

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE MARINGÁ  
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO  
PROGRAMA DE MESTRADO EM PROMOÇÃO DA SAÚDE**

**MANUAL DE NORMAS PARA ELABORAÇÃO DA  
MONOGRAFIA DA DISSERTAÇÃO DE MESTRADO  
PPGPS**

**MARINGÁ  
2015**

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE MARINGÁ**  
**PRÓ-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO**  
**PROGRAMA DE MESTRADO EM PROMOÇÃO DA SAÚDE**

**Coordenadora**

Profa. Dr<sup>a</sup>. Sonia Maria Marques Gomes Bertolini

**Conselho de Curso**

Coordenadora: Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Sonia Maria Marques Gomes Bertolini

**Membros Titulares:**

Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Ana Paula Machado Velho

Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Andrea Grano Marques

Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Cássia Kelly Favoretto Costa

Prof. Dr. Diógenes Aparício Garcia Cortez

Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Ely Mitie Massuda

Prof. Dr. Flávio Bortolozzi

Prof. Dr. Gilberto Cezar Pavanelli

Prof. Dr. José Eduardo Gonçalves

Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Lucia Elaine Raniere Cortez

Prof. Dr. Marcelo Picinin Bernuci

Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Mirian Ueda Yamaguchi

Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Regiane da Silva Macuch

Prof. Dr. Régio Márcio Toesca Gimenes

Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Rose Mari Bennemann

Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Rute Grossi Milani

Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Sonia Maria Marques Gomes Bertolini

Prof. Dr. Tiago Franklin Rodrigues Lucena

## SUMÁRIO

1	NORMAS DA DISSERTAÇÃO DE MESTRADO.....	4
1.1	Apresentação.....	4
1.2	Definição de dissertação.....	4
1.3	Forma de apresentação da versão final.....	4
1.3.1	Número de exemplares e distribuição da dissertação.....	4
1.3.2	Papel e processo de multiplicação.....	5
1.3.3	Característica do <i>Lay-out</i> da editoração gráfica.....	5
1.3.4	Preparo da dissertação.....	5
1.3.4.1	Digitação.....	5
1.3.4.2	Espaçamento.....	5
1.3.4.3	Formatação da página.....	6
1.3.4.4	Numeração da página.....	6
1.4	Estrutura da dissertação de mestrado.....	6
2	ESTRUTURA DO MODELO TRADICIONAL.....	7
2.1	Elementos pré-textuais.....	7
2.2	Elementos textuais.....	7
2.3	Elementos pós-textuais.....	7
3	ESTRUTURA DO MODELO ARTIGO.....	8
3.1	Elementos pré-textuais.....	8
3.2	Elementos textuais.....	8
3.3	Elementos pós-textuais.....	9
4	ELEMENTOS PRÉ-TEXTUAIS.....	9
4.1	Capa.....	9
4.2	Folha de rosto.....	10
4.3	Ficha catalográfica.....	10
4.4	Folha de aprovação.....	11
4.5	Dedicatória (opcional).....	11
4.6	Agradecimentos (opcional).....	11
4.7	Epigrafe (opcional).....	11
4.8	Resumo.....	12
4.9	Abstract.....	12
4.10	Lista de ilustrações (opcional).....	12
4.11	Sumário.....	13
5	ELEMENTOS TEXTUAIS.....	14
5.1	Introdução.....	14
5.2	Objetivos.....	14
5.3	Revisão da literatura.....	14
5.4	Metodologia.....	15
5.5	Resultados.....	15
5.6	Discussão.....	15
5.7	Conclusão.....	16
6	ELEMENTOS PÓS-TEXTUAIS.....	17
6.1	Referências.....	17
6.2	Anexos.....	17
6.3	Apêndices.....	17
6.4	Revisão do texto.....	18
7	MODELOS .....	19

## 1 NORMAS DA DISSERTAÇÃO DE MESTRADO

Todos os alunos deverão apresentar uma dissertação com tema relevante para o Programa de Mestrado em Promoção da Saúde da UniCesumar, conforme o modelo que será apresentado na sequência.

Este documento tem como objetivo nortear as ações do aluno na elaboração da sua **Dissertação de Mestrado**, tendo o seu orientador autonomia para solicitar a apresentação de um dos modelos sugeridos na presente Norma.

Para a formatação da Dissertação de Mestrado em Promoção da Saúde da UniCesumar, deverão ser seguidas as normas gráficas constantes neste documento.

### 1.1 Apresentação

O objetivo do presente documento é apresentar as Normas Gerais para a elaboração da Dissertação de Mestrado do **Programa de Mestrado em Promoção da Saúde** do Centro Universitário de Maringá – UniCesumar, nos Modelos Tradicional e Artigo.

