

UNILEÃO  
CENTRO UNIVERSITÁRIO DOUTOR LEÃO SAMPAIO  
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

SUYANNE FERREIRA CAZUZA

**PANORAMA DA PESQUISA SOBRE INSÔNIA E SONOLÊNCIA EXCESSIVA  
DIURNA: evidências a partir de análises bibliométricas**

JUAZEIRO DO NORTE - CE  
2025

SUYANNE FERREIRA CAZUZA

**PANORAMA DA PESQUISA SOBRE INSÔNIA E SONOLÊNCIA EXCESSIVA  
DIURNA: evidências a partir de análises bibliométricas**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Bacharelado em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio (Campus Saúde), como requisito para obtenção de nota para a disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso II, Artigo Científico.

**Orientador:** Prof. Me. Marcos A. Araújo Bezerra

SUYANNE FERREIRA CAZUZA

**PANORAMA DA PESQUISA SOBRE INSÔNIA E SONOLÊNCIA EXCESSIVA  
DIURNA: evidências a partir de análises bibliométricas**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Bacharelado em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio (Campus Saúde), como requisito para obtenção de nota para a disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso II, Artigo Científico.

**Orientador:** Prof. Me. Marcos A. Araújo Bezerra

Data de aprovação: 28/11/2025.

**BANCA EXAMINADORA:**

Orientador: Prof<sup>o</sup> Me. Marcos Antônio Araújo Bezerra Orientador

Examinador 1: Prof<sup>o</sup> Me. Cícero Rodrigo da Silva Examinador

Examinador 2: Prof<sup>o</sup> Esp. Cícero Idelvan de Moraes Examinador

# 2025 PANORAMA DA PESQUISA SOBRE INSÔNIA E SONOLÊNCIA EXCESSIVA DIURNA: evidências a partir de análises bibliométricas

Suyanne Ferreira Cazuza<sup>1</sup>  
Marcos Antônio Araújo Bezerra<sup>2</sup>

## RESUMO

**Introdução:** O sono é um processo fisiológico essencial à manutenção da saúde e ao equilíbrio homeostático, sendo indispensável à recuperação física, cognitiva e emocional. A privação do sono associa-se a déficits neurocognitivos, distúrbios psicossociais e doenças crônicas não transmissíveis. Entre os transtornos do sono mais prevalentes, destacam-se a insônia — caracterizada pela dificuldade em iniciar ou manter o sono — e a sonolência diurna excessiva (SDE), definida pela necessidade anormal de dormir durante o dia. Tais condições comprometem o desempenho social e profissional, além de implicarem custos socioeconômicos significativos. **Objetivo:** Analisar o panorama da produção científica internacional sobre insônia e sonolência diurna excessiva, com base em métricas bibliométricas, a fim de identificar tendências, autores, instituições e países mais produtivos, bem como lacunas no conhecimento. **Método:** Trata-se de uma revisão bibliométrica realizada na base Web of Science (WOS) até setembro de 2025, utilizando a string de busca: “*insomnia*” and “*excessive daytime sleepiness*”. Foram incluídos artigos originais e de revisão, totalizando 50 publicações. As análises de desempenho e mapeamento foram conduzidas no software VOSviewer (v.1.6.20), aplicando-se as Leis de *Bradford*, *Lotka* e *Zipf* para avaliar produtividade, dispersão e frequência de termos. **Resultados:** A literatura sobre o tema revelou forte concentração em poucos periódicos, destacando-se Sleep Medicine como principal veículo de disseminação. A produtividade dos autores seguiu o modelo de Lotka, com poucos pesquisadores altamente produtivos — Postuma, R.B., apresentou o maior número de publicações. A análise de palavras-chave evidenciou “*sleep*”, “*medicine*” e “*neurology*” como termos centrais, indicando predominância de estudos clínicos e neurocientíficos. Estados Unidos, Reino Unido e Brasil destacaram-se entre os países com maior produção científica, refletindo redes colaborativas consolidadas. **Conclusão:** A produção científica sobre insônia e SDE apresenta tendência de crescimento, porém ainda se mostra concentrada em poucos centros e pesquisadores. A consolidação teórica e metodológica do campo requer ampliação da cooperação internacional e inclusão de contextos diversos. A bibliometria demonstrou ser ferramenta relevante para orientar políticas de pesquisa e fomentar novas investigações sobre distúrbios do sono.

