

**Universidade do Porto
Faculdade de Desporto
Conselho Científico**

Normas e orientações para a redação e apresentação de teses, dissertações, relatórios de estágio e projetos

Janeiro de 2024 (4ª Edição)

1ª Edição – Novembro de 2001

2ª Edição – Junho de 2006

3ª Edição – Junho de 2009

Cerca de vinte anos após a aprovação das “Normas e orientações para a redação e apresentação de dissertações”, introduzem-se ajustamentos ao documento elaborado pelo Doutor João Paulo Vilas-Boas e ratificado pelo Conselho Científico (CC) em 21 de novembro de 2001. As alterações aprovadas pelo CC em junho de 2006 não consubstanciam mudanças de fundo num documento que a prática tem testado como adequado na sua generalidade. As mudanças introduzidas em 2009 procuraram corresponder ao pedido dos Serviços de Documentação da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto estabelecendo uma maior consonância com as normas reconhecidas internacionalmente pelo sistema de bibliotecas, tornando mais fáceis as condições de acesso aos fundos documentais. Especificaram-se, sobretudo, as regras decorrentes da adequação a Bolonha dos diferentes ciclos de estudo, nomeadamente no que respeita à elaboração de Relatórios de Estágio e de Projeto, bem como o alinhamento com as tendências para o perfil das dissertações de Mestrado e teses de Doutoramento baseadas no “modelo escandinavo”. As novas regras visam a adequação à nova realidade *paper free* pois deixou de ser obrigatória a entrega de um exemplar em papel.

O Presidente do CC

1. Apresentação

As normas e orientações que agora se apresentam têm por objetivo uniformizar e regulamentar a apresentação de dissertações, relatórios de estágio profissionalizante e projeto na Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, sem prejuízo dos trabalhos iniciados antes da sua aprovação e publicação. Com esta regulamentação pretende-se facilitar o reconhecimento e avaliação do preenchimento dos requisitos formais que devem caracterizar os documentos daqueles tipos, assim como conferir e vincar identidades institucionais no domínio da produção científica de diferentes áreas e ciclos de estudos.

Todavia, não constitui intenção deste documento limitar a criatividade do autor nos diferentes domínios e expressões da criação científica, nem substituir-se aos orientadores na definição das linhas mestras em que decidam escorar a produção dos seus estudantes. Estamos cientes de que de alguma forma isso ocorre (apesar de acontecer apenas em domínios estritamente formais), mas estamos também certos de que, em contraponto a esta inevitabilidade, emergem vantagens inequívocas para os estudantes, para os orientadores e para a instituição, ao mesmo tempo que se estimula a mais viva expressão da inovação e da criatividade em espaços mais ortodoxos, como sejam os mais nobres domínios dos conteúdos, ideias e ilações.

Estas normas e orientações foram pensadas para as dissertações de doutoramento e mestrado, bem como para os relatórios de estágio profissionalizante e de projeto. No caso particular das dissertações não se exclui, obviamente, qualquer iniciativa de natureza panorâmica, mas aceita-se que a monografia constitui a forma por excelência do trabalho científico académico. Para melhor clarificação dos alvos, julgamos dever esclarecer o quadro de diferenciação fundamental entre Dissertação de Mestrado e Tese de Doutoramento, baseados na destrição dos propósitos das respetivas graduações¹. A Dissertação de Mestrado é o documento que comprova nível aprofundado de conhecimentos numa área científica específica e capacidade para a prática da investigação. A Tese de Doutoramento é o documento que

¹ Decreto-Lei n.º 65/2018, de 16 de Agosto, Capítulo III, Artigo 15º, pontos 1. e 2. e Capítulo IV, Artigo 28º, pontos 1. e 2.

comprova a realização de uma contribuição inovadora e original para o progresso do conhecimento, um alto nível cultural numa determinada área do conhecimento e a aptidão para realizar trabalho científico independente.

2. Indicações gerais

Os trabalhos devem refletir equilíbrio entre as partes, as quais devem ser harmoniosamente articuladas. Da mesma forma, recomenda-se que a apresentação das diferentes partes seja consistente, seguindo os mesmos padrões e critérios de apresentação e redação. No que respeita às **teses** e **dissertações**, a segmentação por partes, capítulos e subcapítulos deve seguir as tendências mais generalizadas dos trabalhos experimentais, exploratórios e revisões da literatura, quer nas ciências naturais, quer nas ciências humanas e sociais. Por razões de convergência com a comunidade internacional, aceita-se também a estrutura típica do chamado “modelo escandinavo”.