### 1.2 Definições de dissertação

Dissertação de Mestrado é um documento que representa o resultado de um trabalho ou exposição de um estudo científico, de tema único e bem delimitado em sua extensão, com o objetivo de reunir, analisar e interpretar informações.

Deve ser feito sob a orientação de um pesquisador visando à obtenção do título de Mestre em Promoção da Saúde.

### Forma de apresentação da versão final da dissertação

#### 1.3.1 Número de exemplares e distribuição das dissertações

O aluno entregará ao Colegiado do Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde, até 45 dias após a defesa, 2 (dois) exemplares escritos e encadernados em capa dura de cor azul e letras douradas. Estes deverão apresentar as correções que venham a ser sugeridas pelos componentes da banca examinadora, acompanhados de 2 (duas) cópias digitalizadas, uma no formato texto (.doc) e outra no formato de imagem (.pdf). Junto aos

exemplares, deverá entregar o termo de autorização permitindo que o PPGPS disponibilize os arquivos digitais da dissertação de mestrado em sistema eletrônico de divulgação da Instituição. Também deverá ser entregue o comprovante de envio de, pelo menos, um artigo oriundo da dissertação à uma revista científica.

### 1.3.2 Papel e processo de multiplicação

O papel de impressão deve ser de cor branca, gramatura de 75 gr/cm<sup>2</sup>, A4 (21,00 x 29,7 cm).

### 1.3.3 Características do *Lay-out* da editoração gráfica

São aceitos para editoração gráfica da dissertação o uso de impressoras jato de tinta ou laser ou fotocópias geradas dos originais obtidos com as impressoras acima. A dissertação deve ser impressa em apenas uma face do papel.

### 1.3.4 Preparo da dissertação

#### 1.3.4.1 Digitação

A digitação deve ser feita somente na cor preta. Somente um estilo de letras, *Times New Roman (TNR)*, tamanho 12, deve ser empregado no texto, admitindo o "itálico" para substituir o grifo em nomes científicos e na citação bibliográfica. Para notas de chamadas de rodapé ou sub e sobrescritos admite-se letras *Times New Roman* menores (tamanho 10 ou 8). Para o título das seções (como resumo, introdução, etc.) deve-se utilizar o negrito, caixa alta, *Times New Roman*, tamanho 14.

#### 1.3.4.2 Espaçamento

Na digitação do texto, adotar o espaçamento de 1,5 cm de entrelinhas, com recuo de primeira linha do parágrafo de 1,25 cm (corresponde a 1 tab.) e texto justificado.

Espaço simples deve ser usado em tabelas, notas de rodapé, notas de fim de texto, títulos de tabelas/figuras com mais de uma linha, resumo, *abstract* e referências (entre as referências usar um espaço simples).

**O(s) artigo(s) científico(s) deve(m) ser formatado(s) e apresentado(s) dentro das normas da revista, porém, mantendo as linhas em espaço 1,5 cm.**

#### 1.3.4.3 Formatação da página (margens e parágrafos)

As margens terão as seguintes dimensões:

Superior: 3 cm

Inferior: 2 cm

Esquerda: 3 cm

Direita: 2 cm

#### 1.3.4.4 Numeração das páginas

Todas as folhas do trabalho, a partir da folha de rosto, devem ser contadas sequencialmente, mas não numeradas. A numeração é colocada, a partir da primeira folha da parte textual, em algarismos arábicos, no canto superior direito da folha, a 2 cm da borda superior, ficando o último algarismo a 2 cm da borda direita da folha.

Havendo apêndice e/ou anexo, as suas folhas devem ser numeradas de maneira contínua e sua paginação deve dar seguimento a do texto principal.

### **1.4 Estrutura da dissertação de mestrado**

Uma dissertação se compõe de três partes principais:

Elementos pré-textuais

Elementos textuais

Elementos pós-textuais

Embora cada uma delas possua subdivisões específicas, pode comportar variações na sequência e na composição dessas subdivisões, de acordo com as fontes consultadas.

## **2 ESTRUTURA DO MODELO TRADICIONAL**

### **2.1 Elementos Pré-Textuais**

Capa

Folha de rosto

Ficha Catalográfica

Dedicatória (opcional)

Agradecimentos (opcional)

Epígrafe (opcional)

Resumo

*Abstract*

Lista de Figuras (se houver)

Lista de Tabelas (se houver)

Lista de Gráficos (se houver)

Lista de Quadros (se houver)

Sumário

### **2.2 Elementos Textuais**

Introdução

Revisão da literatura

Metodologia

Resultados

Discussão

Conclusão

### **2.3 Elementos Pós-Textuais**

Referências

Anexos

Apêndices

### **3 ESTRUTURA DO MODELO ARTIGO**

Para a elaboração da dissertação no Modelo Artigo, o trabalho deverá comportar a elaboração de, pelo menos, um artigo de qualidade e densidade suficientes para que possa ser publicado em periódico com *Qualis* no mínimo B2.

