

Volume 8, Número 1
1º semestre de 2021

ISSN: 2237-3756

lifestyle

JOURNAL

UNASPRESS

Imprensa Universitária Adventista

UNASP

CENTRO UNIVERSITÁRIO ADVENTISTA
DE SÃO PAULO



Igreja Adventista
do Sétimo Dia



Educação
Adventista

Presidente Divisão Sul-Americana: Stanley Arco

Diretor do Departamento de Educação para a Divisão Sul-Americana: Antônio Marcos

Presidente Mantenedora Unasp (IAE): Maurício Lima

UNASP | EAD

Educação Adventista a Distância

Reitor e Diretor Campus Engenheiro Coelho: Martin Kuhn

Vice-reitor para a Educação Básica e Diretor Campus Hortolândia: Douglas Jefferson Menslin

Vice-reitor para a Educação Superior e Diretor Campus São Paulo: Afonso Cardoso Ligório

Vice-reitor administrativo: Telson Bombassaro Vargas

Pró-reitor de graduação: Afonso Cardoso Ligório

Pró-reitor de pesquisa e desenvolvimento institucional: Allan Macedo de Novaes

Pró-reitor de educação à distância: Fabiano Leichsenring Silva

Pró-reitor de desenvolvimento espiritual e comunitário: Henrique Melo Gonçalves

Pró-reitor de Desenvolvimento Estudantil: Carlos Alberto Ferri

Pró-reitor de Gestão Integrada: Claudio Knoener

UNASPRESS

Editora Universitária Adventista

Conselho editorial e artístico: Dr. Adolfo Suárez; Dr. Afonso Cardoso; Dr. Allan Novaes; Me. Diogo Cavalcanti; Dr. Douglas Menslin; Pr. Eber Liesse; Me. Edilson Valiante; Dr. Fabiano Leichsenring, Dr. Fabio Alfieri; Pr. Gilberto Damasceno; Dra. Gildene Silva; Pr. Henrique Gonçalves; Pr. José Prudêncio Júnior; Pr. Luis Strumiello; Dr. Martin Kuhn; Dr. Reinaldo Siqueira; Dr. Rodrigo Follis; Esp. Telson Vargas

Editor-chefe: Rodrigo Follis

Gerente administrativo: Bruno Sales Ferreira

Editor associado: Werter Gouveia

Responsável editorial pelo EaD: Luiza Simões



revista lifestyle journal

Editores chefes	Dr. Maurício Lamano Ferreira (Centro Universitário Adventista de São Paulo) Dra. Natália C. Oliveira Vargas e Silva (Centro Universitário Adventista de São Paulo)
Editores associados	Dr. Fabio Marcon Alfieri (Centro Universitário Adventista de São Paulo) Dr. Elias Ferreira Porto (Centro Universitário Adventista de São Paulo)
Editor executivo	Me. Felipe Silva Carmo (Centro Universitário Adventista de São Paulo)
Corpo editorial e Conselho	Dra. Maria Dyrce Dias Meira (Centro Universitário Adventista de São Paulo) Dra. Gina Abdala (Centro Universitário Adventista de São Paulo) Dra. Marcia M. H. O. Salgueiro (Centro Universitário Adventista de São Paulo) MSc. Nyvian Alexandre Kutz (Centro Universitário Adventista de São Paulo) Dr. Thiago da Silva G. Cardoso (Centro Universitário Adventista de São Paulo) Dra. Cristina Zukowsky Tavares (Centro Universitário Adventista de São Paulo) Dra. Elisabete Agrela de Andrade (Centro Universitário Adventista de São Paulo)

Unaspres

Editoração:	Felipe Carmo
Revisão e Normatização:	Rochelle Lassarot Verol
Projeto gráfico:	Edimar Veloso
Diagramação:	Kenny Zukowski

FICHA CATALOGRÁFICA

L7227 LifeStyle Journal — Centro Universitário Adventista de São Paulo, v. 8 n. 1 (1º semestre de 2021). São Paulo: Unaspress — Imprensa Universitária Adventista, 2021.

Semestral

ISSN: 2237-3756 (online)

1. Interdisciplinar
2. Ciências da Saúde
3. Promoção da Saúde



Sumário

06

EDITORIAL

NOVAS DESCOBERTAS: O ESTILO DE VIDA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE

Maurício Lamano Ferreira

Natália Cristina de Oliveira Vargas e Silva

10

A INFLUÊNCIA DO EXERCÍCIO FÍSICO NA MICROBIOTA INTESTINAL

Daniela Calixto de Campos

Gabriella Tomasi Gravato

Luciana Setaro

23

ALIMENTAÇÃO E CULTURA: ACEITABILIDADE DE DUAS PREPARAÇÕES À BASE DE FARINHA DE BABAÇU

Jorrana Oliveira de Almeida

Alex Soares Feitosa

Rafaelly Stéfani de Oliveira Silva

Francisco Carlos Ribeiro

Sabrina Daniela Lopes Viana

35

SELF-EFFICACY AND MOTIVATION PREDICT LEISURE TIME PHYSICAL ACTIVITY: A CROSS SECTIONAL STUDY FROM INDIA

Shalini Garg

47

EFEITOS DO LIGHT EMITTING DIODE (LED) SOBRE A TEMPERATURA CUTÂNEA E O LIMIAR DE TOLERÂNCIA DE DOR À PRESSÃO EM INDIVÍDUOS SAUDÁVEIS

Janaina Carneiro da Costa

Maria Caroline Ferreira Sousa

Elder Alves de Oliveira

Fabio Marcon Alfieri

Jefferson Hernandez da Silva

Poliani Oliveira Lima

59

EFEITOS DA TERAPIA DO ESPELHO EM AMPUTAÇÃO DE MEMBRO SUPERIOR: RELATO DE CASO

Sergio Junior Zonta

Michele Dariva Haetinger

Nathalie da Costa

Rafael Kniphoff da Silva

Lisiane Lisboa Carvalho

Angela Cristina Ferreira da Silva

68

POSSIBILIDADES DE UTILIZAÇÃO DE SMARTPHONE E SEUS APLICATIVOS NA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA: UM GUIA APLICADO

Rubens Venditti Júnior

Felipe César Damatto

Magali Cristina Rodrigues Lameira

Oswaldo Tadeu da Silva Junior