Os **relatórios dos estágios profissionalizantes** e os de **projeto** deverão privilegiar uma estrutura comum às boas-práticas anteriormente reconhecidas para estes trabalhos nos domínios científicos e profissionais em questão. Deve recorrer-se a uma **linguagem** simples e informativa, privilegiando o verbo em detrimento do advérbio e o substantivo em detrimento do adjetivo. Deve recorrer-se à terminologia específica da área científica em causa, mas dever-se-á cuidar de definir ou esclarecer termos ou expressões que possam revestir-se de alguma ambiguidade no espaço científico, seja mais restrito, seja mais lato. Em todos os documentos deve utilizar-se o Sistema Internacional de **Unidades** (SI), bem como as abreviaturas convencionais (Almeida, 2002²).

² Almeida, G. (2002). *Sistema internacional de unidades (SI): grandezas, símbolos e recomendações* (3ª Ed.). Lisboa: Plátano Editora.

3. Apresentação gráfica e conteúdo

3.1. Aspetos gerais

Os trabalhos deverão ser formatados com **espaçamento** 1.5, com 3 cm de **margem** nos seus quatro lados, folha de **tamanho** A4 (210 x 297 mm) com fundo branco e deverão ser entregues conforme regulamentado para cada ciclo de estudos (consultar Serviços Académicos). O **tipo de letra** deverá ser Arial ou Times New Roman (corpo 12, com exceção dos casos particulares, devidamente justificados, como títulos e chamadas para notas de pé de página). As páginas deverão ser numeradas em ordem crescente, iniciando-se a **numeração** árabe na primeira página do trabalho, devendo os preliminares e os anexos ser numerados em romano. A numeração deverá ser colocada ao centro antes da margem inferior da página.

A **capa** do CD-Rom e o exemplar único de versão impressa (apenas para as teses de doutoramento) deve seguir a formatação e *design* próprios, respeitando as especificidades cromáticas definidas no Manual de Imagem da Universidade do Porto (<https://manualdeimagem.up.pt/>)

A **folha de rosto** deve incluir os mesmos dados constantes da capa, aos quais se acrescerá o nome do(s) orientador(es) e a declaração relativa ao grau académico para cuja atribuição o documento foi elaborado e a respetiva especificidade (dissertação, relatório de estágio profissionalizante ou projeto), incluindo a explicitação da legislação que regulamenta o processo.

Nos documentos relativos a **cursos da responsabilidade de diferentes faculdades**, deve ser lavrada menção específica a esse respeito, identificando as diferentes instituições envolvidas (tanto na capa quanto na folha de rosto). Nestes casos, admite-se que estas normas particulares da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto possam ser ultrapassadas por decisões com alcance institucional superior.

No verso da folha de rosto deve ser incluída uma **ficha de catalogação** com todos os dados de identificação resumidos em forma de referência bibliográfica, à qual se deverão juntar até cinco palavras-chave escritas em maiúsculas.

Modelo de ficha de catalogação:

Mestrado:

Silva, J. C. P. (2006). *Uma época de treino de nadadores de alto rendimento do Futebol Clube do Porto*. Porto: J. Silva. Relatório de estágio profissionalizante, para a obtenção do grau de Mestre em Treino de Alto Rendimento, apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Palavras-chave:,,,,

Doutoramento:

Valente Filho, J. P. (2006). *Mário Zagallo: Entre o sagrado e o profano uma história de vida*. Porto: J. P. Valente Filho. Tese de Doutoramento em Ciências do Desporto apresentada à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Palavras-chave: ..., ..., ..., ...,

A página seguinte é reservada a **dedicatórias** (caso existam), sendo a(s) página(s) seguinte(s) reservadas para **agradecimentos** (igualmente facultativos) a pessoas e a instituições cuja participação, direta ou indireta, tenha sido decisiva para a realização do trabalho. Esta parte do documento deve iniciar-se com a titulação “Agradecimentos”, centrada, em corpo 14 e a negrito.