Em termos de estrutura e em conformidade com as normas da ABNT de 2002, 2003 e 2011, o Modelo Artigo de dissertação adotado pelo Programa de Mestrado em Promoção da Saúde da UniCesumar se compõe dos seguintes itens:

#### **3.1 Elementos Pré-Textuais**

Capa

Folha de rosto

Ficha Catalográfica

Dedicatória (opcional)

Agradecimentos (opcional)

Epígrafe (opcional)

Resumo

*Abstract*

Lista de Figuras (se houver)

Lista de Tabelas (se houver)

Lista de Gráficos (se houver)

Lista de Quadros (se houver)

Sumário

#### **3.2 Elementos Textuais**

Introdução

Revisão da literatura

Metodologia

Artigo 1

Normas da Revista do Artigo 1

Artigo 2 (se houver)

Normas da Revista do Artigo 2 (se houver)

Conclusão

### 3.3 Elementos Pós-Textuais

Referências

Anexos

Apêndices

Caso seja escolhido o modelo artigo, a estrutura dos elementos pré-textuais e pós-textuais é a mesma do modelo tradicional. As mudanças ocorrerão somente nos **elementos textuais**.

## 4 ELEMENTOS PRÉ-TEXTUAIS

Elementos pré-textuais são aqueles que antecedem o texto. Esses elementos que podem ser essenciais (de caráter obrigatório) ou secundários (de caráter opcional), devem apresentar-se na Dissertação na seguinte ordem: Capa; Folha de rosto; Ficha catalográfica; Página de aprovação; Dedicatória; Agradecimentos; Epígrafe; Resumo; Abstract; Lista de ilustrações; Sumário.

### 4.1 Capa

A capa é a primeira parte da dissertação, onde devem ser inseridas as informações descritivas do trabalho.

A capa deverá ser no modelo "capa dura" de cor azul e com letras douradas, com lombada (parte lateral esquerda da encadernação). A capa deve conter dados que permitam a correta identificação do trabalho, devendo ser mencionado o nome da Instituição em que foi realizada a pós-graduação o nome do Programa, o nome do autor, o título da dissertação, o local e o ano da defesa.

A distribuição dos elementos na capa deverá ser de forma equilibrada, com vistas a garantir clareza e estética, obedecendo sempre às margens especificadas anteriormente.

Centralizada na parte superior da capa, em letras maiúsculas, *Times New Roman* (tamanho 14) e utilizando espaço simples, será identificada a Instituição e abaixo o nome do programa de pós-graduação

Após onze espaços simples, centralizado, o nome do autor em caixa alta deverá ser impresso com letras *Times New Roman* (tamanho14).

A onze espaços simples abaixo, em letras *Times New Roman*, tamanho16, em caixa alta, será impresso o título da dissertação. Caso o título contenha nomes científicos deverão ser impressos em "itálico".

Na parte inferior da capa, ocupando as duas últimas linhas, serão impressos, em caixa alta (*Times New Roman*, tamanho 12), o nome da cidade e por último o ano da defesa.

Na lombada da capa deverá ser escrito o grau, Mestrado (na parte superior), o nome do autor (centralizado) e o ano de obtenção do título (na parte inferior), todos escritos da parte inferior para a superior, em letras *Times New Roman* (tamanho 14).

#### 4.2 Folha de rosto

Esta é a segunda folha do trabalho, na qual devem ser inseridas as informações particulares da pesquisa.

No alto da folha deverá ser indicado o nome do autor centralizado, em caixa alta, com letras (*Times New Roman*, tamanho 14).

Após treze espaços, fonte *Times New Roman*, tamanho 16, caixa alta, negrito, centralizado será impresso o título da dissertação.

Treze espaços abaixo, à direita e com letras menores (*Times New Roman*, tamanho 12), deverá ser impresso: Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde do Centro Universitário de Maringá, como requisito parcial para obtenção do título de Mestre em Promoção da Saúde. Abaixo, deve ser informado o nome do Orientador e a seguir o Coorientador (quando houver).

Na parte inferior, ocupando as duas últimas linhas, serão impressos, em caixa alta (*Times New Roman*, tamanho12), o nome da cidade e por último o ano da defesa.

#### 4.3 Ficha catalográfica

São os dados que visam facilitar a identificação e a futura indexação do trabalho pelos órgãos competentes. Deve ser colocada na parte inferior do verso da folha de rosto, inserida em um retângulo.