**Palavras-chave:** Distúrbios do sono. Bibliometria. Produção científica. Saúde pública.

## 1 INTRODUÇÃO

O sono constitui um processo fisiológico essencial à manutenção da

---

<sup>1</sup> Discente do Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio - [suyanneferreira8@gmail.com](mailto:suyanneferreira8@gmail.com)

<sup>2</sup> Docente do Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio - [marcosantonio@leaosampaio.edu.br](mailto:marcosantonio@leaosampaio.edu.br)

homeostase, desempenhando papel central na reparação tecidual, conservação de energia e regulação de mecanismos neurocognitivos e imunológicos, onde sua privação compromete funções vitais, impactando diretamente as relações interpessoais e a saúde física e mental, com repercussões que incluem maior prevalência de transtornos do sono, como insônia e sonolência diurna excessiva (Azambuja *et al.*, 2024). Evidências recentes demonstram que a má qualidade do sono associa-se a déficits cognitivos, distúrbios psicossociais, alterações cardiometabólicas e risco elevado de doenças crônicas não transmissíveis, como diabetes mellitus, doenças cardiovasculares e obesidade (Shigaki; Cardoso *et al.*, 2024; Araújo *et al.*, 2023).

A insônia caracteriza-se pela dificuldade em iniciar ou manter o sono, bem como pelo despertar precoce acompanhado de sensação de sono não restaurador, onde o diagnóstico requer a ocorrência dos sintomas pelo menos três vezes por semana durante três meses, usualmente associados a repercussões diurnas como fadiga, irritabilidade e alterações de humor (Academia Brasileira do Sono, 2021). Já a sonolência diurna excessiva (SDE), por sua vez, manifesta-se como necessidade anormal e persistente de dormir durante o dia, comprometendo o desempenho escolar, social e ocupacional, com prevalência estimada em até 25% da população (Martins *et al.*, 2024). Essas condições frequentemente coexistem, visto que a insônia favorece o surgimento da SDE, instaurando um ciclo vicioso que agrava os distúrbios do sono e compromete significativamente a qualidade de vida (Felden *et al.*, 2020).

A relevância clínica e social desses transtornos reflete-se nos dados epidemiológicos: estima-se que aproximadamente 30% da população mundial apresente insônia e cerca de 20% sofra de SDE, prevalências semelhantes às observadas no Brasil e, em particular, no estado do Ceará (Elsa-Brasil, 2012-2014; Fonte Ceará, 2023). As consequências extrapolam a esfera individual, pois acarretam prejuízos cognitivos, emocionais e físicos, além de aumentarem os custos socioeconômicos relacionados à perda de produtividade, absentismo e presenteísmo (Hafner *et al.*, 2017). Nesse sentido, a insônia e a SDE configuram um desafio para os sistemas de saúde e para a formulação de políticas públicas voltadas à promoção do sono saudável (ELSA-BRASIL, 2012-2014).

Paralelamente, observa-se nas últimas décadas um crescimento expressivo da produção científica sobre transtornos do sono, refletindo maior preocupação acadêmica e clínica em compreender seus impactos (Schwab; Levin *et al.*, 2024).

Contudo, persistem lacunas quanto à análise integrada de insônia e SDE, limitando o desenvolvimento de estratégias preventivas e terapêuticas eficazes (Machado *et al.*, 2024).

Nesse contexto, a bibliometria desponta como ferramenta metodológica de relevância para mapear e avaliar, de forma quantitativa e qualitativa, a produção científica sobre o tema. Essa abordagem permite identificar autores, periódicos e instituições mais influentes, além de revelar redes de colaboração, tendências de pesquisa e lacunas do conhecimento (Hood; Wilson, 2001; Öztürk *et al.*, 2024). Ao organizar o vasto volume de publicações, a análise bibliométrica subsidia decisões estratégicas na formulação de políticas científicas, bem como orienta investigações futuras (Aria; Cuccurullo, 2017; Mayo *et al.*, 2024).

Diante desse panorama, o presente estudo tem como objetivo analisar a produção científica acerca da insônia e da sonolência diurna excessiva em crianças, por meio de uma revisão bibliométrica. Pretende-se delimitar os conceitos envolvidos, identificar as principais tendências e lacunas, além de discutir as implicações científicas e sociais desse campo de investigação.

## **2 MÉTODO**

### **2.1 DESENHO DO ESTUDO**

Esta revisão bibliométrica foi projetada para identificar métricas de desempenho de pesquisa (análise quantitativa) e revelar a estrutura social e conceitual do campo de pesquisa da insônia e SDE (análise qualitativa). Para isso, foram executadas análises de desempenho e mapeamento, respectivamente. As unidades analisadas incluídas neste trabalho foram documentos, autores, periódicos, organizações, países e palavras-chave. As métricas de desempenho analisadas foram o número de artigos publicados de cada unidade analisada e, no caso dos documentos, o número de citações atribuídas. As seguintes redes também foram analisadas por meio de análises de mapeamento: coautoria de autores, organizações e países; e uma rede de co-ocorrência de palavras-chave.