As páginas seguintes devem ser utilizadas para os **índices**, caso se justifique a sua inclusão, nos quais se incluem o **Índice geral**, o **Índice de figuras**, o **Índice de quadros**, o **Índice de equações** e o **Índice de anexos**. Os índices devem incluir todas as partes, subpartes, capítulos e subcapítulos, bem como todas as figuras, quadros, equações e anexos incluídos no documento.

Depois dos índices são reservadas duas páginas para os **resumos** em português e inglês. Os resumos são encimados pelas palavras **Resumo** e **Abstract** (respetivamente), centradas e de corpo 14. Os resumos não devem exceder uma página e devem incluir o objetivo do trabalho, a metodologia empregue, os resultados mais importantes e as principais conclusões. Os relatórios de estágio e de projeto deverão incluir o objetivo, o desenvolvimento do trabalho e as principais conclusões. Devem estender-se através de um discurso conciso e seletivo, relevando os elementos de maior importância, nomeadamente as novas contribuições do trabalho. Imediatamente após os resumos devem ser apresentadas, em maiúsculas, as cinco palavras-chave do trabalho (iguais às que

constam na ficha de catalogação). No resumo não devem ser utilizadas abreviaturas e símbolos, que não os de uso corrente, nomeadamente os relativos a unidades de medida.

Seguidamente é apresentada uma lista exaustiva de **abreviaturas e símbolos**, a qual não dispensa que, aparte as relativas a unidades de medida, sejam sempre referidas no texto, entre parêntesis, imediatamente depois do seu enunciado por extenso.

3.2. Texto propriamente dito

A forma e o conteúdo/categorias de conteúdo do texto propriamente dito variam consoante a natureza do trabalho (experimental ou exploratório, revisão da literatura ou relatório e projeto). Os primeiros obedecem ao formalismo tradicional do método experimental, destacando-se os trabalhos duplamente cegos e cruzados (usando-se grupos controlo e experimentais, e manipulando-se variáveis independentes para perceber os efeitos produzidos sobre as dependentes). Os segundos são semelhantes aos primeiros na sua estrutura e são também muito comuns em Ciência do Desporto e noutros domínios científicos onde o conhecimento do objeto de estudo não é ainda muito aprofundado. Como que se parte à exploração do fenómeno em estudo, procurando reconhecer dependências e independências, características, constâncias e variabilidades. Procura-se, por exemplo, descrever um comportamento, um movimento/conjunto de movimentos, e perceber quais os fatores que mais os influenciam relativamente à concretização do seu objetivo.

Os trabalhos de revisão da literatura, menos comuns em teses de doutoramento enquanto domínio exclusivo de desenvolvimento do trabalho, consubstanciam-se em sínteses comentadas dos trabalhos produzidos na área científica em estudo e, se possível, inovadoras no seu produto final. Constituem-se como que redefinições inovadoras, na sua forma ou perspetiva, do estado atual de desenvolvimento do conhecimento relativo ao objeto de estudo. As revisões da literatura podem e devem ser sistemáticas, pelo que deverão clarificar a metodologia usada (que período de tempo foi revisto, que tipo de fontes foi usado, os critérios e palavras-chave usadas na pesquisa de

fontes e a que tipo de tratamento se sujeitaram os textos).

São também frequentes os trabalhos de natureza hermenêutica e outros trabalhos de natureza conceptual, nomeadamente muitos dos que são produzidos nos domínios das ciências humanas e sociais. Trata-se de produções muitas vezes revestidas de elevada especificidade, desde logo fenomenológica, mas também metodológica, que determinam uma vocação especial para formas particulares de organização de conteúdos. Neste quadro de grande especificidade e diversidade, onde se valoriza a criatividade e a inovação, torna-se muito difícil regulamentar a produção de uma dissertação, a não ser nos seus traços mais gerais e nos domínios mais pragmáticos, como no que respeita às normas de citação e referenciação, e à estrutura mais macroscópica do documento. Os pontos seguintes devem, portanto, ser entendido como orientações gerais, às quais os autores e orientadores devem procurar corresponder, a não ser em circunstâncias particulares, de justificação facilmente reconhecível.