Trata-se de um conjunto de dados, sistematicamente ordenados, com a descrição física e temática do trabalho, devendo fornecer uma ideia sumária do assunto tratado e dos seus aspectos físicos.

A ficha catalográfica deve ser elaborada na Biblioteca Central (BCE) da UniCesumar e impressa na metade inferior do verso da folha de rosto, obedecendo as margens direita, esquerda e inferior da página conforme item 3.4.3. A ficha deverá vir em um quadro com linhas fechadas e com o título: Ficha Catalográfica Preparada pela Seção de Catalogação e Classificação da Biblioteca Central da UniCesumar".

#### 4.4 Folha de aprovação

Esta página não é numerada nem contada nos preliminares da Dissertação. Contém o nome do autor (negrito), o título do trabalho, as informações sobre a finalidade do trabalho (Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde do Centro Universitário de Maringá, como requisito parcial para obtenção do título de Mestre em Promoção da Saúde pela Comissão Julgadora composta pelos membros:), Comissão julgadora, o nome de todos os membros de forma sequencial a partir do presidente da banca (orientador). No final da página, deverá ser digitado o ano de aprovação.

#### 4.5 Dedicatória(s) (opcional)

É uma folha opcional, na qual o aluno dedica seu trabalho a alguém, como parentes, amigos ou professores.

#### 4.6 Agradecimentos (opcional)

É uma folha, onde o aluno agradece às pessoas ou Instituições que tenham contribuído de maneira relevante para a realização do trabalho, tais como professores, colegas de profissão, funcionários, patrocinadores e outros, utilizando, no máximo, duas páginas.

#### 4.7 Epígrafe (opcional)

Folha considerada opcional, na qual o aluno cita um pensamento que, de certa forma, tenha alguma relação com o trabalho realizado ou que transmita algo em que o autor verdadeiramente acredite ou use como balizamento de conduta. Deverá vir seguido pelo seu autor e ocupar apenas uma página.

#### 4.8 Resumo

Resumo é um item da dissertação de mestrado que contém as partes principais do estudo. Embora as informações devam ser apresentadas de forma sucinta, deve-se manter a essência do conteúdo completo da dissertação.

Um resumo se compõe por: breve introdução do tema delimitado, os objetivos, a metodologia utilizada, os resultados e a conclusão da obra. Após um espaço, deve conter ainda, de 3 a 5 palavras-chave.

O termo "RESUMO", em caixa alta (*Times New Roman*, tamanho 14), é centralizado. O conteúdo do resumo inicia-se junto à margem esquerda, a dois espaços simples abaixo.

O resumo não deve ultrapassar duas páginas, sem uso de diagramas ou qualquer tipo de ilustração, nem referências.

#### 4.9 Abstract

O *abstract* é a tradução do texto do resumo na língua inglesa. Deve ser escrito numa folha separada, redigido no mesmo formato utilizado no resumo e conter as mesmas divisões do mesmo. Após um espaço, deve conter ainda, de 3 a 5 palavras-chave.

O título "ABSTRACT", em caixa alta (*Times New Roman*, tamanho 14), é centralizado.

O conteúdo do *abstract* inicia-se junto à margem esquerda, a dois espaços abaixo do título.

O *abstract* consiste na versão fiel, em inglês, do conteúdo, como aparece no resumo. Da mesma forma que para o resumo da dissertação.

#### 4.10 Lista de ilustrações (opcional)

Uma dissertação de mestrado pode conter figuras, tabelas, gráficos ou quadros, dependendo do formato escolhido. Cada uma das listas deve ser escrita em folhas separadas e devem conter: o nome e o número da ilustração, o seu enunciado como aparece no texto da dissertação e a página onde é mencionada no texto do trabalho.

Lista de figuras: podem ser incluídas figuras, desenhos, diagramas, fluxogramas, lâminas, mapas, fotografias etc.

Lista de quadros: ilustrações que aparecem no texto da dissertação, provenientes de resultados já coletados em estudos anteriores (Revisão da Literatura) ou quando se referem à lista, cujas informações numéricas não são resultantes de tratamento estatístico. Os quadros contêm todas as suas extremidades fechadas.

Lista de tabelas: resultados coletados durante a pesquisa e que foram tratados por meio de cálculos estatísticos (ex: média, desvio-padrão, testes de comparações, correlações, variância etc.). Sua característica é a de não conter linhas verticais e nem serem fechadas nas suas partes laterais. Sua escolha depende do número de resultados que podem ser mostrados de uma só vez.

