figura) desde que aquilo que é representado seja inequivocamente identificável (por exemplo, desde que fique claro se as barras de erro representam DP's ou EP's). Quando os resultados são relativos a variáveis categóricas, considera-se que este critério foi cumprido se o número de sujeitos em cada categoria é apresentado para cada grupo.

## ANEXO D

## ANEXO D



UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO  
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE  
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
COORDENAÇÃO DO CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

**Termo de Autorização para Depósito Definitivo Trabalho de Conclusão de Curso-TCC**

Pelo presente instrumento, eu, Professor(a) Alessandro Spencer Souza Holanda Orientador (a) do(a) discente Joab Barbosa Marques do Curso de Educação Física na Universidade Federal de Pernambuco-UFPE, autorizo o depósito definitivo de seu trabalho de Conclusão de Curso-TCC intitulado: A relação da depressão e qualidade do sono em profissionais e não profissionais no esporte voleibol : Uma revisão sistemática”.

**TIPO DE TRABALHO:**

ARTIGO CIENTÍFICO (X) MONOGRAFIA ( )

CURSO: LICENCIATURA ( ) BACHARELADO (X )

Recife, 20 de Maio de 2023.

gov.br Documento assinado digitalmente  
ALESSANDRO SPENCER DE SOUZA HOLAN  
Data: 26/05/2023 15:41:31 -0300  
Verifique em <https://validar.it.gov.br>

gov.br Documento assinado digitalmente  
JOAB BARBOSA MARQUES  
Data: 25/05/2023 14:50:55 -0300  
Verifique em <https://validar.it.gov.br>

---

Assinatura do(a) Orientador(a)

---

Assinatura do(a) Orientando(a)