3.2.1. Trabalhos experimentais e exploratórios

Os trabalhos deverão incluir:

- a) **Preliminares** (já referidos).
- b) **Introdução**, contendo: (1) uma descrição clara e resumida do estado do conhecimento na área, a qual defina um quadro de problemas ainda não resolvidos e que sustente a formulação dos propósitos do trabalho; (2) o(s) objetivo(s) do e hipóteses trabalho (podem ser enunciados em secção autónoma) e (3) um enunciado resumido da estrutura do trabalho, salientando, nomeadamente, as intenções que levaram à inclusão de cada parte ou capítulo e a justificação do ordenamento lógico das partes. A utilização de referências bibliográficas deverá traduzir a atualidade da revisão, mas sem que seja, necessariamente, exaustiva.
- c) **Revisão da literatura**, a qual tem por objetivo definir o estado atual de conhecimentos no domínio e assunto particular em que a dissertação se desenvolve. Deve privilegiar-se a literatura mais atual, mas sem perder de vista a necessidade ou oportunidade de se promover a contextualização histórica do

conhecimento, dos progressos no conhecimento e, inclusivamente, as repercussões do desenvolvimento tecnológico na produção do conhecimento. Nesta medida, convém que a revisão da literatura se possa escorar numa análise tão aturada e exaustiva quanto possível das fontes disponíveis sobre o assunto.

d) **Objetivos e hipóteses**, devendo sistematizar os objetivos gerais e específicos do trabalho, bem como as hipóteses formuladas. Devem surgir como decorrência direta dos problemas isolados durante a revisão da literatura e, naturalmente, estar subjacentes à estruturação do desenho metodológico. (Esta secção poderá não ser considerada no caso de os objetivos e hipóteses terem sido enunciados na Introdução).

e) **Material e métodos**, contendo todos os elementos que se refiram: (1) à descrição e caracterização da amostra; (2) à identificação das técnicas e/ou métodos, e os instrumentos utilizados e (3) aos procedimentos estatísticos. Este capítulo deve viabilizar a replicação do estudo pela comunidade científica, assim como deve permitir a relativização dos resultados e conclusões ao respetivo nicho metodológico.

f) **Resultados**, os quais deverão ser apresentados de forma concisa, mas não omitindo factos relevantes que possam induzir interpretações erradas ou incompletas. Será preferível favorecer-se a apresentação de resultados tratados, remetendo os dados em bruto, em caso de necessidade, para anexo. É de toda a conveniência que sejam utilizados Tabelas e Figuras, devidamente numerados e legendados, para a apresentação dos resultados. Estes serão inseridos no corpo do texto, apenas depois de referidos, e as principais emergências dos mesmos terão de ser sublinhadas no próprio texto. Recomenda-se que seja evitada qualquer referência bibliográfica, assim como qualquer conteúdo que diga respeito à discussão dos resultados.

g) **Discussão**, a qual deverá começar por analisar a coerência dos resultados, por exemplo, evidenciando que os valores da força registados num determinado exercício são conformes a outros já obtidos por outros autores em situações semelhantes ou justificando as dissemelhanças encontradas. Depois dever-se-á progredir na análise desses resultados, evidenciando, analisando e procurando justificar as suas dependências e as suas relações.

Deverão ser incluídas as implicações dos resultados encontrados, bem como a sua relação com os de outros trabalhos na mesma área. Poderão ser formuladas novas hipóteses, assim como recomendações referentes a estudos posteriores. É na discussão que mais se percebe a maturidade intelectual do autor, a sua capacidade de análise e o seu domínio da matéria em estudo, pelo que deve constituir-se como um importante domínio de investimento.

h) Em alguns casos particulares aceita-se que a discussão dos resultados decorra à medida que os mesmos são apresentados. Nesta circunstância é criado um capítulo designado por “**Apresentação e discussão dos resultados**”.

i) **Conclusões**, contendo uma apresentação sintética das conclusões do trabalho, reportadas aos objetivos e hipóteses formuladas e culminando em níveis de generalização e abrangência tão elaborados quanto a metodologia usada e os resultados conseguidos o permitam.

j) **Bibliografia**, devendo ser listadas por ordem alfabética todas as referências bibliográficas das citações incluídas no texto adotando-se o sistema autor/data (do estilo APA). Utilizar-se-ão preferencialmente referências provenientes de trabalhos publicados ou "no prelo", se possível de periódicos revistos entre pares, indexados e com fator de impacto tão elevado quanto possível. Informações, obtidas em comunicações pessoais e em trabalhos submetidos a publicação, poderão ser utilizadas, aparecendo apenas na citação e não na bibliografia, como “comunicação pessoal” e “trabalho não publicado”.