Lista de gráficos: ilustrações provenientes de cálculos estatísticos. Podem ser dispostos no formato horizontal, vertical ou circular. Sua escolha normalmente se dá por não conter um grande número de resultados ou pela estética.

#### 4.11 Sumário

Trata-se da enumeração das principais divisões, seções e partes do trabalho, feita na ordem em que se sucedem no texto e com indicação da página inicial.

O sumário é uma lista de todos os itens mencionados na dissertação de mestrado com a sua respectiva numeração. Este item compreende a numeração, o título deste item da mesma forma como está escrito no texto e a página onde o mesmo se encontra no texto da dissertação.

O título "SUMÁRIO", em caixa alta, (*Times New Roman*, tamanho 14) é centralizado. A seguir, um espaço abaixo, iniciar a listagem das páginas.

Todas as seções, títulos e sub-títulos impressos após o índice devem ser listados como aparecem no corpo da dissertação, com a indicação da página e utilizando letras *Times New Roman*, tamanho 12.

Nenhuma citação precedente a esta página deve constar do índice.

## **5 ELEMENTOS TEXTUAIS**

### **5.1 Introdução**

Esta parte deve conter uma apresentação geral sobre o assunto, caracterizando e justificando a escolha do tema e o método empregado. Deve conter esclarecimentos do ponto de vista sob o qual o assunto será tratado a seguir, relacionando o trabalho com outros da mesma área. Não é conveniente que seja muito extensa. Aqui só devem ser citados trabalhos relevantes para justificar o objetivo. O último parágrafo da Introdução deve ser o objetivo do estudo.

O Objetivo é um componente fundamental da dissertação e deve ser o último parágrafo da Introdução, podendo ser destacado como um subtítulo, mas não como um capítulo isolado. Deve ser expresso de forma clara e concisa, atendo-se exatamente ao que o autor se propõe realizar ou demonstrar. É fundamental manter uma coerência entre o Título e o Objetivo.

### **5.2 Objetivos**

Os Objetivos são os conhecimentos que se pretende alcançar ao final da elaboração da pesquisa.

A especificação dos objetivos de uma pesquisa deve responder às questões em que os objetivos estão ligados ao problema da pesquisa. Na sua essência, constituem aquilo que precisa ser investigado para que o problema da pesquisa seja resolvido.

### **5.3 Revisão da Literatura**

Neste item, devem ser apresentados os antecedentes científicos que irão fundamentar a pesquisa, justificar e/ou sustentar os dados a serem produzidos ao nível da teoria.

Consiste no levantamento de informações que darão suporte ao problema, localizando-o dentro de uma área teórica, linha ou abordagem.

Numa dissertação de mestrado, a revisão da literatura serve para o pesquisador fundamentar o tema que está pesquisando, visando melhor problematizá-lo.

A Revisão deverá conter apenas trabalhos relevantes para a comparação e interpretação dos resultados obtidos.

Na Revisão da Literatura devem ser desencorajadas as longas citações de resumos de trabalhos, seja por ordem cronológica ou de temas, que não se relacionem objetivamente com o tema em pauta. Somente devem ser incluídos trabalhos de evidente relevância.

#### **5.4 Metodologia**

Nesta sessão, faz-se a caracterização da pesquisa e, diretamente relacionado ao tipo de pesquisa, deverão ser descritos os procedimentos e recursos utilizados para se atingir o objetivo da investigação. Basicamente, o autor deverá responder às questões: como, quando e onde foi realizado o estudo? Quais equipamentos foram utilizados? Quais os procedimentos adotados? As respostas a estas perguntas devem ser detalhadas o suficiente para permitir que outros pesquisadores reproduzam o trabalho e comprovem os resultados encontrados.

#### **5.5 Resultados**

Os Resultados podem ser apresentados na forma de texto, figuras, tabelas, gráficos, fotografias e esquemas. Todas as figuras, tabelas, gráficos, fotografias e esquemas incluídos nos Resultados devem ser mencionados no texto. Procure destacar no texto os aspectos mais importantes dos dados, os quais irá fazer referência e comentar na Discussão.

#### **5.6 Discussão**

A Discussão é a seção do texto científico em que se deve discutir quais ideias e tendências foram estabelecidas ou reforçadas com os resultados de seu trabalho, bem como de que maneira as descobertas se comparam os achados de outros pesquisadores apresentados em trabalhos anteriores. Nesta seção, deve-se destacar também se existem implicações teóricas e/ou práticas do estudo. Assim os resultados serão:

Interpretados;

Interligados entre si;

Ligados de forma a chegar às suas conclusões;  
Comparados com a literatura;  
Criticados.