### **2.2 COLETA DE DADOS**

Foi conduzida uma busca sistemática na base de dados Web Of Science (WOS), por meio do acesso do portal CAFÉ. Esta foi realizada até setembro de 2025

empregando as seguintes palavras-chave:

**Quadro 1.** *String* de busca

"insomnia" and "excessive daytime sleepiness"
---

**Fonte:** Dados da pesquisa, 2025.

Após a busca com os descritores, foram encontrados 50 artigos. Os critérios de inclusão contemplaram unicamente artigos originais e artigos de revisão, resultando em um total de 50 artigos incluídos no estudo. A totalidade dos artigos incluídos foram extraídos da plataforma no formato de arquivo de texto (txt) para serem analisados utilizando o programa VOSviewer, conforme metodologia estabelecida para este estudo.

### 2.3 PROCEDIMENTOS BIBLIOMÉTRICOS

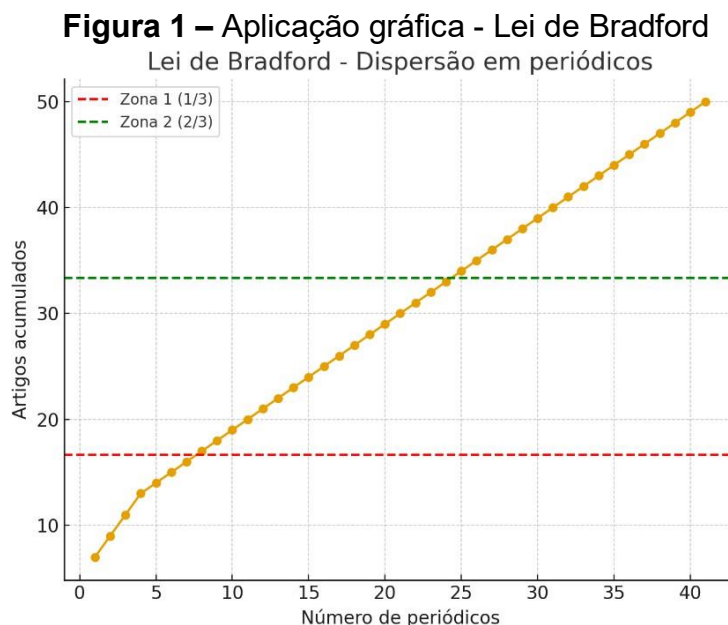
As análises bibliométricas de rendimento, coautoria e co-ocorrência foram executadas com o VOSviewer versão 1.6.20 (Universidade de Leiden, Holanda) (Van Eck & Waltman, 2010). O Excel (Microsoft, EUA) foi utilizado para o cálculo das leis bibliométricas e para a fabricação de gráficos. Antes de executar as análises, uma lista completa dos autores, periódicos, organizações, países e palavras-chave resultantes da pesquisa foi extraída para realizar a eliminação de unidades duplicadas. Essa é uma etapa importante de pré-processamento efetuada através da fabricação de arquivos denominados: “thesaurus”, pois, em alguns casos, a mesma unidade (por exemplo, autor) pode ter várias entradas no banco de dados (por exemplo, o nome do mesmo autor escrito de formas diferentes), afetando a qualidade das análises bibliométricas (Cobo *et al.*, 2011). O thesaurus eliminou 1 autor duplicados, 2 organizações duplicadas e 43 palavras-chave duplicadas.

Os dados de desempenho de documentos, autores, periódicos, organizações e países foram extraídos das análises do VOSviewer. Os dados de publicação por ano foram extraídos das opções de análise da plataforma de pesquisa da WOS. Com isso, foram calculadas as leis bibliométricas de Lotka (produtividade dos autores), Bradford (dispersão de publicações em periódicos) e Zipf (frequência de aparição de palavras-chave) (Bailón-Moreno *et al.*, 2005). As análises de mapeamento foram executadas usando o método de contagem total, no qual todos os links da rede entre as unidades têm o mesmo peso.

