



OS DIFERENTES CRONOTIPOS DOS ACADÊMICOS MATRICULADOS EM CURSOS DA ÁREA DA SAÚDE E A INFLUÊNCIA DOS RITMOS BIOLÓGICOS NO PROCESSO DE APRENDIZAGEM

Ana Paula de Oliveira¹; Cláudia Maria Rodrigues Pereira Ignatowicz¹; Claudia Fujitani¹; Carmem Patricia Barbosa²; Paulo Alexandre Galvanini³

RESUMO: A cronobiologia é a ciência que estuda os ciclos biológicos e a variação desses ciclos nos diversos organismos determinando assim, diferentes cronotipos. Essas variações podem adiantar ou atrasar o ritmo circadiano de alguns indivíduos e podem surgir em decorrência de fatores externos, como uma vida social desregulada, ou de fatores cronopatológicos associados a irregularidades nos genes que regulam o ritmo biológico. A finalidade desse projeto é identificar os cronotipos que os acadêmicos da área da saúde do Centro Universitário de Maringá – CESUMAR apresentam e compreender de que forma as variações no ritmo biológico podem de fato influenciar no processo de aprendizagem do mesmo. Justifica-se a realização desta pesquisa o fato de que parte da dificuldade que o aluno possa apresentar em relação ao processo de aprendizagem pode estar relacionada a um ritmo circadiano incompatível com o horário de aula que o mesmo frequenta, resultando em indisposição para realização de tarefas. Para obter os dados necessários à identificação dos cronotipos, um questionário proposto por Horne e Ostberg (1976) e adaptado por Cardinali, Golombek e Rey (1992) será aplicado. Também serão utilizadas perguntas complementares relacionadas ao processo de ensino-aprendizagem e cronobiologia, proporcionando uma análise confiável referente aos ritmos biológicos dos alunos da amostra. Os resultados desta pesquisa poderão proporcionar aos discentes da área da saúde a oportunidade de conhecer seu cronotipo a fim de que possa melhor adaptar-se ao período condizente com seu relógio biológico, otimizando seu desempenho acadêmico e preparando-se melhor para o mercado de trabalho através da ampliação de seu conhecimento específico na área.

PALAVRAS-CHAVE: Cronobiologia; aprendizagem; saúde.

¹ Acadêmicos do Curso de Ciências Biológicas do Centro Universitário de Maringá – Cesumar, Maringá – Paraná. Programa de Bolsas de Iniciação Científica do Cesumar (PROBIC). paula.ana05@hotmail.com; claudiaignatowitz@gmail.com; claucf@hotmail.com

² Orientadora e Docente do Curso de Ciências Biológicas do Centro Universitário de Maringá – Cesumar, Maringá – Paraná; carmempatricia@cesumar.br

³ Co-orientador e Docente do Centro Universitário de Maringá – Cesumar, Maringá – Paraná; paulo.galvanini@cesumar.br