## **5.7 Conclusão**

Consiste na apresentação das respostas aos objetivos propostos. Deve ser fundamentada nos resultados encontrados. A conclusão deve se referir unicamente à proposta do trabalho. Não se permite citações ou a inclusão de dados novos ou que não constituíram objetivos do trabalho. Podem ser apresentadas sugestões para novas pesquisas com tema semelhante.

## 6 ELEMENTOS PÓS-TEXTUAIS

### 6.1 Referências

A finalidade das referências é informar as fontes que serviram de base para a elaboração do trabalho. O autor não deve deixar de incluir neste item nenhuma das fontes citadas no texto, bem como não deve inserir nas referências nenhuma fonte que não tenha sido citada. Na elaboração deste item da dissertação de mestrado devem ser seguidas as Normas da ABNT.

### 6.2 Anexos

Às vezes, podem ser anexados no final da dissertação: cartas, e-mails, instrumentos utilizados na coleta dos dados, atas, regulamentos, normas e regimentos, parecer do comitê de ética (se for o caso) e outros documentos utilizados na elaboração da dissertação.

### 6.3 Apêndices

Os elementos pós-textuais serão representados pelo(s) apêndice(s). Esta seção é optativa.

São os textos produzidos ao longo da elaboração da dissertação de mestrado, como por exemplo, questionários, entrevistas estruturadas, protocolos, testes e outros, que, por serem extensos, são colocados neste item, ao final do trabalho.

Esta seção é separada do material precedente por uma folha de rosto trazendo o título "APÊNDICES" (ou, se há apenas um, "APÊNDICE"), em caixa alta (*Times New Roman, tamanho 14*), centralizado e sem pontuação. A folha é contada, mas não é numerada.

Os APÊNDICES podem ser divididos em Apêndice A, Apêndice B, etc., dependendo dos tipos e quantidades de materiais usados.

Cada apêndice, com seu título, caso o tenha, deve ser listado separadamente no Sumário como subdivisão de primeira ordem sob o título de APÊNDICE.

#### **6.4 Revisão do texto**

O texto da dissertação deverá ser revisado por um professor de português, e o "abstract" por um professor de inglês, que comprovarão as correções mediante emissão de declaração. A revisão deverá ser feita após a defesa da dissertação.

## 7 MODELOS

**Exemplo de capa:**

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE MARINGÁ**  
(Times 14 centralizado)  
**PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PROMOÇÃO DA SAÚDE**  
(Times 14 centralizado)

**JOSÉ ALÍPIO GARCIA GOUVÊA**  
(Times 14 centralizado)

Margem Esquerda: 3,0 cm

Margem Direita: 2,0 cm

**INFLUÊNCIA DA DANÇA SÊNIOR NOS PARÂMETROS  
MOTORES E COGNITIVOS DE IDOSOS**  
(Times 16 centralizado)

**MARINGÁ**  
**2015**  
(Times 12 centralizado)

Margem Inferior: 2,0 cm

**Exemplo de folha de rosto:**

**JOSÉ ALÍPIO GARCIA GOUVÊA**

(Times 14 centralizado)

**INFLUÊNCIA DA DANÇA SÊNIOR NOS PARÂMETROS  
MOTORES E COGNITIVOS DE IDOSOS**

(Times 16 centralizado)

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde do Centro Universitário de Maringá, como requisito parcial para obtenção do título de Mestre em Promoção da Saúde.

Orientadora: Prof<sup>ª</sup>. Dr<sup>ª</sup>. Sonia Maria Marques  
Gomes Bertolini

Coorientadora: Andrea Grano Marques

(Times 12 centralizado)

MARINGÁ

2015

(Times 12 centralizado)

**Exemplo de ficha catalográfica:**

Ficha Catalográfica Preparada pela Seção de Catalogação e Classificação da Biblioteca Central da UniCesumar

Manzano, Beatriz Martins

Variabilidade da frequência cardíaca como ferramenta de análise da função autonômica de tabagistas: revisão de literatura e estudo do plot de Poincaré/Beatriz Martins Manzano.

Presidente Prudente, 2009

70 p.; 33 cm

Dissertação (Mestrado) – Faculdade de ciências e Tecnologia da Universidade Estadual Paulista .