### 3 RESULTADOS

#### 3.1 APLICAÇÕES DAS LEIS BIBLIOMÉTRICAS

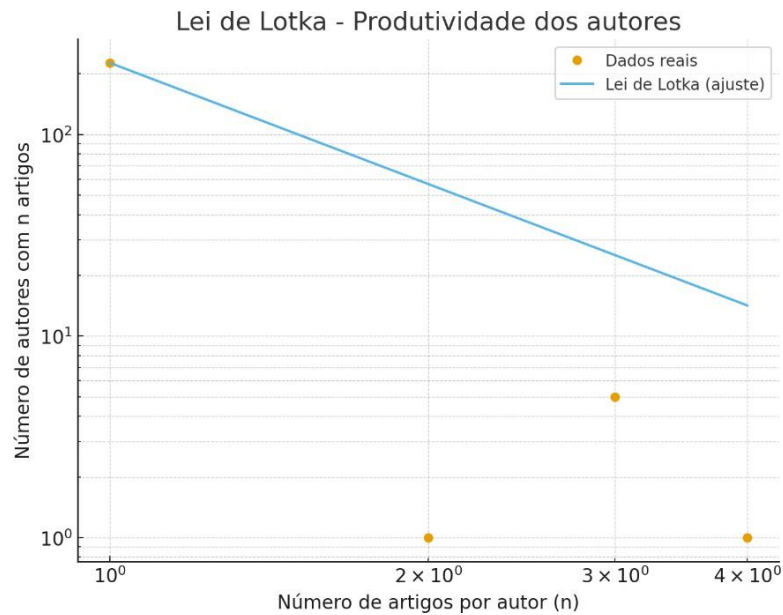
A aplicação da Lei de Bradford evidenciou que a literatura sobre insônia e SED está fortemente concentrada em poucos periódicos. O núcleo identificado é o periódico *Sleep Medicine*, que sozinho concentrou 7 artigos, configurando-se como o principal veículo de disseminação do tema. Esse resultado confirma a previsão de Bradford: uma pequena quantidade de periódicos concentra a maior parte da produção científica, enquanto a maioria contribui de forma marginal, com poucos artigos (FIGURA 1).



**Fonte:** Dados da pesquisa, 2025.

Na análise da produtividade dos autores, verificou-se que a distribuição segue o modelo proposto por Lotka, segundo o qual poucos pesquisadores são altamente produtivos e a maioria publica apenas uma vez. O autor Postuma, RB destacou-se com 4 artigos. O gráfico em escala *log-log* mostrou boa aderência à curva teórica da Lei de Lotka (proporcionalidade  $\sim 1/n^2$ ), confirmando que a produtividade científica nesta área é altamente desigual, com um pequeno grupo de autores responsáveis por uma fração significativa da produção (FIGURA 2).

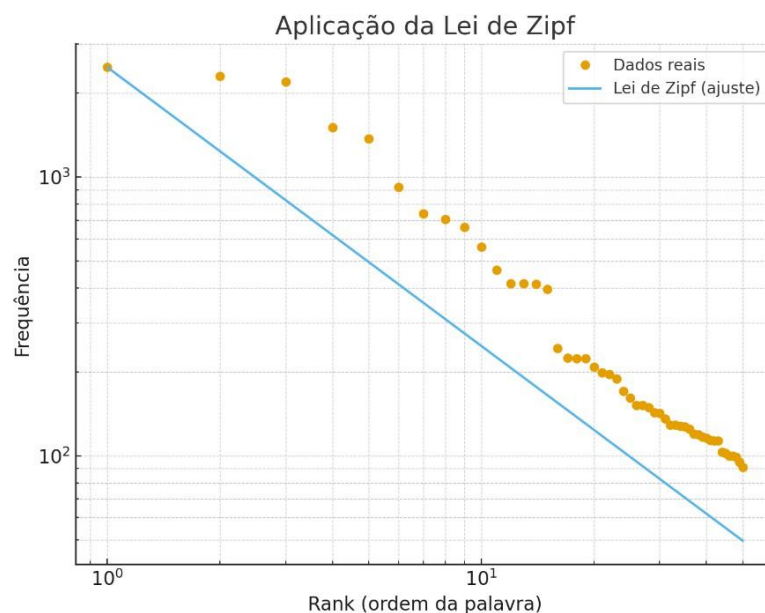
**Figura 2 – Aplicação gráfica - Lei de Lotka**



**Fonte:** Dados da pesquisa, 2025.

A análise da frequência dos termos no corpus evidenciou o padrão típico previsto pela Lei de Zipf, segundo a qual a frequência de ocorrência das palavras é inversamente proporcional à sua posição no ranking. A palavra mais recorrente foi “sleep”, com 1374 ocorrências, seguida de termos ligados ao contexto científico e médico, como “medicine” (397), “neurology” (416) e “disorders” (414). Em contraste, a maioria das palavras apareceu apenas algumas vezes, compondo a cauda longa da distribuição. O gráfico em escala *log-log* demonstrou clara aderência à função de potência, evidenciando que o vocabulário da literatura sobre distúrbios do sono é dominado por poucos termos centrais, enquanto a maior parte das palavras é rara e periférica (FIGURA 3).