k) Os trabalhos experimentais e/ou exploratórios podem ainda apresentar-se sob outra forma, nomeadamente com o que se convencionou designar por **modelo escandinavo**. Nesta opção, o trabalho deve conter os preliminares antes referidos, mas a sua estrutura refletirá uma “coleção” de artigos prontos para publicação, cada um deles estruturado de forma convencional (Introdução, Material e métodos, Resultados, Discussão e Conclusões), apenas com exceção para a Bibliografia, que pode surgir toda no final ou subdividida por “partes”. Recomenda-se, inclusivamente, que alguns destes artigos tenham já sido publicados, ou submetidos a publicação, mas apenas em publicações com revisão entre pares e, se possível, indexadas e com fator de impacto. Neste caso, a dissertação deve conter, entre os preliminares, uma referência explícita às

partes já publicadas, ou submetidas a publicação, e em que periódico, bem como aos restantes autores.

l) As dissertações anteriormente referidas devem incluir uma introdução geral ao problema que sistematize o estado da arte e que justifique o tipo e sequência de abordagem fracionada por que se optou. Depois dos diferentes contributos experimentais e/ou exploratórios, que podem contemplar desenvolvimentos tecnológicos, o autor deverá incluir uma discussão geral, que perspetive o novo estado do conhecimento na área após os seus contributos particulares, integrando-os e pesando as suas influências conjuntas. Depois, deverá ser incluído um capítulo de conclusões finais antes da lista das referências bibliográficas. Das publicações que compõem a dissertação ou tese, o primeiro poderá revestir a forma de uma revisão da literatura. No caso das teses de doutoramento, aceita-se que pelo menos três publicações sob a formas de artigo possam perfazer o contributo particular da mesma para o progresso do conhecimento na área, enquanto que nas dissertações de mestrado se considera que um artigo seja suficiente, complementado por uma revisão sistemática da literatura. Estes “artigos” deverão ter o estudante como primeiro autor e o(s) orientador(es) como último(s), podendo ser complementados, em anexo, por outros relevantes em que participe na qualidade de coautor, mas não como primeiro autor.

3.2.2. Trabalhos de revisão e outros de natureza conceptual

Os trabalhos deverão incluir:

- a) Os **preliminares** (já referidos).
- b) **Introdução**, contendo: (1) uma descrição clara, mas resumida, do estado de conhecimento na área, onde se perceba o quadro de problematização do objeto que é perfilhado; (2) o(s) objetivo(s) do trabalho; (3) a metodologia utilizada e a justificação da respetiva adequação e (4) a justificação da organização sequencial dos conteúdos. A utilização de referências bibliográficas deverá traduzir a atualidade da revisão, mas sem ser exaustiva.
- c) **Desenvolvimento do problema**, constituindo o cerne do trabalho e a sua organização decorrendo, principalmente, da sua própria especificidade. Deve, no

entanto, e por isso mesmo, corporizar uma organização particular bem justificada, a qual seja facilmente reconhecida como lógica para o problema em estudo.

- d) **Conclusões** (o mesmo que para trabalhos de natureza experimental).
- e) **Bibliografia** (o mesmo que para trabalhos de natureza experimental).

3.2.3. Relatórios de estágio profissionalizante

Os **relatórios de estágio profissionalizante** deverão ser preferencialmente organizados de acordo com a seguinte estrutura:

- a) Os **preliminares** (já referidos).
- b) **Introdução**, contendo: (1) uma descrição clara, mas resumida, do estado de conhecimento e das boas-práticas na área, onde se perceba o quadro de problematização do exercício profissional considerado; a caracterização geral do estágio e o(s) respetivo(s) objetivo(s); (3) a finalidade e o processo de realização do relatório. A utilização de referências bibliográficas deverá traduzir a atualidade da revisão, mas sem ser exaustiva.
- c) **Enquadramento da prática profissional**, nomeadamente: (1) macro contexto (de natureza conceptual, onde a revisão da literatura deverá ser mais exaustiva); (2) contexto legal; (3) contexto institucional; (4) contexto de natureza funcional.
- d) **Realização da prática profissional**, a saber: (1) conceção; (2) questões essenciais; (3) problemas em estudo nas áreas de desempenho definidas; (4) atividades; (5) dificuldades; (6) estratégias ou atividades de formação propostas; (7) sistema de avaliação e controlo do trabalho desenvolvido
- e) **Conclusão** e perspetivas para o futuro
- f) **Síntese final** (publicável), que deverá estender-se por um máximo de oito páginas A4, letra Arial 10, a 1.5 espaços e com quatro margens de 3 cm.