Área de Concentração: Fisioterapia

Orientador: Prof<sup>ª</sup> . Dr<sup>ª</sup>. Dionei Ramos

1.Tabagismo; 2.Sistema Nervoso Autônomo; Frequência cardíaca; Dinâmica não-linear

**Exemplo de folha de aprovação (Pós-Graduação):**  
**JOSÉ ALÍPIO GARCIA GOUVÊA**  
(Times 12 maiúsculo centralizado)

Idosos de instituições de curta permanência: perfil e influência da dança sênior nos parâmetros emocionais, motores e domínios de qualidade de vida

(Times 14 centralizado)

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde do Centro Universitário de Maringá, como requisito parcial para obtenção do título de Mestre em Promoção da Saúde pela Comissão Julgadora composta pelos membros:

(Times 12 justificado)

**COMISSÃO JULGADORA**  
(Times 12 maiúsculo centralizado)

---

Prof<sup>ª</sup>. Dr<sup>ª</sup>. Sonia Maria Marques Gomes Bertolini  
Centro Universitário de Maringá (Presidente)

(Times 12 centralizado)

---

Prof<sup>ª</sup>. Dr<sup>ª</sup>. Rose Mari Bennemann  
Centro Universitário de Maringá

(Times 12 centralizado)

---

Prof. Dr. Denilson de Castro Teixeira  
Universidade Estadual de Londrina

(Times 12 centralizado)

Aprovado em: 20 de fevereiro de 2015.

**Exemplo de dedicatória:**

(Times 12 justificado)

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho a todos aqueles que  
contribuíram para sua realização.

**Exemplo de agradecimentos:****AGRADECIMENTOS**

A Deus pelo dom da vida.

À Empresa Vida Ativa, pela oportunidade oferecida e apoio para a realização deste curso.

Ao Centro Universitário de Maringá, por ter-me possibilitado desenvolver este trabalho.

À Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), pela bolsa de estudos.

Aos professores do Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde/ UniCesumar pelos valiosos ensinamentos.

Aos colegas do Mestrado em Promoção da Saúde, pela amizade, apoio e demonstração de companheirismo.

A todos que, direta ou indiretamente, contribuíram para a realização deste trabalho.

**Exemplo de epígrafe:**

“ Desistir... eu já pensei seriamente nisso, mas nunca me levei realmente a sério; é que tem mais chão nos meus olhos do que o cansaço na minhas pernas, mais esperança nos meus passos, do que tristes nos meus ombros, mais estrada no meu coração do que medo na minha cabeça.”

Cora Coralina

**Exemplo de resumo:**

(Título em negrito – Fonte: Times, tamanho 14 e justificado)

**Alterações histomorfométricas do músculo sóleo provocadas pela imobilização prolongada: estudo experimental com ratos da linhagem wistar****RESUMO** (Times 14 centralizado em negrito)

Este estudo teve como objetivo verificar os efeitos da imobilização articular no músculo sóleo de ratos, por meio de uma análise histomorfométrica, em períodos de 21 e 45 dias. Foram utilizados 10 *Rattus norvegicus albinus* machos, variedade Wistar (3 a 4 meses, massa corpórea entre 250–300 g). A amostra foi dividida em dois grupos (G1 e G2), com 5 animais em cada, sendo o primeiro grupo submetido à imobilização por 21 dias e o segundo por 45 dias. O controle do experimento foi obtido a partir do membro contralateral direito do respectivo animal. A imobilização do membro posterior esquerdo foi feita por meio de uma órtese adaptada. A análise histomorfométrica do sóleo foi realizada por meio de cortes transversais não seriados de 8 µm de espessura. Foram analisadas, por meio das imagens obtidas, a forma e a área das fibras musculares comparando-as com o grupo-controle. Foi observada a presença de fibras musculares com morfologias distintas, evidenciadas pelos diferentes contornos celulares, predominando fibras com formato poliédrico. Em ambos os períodos de imobilização houve redução da área de secção transversa das fibras, frente à comparação ao seu respectivo membro contralateral, com diferenças significativas ( $p < 0,0001$ ), especialmente entre os grupos experimentais. Pode-se concluir que a imobilização articular de ratos por 21 e 45 dias altera a área de secção transversa das fibras do músculo sóleo, sendo as alterações mais significativas evidenciadas em períodos mais prolongados de restrição ao movimento.

**Palavras-chave:** Imobilização. Ratos. Músculo esquelético.

**Exemplo de abstract:**

(Título em negrito – Fonte: Times, tamanho 14 e justificado)

**Histomorphometric alterations of muscle soleus provoked by drawn out immobilization: experimental study with wistar lineage rats****ABSTRACT**(Times 14 centralizado em negrito)

This study has as objective to analyze the effect of joint immobilization of the soleus muscle of posterior members of rats on morphometric profile view, at periods of 21 and 45 days. Ten male *Rattus norvegicus albinus*, Wistar variety, were used, separated into two groups (group I and II), of 5 animals each, with the first group submitted to immobilization for 21 days and the second for 45 days. The experiment control was acquired from the right contralateral member of each animal. The immobilization of the left posterior member was done by adapted orthosis. The morphometric analysis of soleus was by non-serial cross sections, 8µm thick. From the obtained images, the muscle fibers areas were analyzed, including the form of the fibers, comparing with the control group. In both the periods of immobilization cross sections of staple fibres had reduction of the section area, front to the comparison to its respective member has controlled, with significant important ( $p < 0.0001$ ), especially it enters the experimental groups of 21 and 45 days. It can be concluded that immobilization to articulate of rats per 21 and 45 days modifies the section area more transversa of staple fibres of the sóleo muscle and deleterious effect of more significant the cellular components for drawn out periods.