**Figura 3 – Aplicação gráfica - Lei de Zipf**



**Fonte:** Dados da pesquisa, 2025

A Figura 4 apresenta a distribuição gráfica dos autores (A), instituições (B), países (C) e palavras-chave (D) dos estudos incluídos na análise bibliométrica. Essa representação visual permite compreender o panorama de produção científica sobre o tema em questão, destacando os principais agentes, centros de pesquisa e tendências temáticas observadas no campo.

(Figura 4a) - Distribuição dos Autores

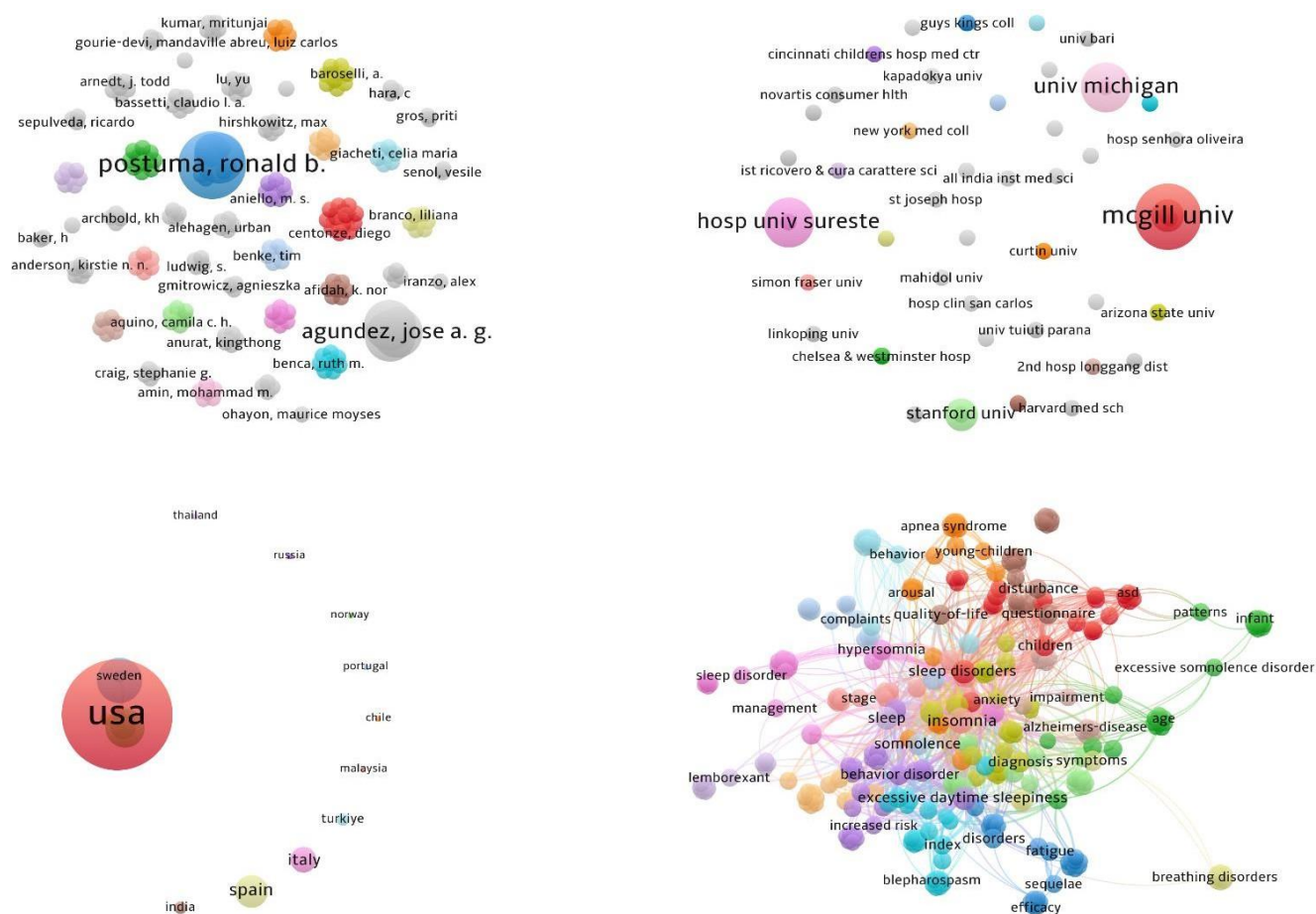
A figura 4A evidencia a participação heterogênea dos autores na produção científica sobre o tema analisado. Observa-se a presença de um grupo restrito de pesquisadores com alta frequência de publicações, configurando-se como autores de referência ou "núcleo duro" da área, segundo a Lei de Lotka. Em contrapartida, há uma ampla dispersão de autores com produção isolada, o que demonstra o caráter ainda fragmentado e emergente do campo de estudo. Essa concentração de produtividade em poucos pesquisadores sugere que a consolidação teórica e metodológica do tema tem ocorrido a partir de grupos específicos, responsáveis pela maior parte da difusão do conhecimento.