3.2.4. Relatórios de projeto

Os **relatórios de projeto** deverão, por seu turno, privilegiar a seguinte estrutura:

- a) Os **Preliminares** (já referidos).
- b) **Introdução**, contendo: (1) uma descrição clara, mas resumida, do

estado de conhecimento e das boas-práticas na área, onde se perceba o contexto teórico subjacente à realização do projeto; (2) a caracterização geral dos constrangimentos impostos ao projeto e o(s) respetivo(s) objetivos(s) e (3) a justificação da organização sequencial dos conteúdos. A utilização de referências bibliográficas deverá traduzir a atualidade da revisão, mas sem ser exaustiva.

- c) **Revisão sistemática da literatura** que defina o estado da arte relevante para o projeto.
- d) Caracterização dos **Constrangimentos** ao projeto, onde se elencam e caracterizam todos os fatores que determinam o projeto.
- e) **Desenvolvimento do projeto**, onde se detalham todas as opções e a respetiva fundamentação.
- f) **Análise do projeto**, numa perspetiva comparativa com outros projetos e assumindo uma atitude crítica escorada na literatura e nas boas-práticas revistas.
- g) **Conclusões** e perspetivas para o futuro e
- h) **Síntese final** (publicável), que deverá estender-se por um máximo de oito páginas A4, letra arial 10, espaçamento de 1,5 e com quatro as margens de 3 cm.

3.3. Figuras e quadros

As figuras e quadros serão numerados sequencialmente em árabe e inseridos no texto. Apenas para as dissertações elaboradas segundo o “modelo escandinavo” pode ser utilizada a numeração de figuras e quadros por capítulo. Cada figura e cada quadro deverão ser perfeitamente explícitos, não carecendo de ser remetidos para o texto de forma a serem sumariamente entendidos. Devem ser acompanhados de uma legenda, a qual deve ser incluída por baixo das figuras e por cima dos quadros. As abreviaturas e símbolos utilizados terão de ser explicadas na legenda. No texto, o remetimento para uma figura ou quadro deverá ser realizado da seguinte forma: "Na Figura 1 pode observar-se..." ou entre parêntesis (conforme Quadro 1). No texto, cada figura ou quadro não deverá surgir antes de ser referido.

3.4. Referências Bibliográficas

O manual de estilo APA^{7th} deve ser consultado para esclarecer qualquer questão que decorra do presente documento³.

3.4.1. Indicações gerais

Para elaborar a referência bibliográfica de um documento impresso deve tomar-se como **fonte de informação** privilegiada a *página de rosto* e o seu verso. Não se deve recorrer à *capa*, a não ser na ausência de informação na página de rosto. A **data**⁴ é um elemento essencial na referência bibliográfica de estilos do tipo *autor-data* (como é o caso APA), tratando-se de um elemento muito importante no caso de trabalhos científicos, que tendem a desatualizar muito rapidamente. Por esta razão apenas se deve colocar a indicação **s.d.**, isto é, *sem data*, naqueles casos em que seja de todo impossível encontrar a informação da fonte em questão. Se não for possível encontrar a data na página de rosto ou no verso da página de rosto, deve procurar-se no colofão⁵.

A referência às **páginas** ou outras componentes de um documento citado deve ser dada na citação (e apenas no caso de citação textual) e não na referência bibliográfica, como o exemplo a seguir. São exceção os casos de evidente necessidade do recurso às páginas para localização da fonte no respetivo periódico ou volume de vários autores.

Citação: Tal como afirma Guedes (2003, pp. 13-14)

Referência: Guedes, J. (2003). *Desporto hoje*. Lisboa: Amanhã Editora.

A utilização de referência a páginas do documento citado na própria citação deve sempre acontecer no caso de citações formais textuais, as quais devem ser apresentadas entre aspas e respeitando absolutamente o texto original. Qualquer supressão de partes deste devem ser claramente indicadas através da inclusão de: (...). No caso de obras extensas (livros e obras em

³ American Psychological Association (2020). *Publication manual of the American Psychological Association* (7ed.). Washington, DC: American Psychological Association.