**Keywords:** Immobilization. Rats. Skeletal muscle.

**Exemplo de lista de figuras:**

## **LISTA DE FIGURAS**

Figura 1	Fotomicrografia da secção transversa do terço médio do músculo sóleo.....	15
Figura 2	Fotomicrografia da secção transversa do terço inferior do músculo sóleo.....	16

**Exemplo de lista de tabelas:**

## **LISTA DE TABELAS**

TABELA 1-	Média e desvio padrão da área de secção longitudinal (em micrometros) das fibras do músculo sóleo dos animais analisados do grupo controle.....	20
TABELA 2 -	Média e desvio padrão da área de secção transversa (em micrometros) das fibras do músculo sóleo dos animais analisados do grupo experimental.....	21

**Exemplo de sumário:****SUMÁRIO (modelo tradicional)**

<b>1</b>	<b>INTRODUÇÃO</b> .....	10
1.1	Objetivo geral.....	12
1.2	Objetivos específicos.....	12
<b>2</b>	<b>REVISÃO DA LITERATURA</b> .....	13
2.1	Promoção da saúde.....	13
2.2	Incontinência unirária.....	15
2.3	Atividade física na terceira idade.....	17
<b>3</b>	<b>METODOLOGIA</b> .....	19
3.1	Tipo de estudo.....	19
3.2	Local de realização da pesquisa.....	19
3.3	População e amostra.....	20
3.4	Instrumentos e procedimentos de coleta de dados.....	20
3.5	Análise dos dados.....	23
<b>4</b>	<b>RESULTADOS</b> .....	24
<b>5</b>	<b>DISCUSSÃO</b> .....	27
<b>6</b>	<b>CONCLUSÃO</b> .....	32
<b>7</b>	<b>REFERÊNCIAS</b> .....	33
<b>8</b>	<b>ANEXOS</b> .....	35
8.1	Anexo A.....	36
8.2	Anexo B.....	37
<b>9</b>	<b>APÊNDICES</b> .....	38
9.1	Apêndice A.....	39
9.2	Apêndice B .....	40

Obs. Os itens das subseções dependerão do tipo de estudo.

**Exemplo de sumário para artigo:****SUMÁRIO (modelo artigo)**

<b>1</b>	<b>INTRODUÇÃO</b> .....	10
1.1	Objetivo geral.....	12
1.2	Objetivos específicos.....	12
<b>2</b>	<b>REVISÃO DA LITERATURA</b> .....	13
2.1	Promoção da saúde.....	13
2.2	Incontinência unirária.....	15
2.3	Atividade física na terceira idade.....	17
<b>3</b>	<b>METODOLOGIA</b> .....	19
3.1	Tipo de estudo.....	19
3.2	Local de realização da pesquisa.....	19
3.3	População e amostra.....	20
3.4	Instrumentos e procedimentos de coleta de dados.....	20
3.5	Análise dos dados.....	23
<b>4</b>	<b>ARTIGO 1</b> .....	24
<b>5</b>	<b>Normas do Artigo 1</b> .....	36
<b>6</b>	<b>ARTIGO 2</b> .....	38
<b>7</b>	<b>Normas do Artigo 2</b> .....	48
<b>8</b>	<b>CONCLUSÃO</b> .....	50
<b>7</b>	<b>REFERÊNCIAS</b> .....	51
<b>9</b>	<b>ANEXOS</b> .....	54
9.1	Anexo A.....	55
9.2	Anexo B.....	56
<b>10</b>	<b>APÊNDICES</b> .....	57
9.1	Apêndice A.....	58
9.2	Apêndice B.....	60

Obs. Os itens das subseções dependerão do tipo de estudo.

## **MODELO PARA IMPRESSÃO NO CD**

Centro Universitário de Maringá  
Programa de Pós-Graduação Promoção da Saúde

Dissertação de Mestrado

**INFLUÊNCIA DA DANÇA SÊNIOR NOS PARÂMETROS  
MOTORES E COGNITIVOS DE IDOSOS**

Autor: JOSÉ ALÍPIO GARCIA GOUVÊA

MARINGÁ - PR