(Figura 4b) - Distribuição das Instituições

A figura 4b, constata-se que as instituições de ensino superior e centros de

pesquisa são os principais responsáveis pela produção acadêmica. Universidades públicas apresentam destaque, especialmente aquelas com programas de pós-graduação consolidados e tradição em pesquisa científica. Nota-se também a presença de instituições privadas, embora em menor proporção, o que pode estar relacionado a iniciativas isoladas ou parcerias interinstitucionais. Essa configuração institucional reforça o papel das universidades como núcleos promotores do avanço científico e tecnológico, corroborando a literatura que associa o desenvolvimento do conhecimento à estrutura e ao incentivo de pesquisa institucional.

(Figura 4c) - Distribuição dos Países



A figura 4c demonstra que a produção científica está concentrada em determinados países, com destaque para aqueles com maior investimento em pesquisa e desenvolvimento (P&D). Países como Brasil, Estados Unidos e Reino Unido se sobressaem, o que reflete tanto o interesse crescente pelo tema quanto o acesso a recursos e políticas públicas de fomento à pesquisa. No entanto, observa-se o surgimento de novos polos de produção científica em países da América Latina

e Ásia, sinalizando uma tendência de internacionalização e diversificação geográfica do conhecimento. Essa expansão pode estar relacionada à ampliação de redes de cooperação científica e à facilitação do acesso a bases de dados e periódicos internacionais.

(Figura 4d) - Análise das Palavras-chave

A figura 4d apresenta a frequência das palavras-chave mais utilizadas nos estudos analisados. Os termos predominantes indicam as principais linhas temáticas e tendências de investigação. Observa-se uma ênfase em conceitos centrais ao tema da pesquisa, sugerindo a consolidação de um vocabulário comum que orienta a produção científica na área. Além disso, a presença de palavras relacionadas a metodologias específicas e contextos de aplicação evidencia o caráter multidimensional e interdisciplinar das investigações, apontando para a integração de diferentes campos do conhecimento. Essa análise é relevante, pois as palavras-chave refletem não apenas o foco temático dos estudos, mas também as prioridades e lacunas existentes na literatura.

De modo geral, os resultados apresentados na Figura X demonstram que a produção científica sobre o tema ainda se encontra em processo de consolidação, com núcleos de pesquisa bem definidos, colaboração internacional crescente e diversificação temática. A convergência entre autores, instituições e países sugere a formação de redes colaborativas globais, enquanto a análise das palavras-chave aponta para um campo em expansão, marcado pela pluralidade metodológica e pela busca de respostas a demandas emergentes da sociedade contemporânea.

#### **4 DISCUSSÃO**

Os dados evidenciam heterogeneidade na participação dos autores na produção científica sobre insônia e sonolência diurna excessiva, conforme previsto pela Lei de Lotka. Observa-se a existência de um núcleo restrito de pesquisadores altamente produtivos, atuando como referência central na área, enquanto a maioria dos autores registra participação isolada, caracterizando o campo como fragmentado e em consolidação. Levanta-se a hipótese de que a consolidação teórica e metodológica da área depende fortemente desse grupo seletivo de pesquisadores, responsáveis pela maior difusão do conhecimento, conforme destacado por Hood e

Wilson (2001). Mayo *et al.* (2024) indicam que o fortalecimento desse núcleo é fundamental para o avanço científico.

Os dados revelam que as instituições de ensino superior e centros de pesquisa possuem papel preponderante na produção científica, com destaque para universidades públicas que mantêm programas de pós-graduação consolidados, enquanto instituições privadas participam de forma pontual ou por meio de parcerias. Hipotetiza-se que o desenvolvimento científico da área é influenciado diretamente pelo suporte institucional e pelos investimentos realizados, com políticas que incentivam pesquisa e inovação. Aria e Cuccurullo (2017) sustentam que ambientes institucionais estruturados colaboram para o avanço do conhecimento, ao passo que Machado *et al.* (2024) destacam a necessidade de ampliar a interação entre instituições para diversificar e fortalecer a produção.

Observou-se que a produção científica concentra-se principalmente em países com maior investimento em ciência e tecnologia, como Brasil, Estados Unidos e Reino Unido, embora haja sinais de ampliação e diversificação geográfica com novos polos emergindo na América Latina e Ásia. Hipotetiza-se que, apesar da concentração em países desenvolvidos representar desafio à internacionalização, o crescimento dos polos emergentes indica processo de cooperação global e democratização do conhecimento, corroborado por Ztrk *et al.* (2024) e Schwab *et al.* (2024).

Por fim, a análise das palavras-chave evidencia a predominância de termos relacionados a sono, medicina e neurologia, indicando especialização clínica e neurocientífica. A hipótese é que, apesar da consolidação terminológica, há necessidade de ampliar abordagens multidisciplinares para melhor compreensão dos aspectos sociais, epidemiológicos e psicológicos dos transtornos do sono. Azambuja *et al.*, (2024) defendem a importância de uma visão integrada e multidimensional para a formulação de estratégias eficazes de saúde pública, posição compartilhada por Felden *et al.*, (2020), que ressaltam a complexidade do tema e a necessidade de diversificar as linhas de investigação além dos aspectos biomédicos.

Entre as limitações do presente estudo, destaca-se a utilização exclusiva da base de dados Web of Science, o que pode ter restringido o alcance da análise e excluído publicações relevantes indexadas em outras plataformas, como Scopus e PubMed. Além disso, a análise bibliométrica não permite avaliar a qualidade metodológica dos estudos incluídos, limitando-se a mensurar volume e interconexões da produção científica. A ausência de delimitação temporal e a não distinção por faixa

etária ou perfil clínico dos participantes também constituem potenciais vieses. Recomenda-se, portanto, que pesquisas futuras realizem comparações entre diferentes bases de dados, integrem análises alométricas e incorporem métodos qualitativos que permitam compreender de forma mais profunda as contribuições teóricas e práticas das publicações. Investigações que relacionem os achados bibliométricos com desfechos clínicos e epidemiológicos podem oferecer uma visão mais abrangente sobre o impacto social e sanitário dos transtornos do sono.

Os resultados deste estudo possuem implicações clínicas relevantes ao evidenciar a necessidade de maior integração entre a pesquisa científica e as práticas de atenção à saúde do sono. A concentração de estudos em áreas biomédicas e neurológicas, embora importante, indica lacunas em abordagens interdisciplinares que considerem fatores comportamentais, psicológicos e sociais associados à insônia e à sonolência diurna excessiva. Profissionais da saúde — especialmente da Educação Física, Medicina e Psicologia — podem se beneficiar do conhecimento bibliométrico ao identificar tendências e priorizar intervenções baseadas em evidências. A ampliação de programas de educação em saúde, o incentivo a hábitos de sono adequados e o desenvolvimento de protocolos clínicos integrados podem contribuir para a prevenção e o manejo efetivo desses distúrbios, reduzindo o impacto negativo sobre a qualidade de vida e os custos para os sistemas de saúde.

## **5 CONCLUSÃO**

A análise bibliométrica da produção científica sobre insônia e sonolência diurna excessiva evidenciou um campo de estudo em expansão, embora ainda concentrado em poucos centros de pesquisa e autores de elevada produtividade. Observou-se predominância de abordagens clínicas e neurocientíficas, com forte presença de publicações nos Estados Unidos, Reino Unido e Brasil, indicando consolidação temática, porém limitada diversidade geográfica e metodológica. As leis de Bradford, Lotka e Zipf confirmaram a concentração da literatura em periódicos específicos, a desigual distribuição de autoria e a centralidade de termos clínicos no vocabulário científico. Assim, conclui-se que o avanço desse campo depende do fortalecimento de redes colaborativas internacionais, da ampliação de estudos multidisciplinares e da inclusão de contextos culturais e populacionais diversos. A bibliometria, nesse sentido, mostra-se uma ferramenta estratégica para orientar políticas científicas,

identificar lacunas e subsidiar novas agendas de pesquisa sobre os distúrbios do sono.

## REFERENCIAS

ARIA, M.; CUCCURULLO, C. Bibliometrix: An R-tool for comprehensive science mapping analysis. **Journal of Informetrics**, v. 11, n. 4, p. 959-975, 2017.

ARAÚJO, L. M.; SANTOS, F. J.; OLIVEIRA, D. S. Associação entre sono e doenças cardiometabólicas. **Saúde em Foco**, v. 12, n. 1, p. 45-58, 2023.

AZAMBUJA, A. C.; SILVA, M. F.; COSTA, R. L. Impactos da privação do sono nas funções neurocognitivas e imunológicas. **Revista Brasileira de Saúde**, v. 30, n. 2, p. 123-135, 2024.

ACADEMIA BRASILEIRA DO SONO. **Manual de Diagnóstico e Tratamento dos Transtornos do Sono**. 2. ed. São Paulo: Academus, 2021.

ELSA-BRASIL (ESTUDO LONGITUDINAL DE SAÚDE DO ADULTO). **Relatório Epidemiológico dos Transtornos do Sono no Brasil**. Rio de Janeiro: ELSA-BRASIL, 2012-2014.

FONTE CEARÁ. **Pesquisa Epidemiológica sobre Distúrbios do Sono no Estado do Ceará**. Fortaleza: Fundação de Saúde Pública do Ceará, 2023.

FELDEN, B. R.; SOUZA, T. A.; CAMPOS, N. K. Insônia e sonolência diurna: desafios para a saúde pública. **Ciência & Saúde**, v. 28, n. 2, p. 150-162, 2020.

HAFNER, M.; STEPANEK, M.; TAYLOR, J.; TROXEL, W. M.; VAN STOLK, C. Why sleep matters—The economic costs of insufficient sleep: A cross-country comparative analysis. **Rand Health Quarterly**, v. 6, n. 4, p. 11, 2017.

HOOD, W. W.; WILSON, C. S. The literature of bibliometrics, scientometrics, and informetrics. **Scientometrics**, v. 52, n. 2, p. 291-314, 2001.

MACHADO, C. A.; LOPES, K. V.; SANTOS, E. R. Gaps in research on insônia e sonolência diurna. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 73, n. 1, p. 45-56, 2024.

MARTINS, G. H.; PEREIRA, L. F.; GOMES, J. R. Prevalência da sonolência diurna excessiva na população brasileira. **Revista de Neurologia**, v. 25, n. 4, p. 320-329, 2024.

MAYO, N. E.; GOLDBERG, M. S.; LABRECQUE, M. Overview of bibliometric methods: Uses in health research. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 21, n. 2, p. 678-692, 2024.

ÖZTÜRK, M.; YILMAZ, İ.; KAYA, S. Bibliometric analysis on sleep disorders: trends and developments. **Journal of Sleep Research**, v. 33, n. 2, e13753, 2024.

SCHWAB, R. J.; LEVIN, T. S.; MARTIN, D. Epidemiologia e impacto dos transtornos do sono. **Sleep Medicine Reviews**, v. 50, p. 101274, 2024.

SHIGAKI, E. T.; CARDOSO, P. V.; ALMEIDA, R. S. Qualidade do sono e doenças crônicas: uma revisão sistemática. **Jornal de Medicina Preventiva**, v. 18, n. 3, p. 210-222, 2024.

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço, acima de tudo, a Deus, por sua presença constante em minha vida, por me conceder força nos momentos de dificuldade, serenidade diante dos desafios e sabedoria para seguir com firmeza cada etapa deste caminho. Foi Ele quem iluminou meus pensamentos, guiou minhas escolhas e manteve meu coração firme mesmo quando as circunstâncias pareciam desfavoráveis. Reconheço que cada conquista, cada aprendizado e cada passo dado até aqui são frutos da graça, da proteção e do amor de Deus, que jamais deixou de me amparar. Dedico a Ele esta realização, pois sem Sua mão sobre minha vida nada disso seria possível.

Gostaria também de expressar minha sincera gratidão a todos que contribuíram para a realização deste Trabalho de Conclusão de Curso. Agradeço, primeiramente, ao meu orientador, Prof. Me. Marcos Antônio Araújo Bezerra, pela valiosa orientação, paciência e incentivos ao longo desta jornada, que foram essenciais para o desenvolvimento deste trabalho. Agradeço aos professores do curso de Educação Física pela excelência do ensino e pelo apoio acadêmico que me proporcionaram durante todo o percurso.

Minha profunda gratidão vai à minha família, especialmente aos meus pais, Maria Ferreira e Aldemir Cazuzza, pelo amor, suporte incondicional e incentivo em todos os momentos, sem os quais esta conquista não teria sido possível. Estendo também meu agradecimento ao meu noivo, Levy Alves, pelo amor, compreensão e apoio constante, que foram fundamentais para que eu me mantivesse firme e motivada durante essa caminhada. Agradeço ainda aos meus amigos e colegas pela amizade e pelo apoio, que tornaram essa etapa mais leve e motivadora. Por fim, agradeço à Unileão pelo ambiente acadêmico acolhedor e pelos recursos disponibilizados para a realização desta pesquisa.