⁴ O manual de estilo APA não considera a possibilidade da data aproximada (assinalada por um ponto de interrogação), pelo que não são admitidas datas aproximadas na referência, mas apenas no corpo do texto.

⁵ O colofão é a última folha impressa, que antecede a contracapa, onde, em alguns casos, aparecem descritos a data e o local da impressão.

vários volumes), é admissível e recomendável a referência à página, capítulo e volume, mas sempre no texto, mesmo no caso de citações não formais, por forma a melhor localizar o leitor na fonte utilizada pelo autor.

Na organização da **bibliografia** não é necessário separar os diferentes tipos de documentos (por exemplo livros e periódicos), pelo que deverá ser apresentada de forma integrada. Todavia, há alguns tipos de documentos que, pela sua própria especificidade, devem ser destacados do resto da bibliografia (por exemplo, um programa de computador a que se recorreu para a investigação). Para uma informação rápida consulte a secção 3.7. *Exemplos*.

3.4.2. Livros

A referência de qualquer documento está repartida por diferentes campos, separados por uma pontuação própria:

Autoria. (Ano de publicação). *Título: Complemento de título* (Número da edição, volume). Local de publicação: Editor comercial. Notas.

Autoria

A autoria diz respeito à responsabilidade principal do documento e é feita, no caso de autor-pessoa física, sempre do seguinte modo: apelido seguido de vírgula (,), um espaço e a inicial do nome próprio ou de quantos se lhe sigam seguidos de ponto (.).

Um documento sem responsabilidade atribuída entra pelo título. Por exemplo:

Sobre os campos de Rovaniemi. (2005). Braga: Edições Natalícias.

Ano de publicação

O ano de publicação é inserido a seguir ao nome do(s) autor(es), entre parêntesis.

No caso de a referência dizer respeito a uma parte de um documento, por exemplo um artigo de um autor cuja data seja diferente da data de publicação do documento completo em que está inserido, a data a referir é sempre a da publicação do documento e nunca a do texto citado.

No caso de **atas** de congressos, seminários ou simpósios, a data é sempre

a da publicação do documento e não a da realização do evento.

Uma **obra em volumes**, com diferentes anos para cada volume: para a referência da obra completa coloca-se a data do primeiro volume e do último separadas por *hífen* (-): **(1997- 2001)**, mas se a referência diz respeito apenas a um dos volumes dá-se só a data desse volume (ver Número da edição, volumes).

Título: Complemento de título

O título do documento é sempre transcrito em itálico. Sempre que houver um complemento ao título deve ser separado deste por *dois pontos* (:); o complemento de título inicia-se sempre com a primeira letra maiúscula. Normalmente a subordinação entre as partes que compõem o título está claramente identificada na folha de rosto através de um tratamento gráfico diferente ou separação por pontuação. Em qualquer caso o complemento de título é sempre antecedido por *dois pontos* (:) que deverá substituir a pontuação que na folha de rosto separe o título do complemento de título. Por exemplo:

Na folha de rosto:

A escola portuguesa. Um estudo

Na referência bibliográfica:

A escola portuguesa: Um estudo.

Número da edição, volumes

O número da edição só é dado naqueles casos em que *não seja* a primeira edição: **(9ª ed.)**. Sendo a obra composta por mais do que um volume, dá-se a indicação a seguir ao título ou complemento de título entre parêntesis: **(5 vol.)**; no caso de a referência dizer respeito apenas a um volume da obra: **(vol. 3)**.

Se for necessário indicar o número da edição e o volume, ambas as referências ficarão dentro dos mesmos parêntesis: **(3ª ed., vol. 2)**.

Local de publicação

O local da publicação diz respeito à localização da editora; essa informação pode ser recolhida na folha de rosto ou no verso. Se não estiver patente o local da publicação, coloca-se: **(S.I.)**, isto é, *sem lugar*.

Editor comercial

Não deve ser confundido com o editor literário ou científico. É o responsável pela edição comercial do documento. Normalmente encontra-se explicitado na folha de rosto.

Nas dissertações o editor é o próprio autor, porque se considera edição de autor. Ver abaixo a secção 3.7. *Exemplos* (Dissertações, nota 8).

Notas

A zona das notas é utilizada para caracterizar o documento. Deve ser sempre utilizada para as Dissertações, com a seguinte indicação adequada ao tipo de dissertação: Dissertação de Doutoramento apresentada a... [nome da instituição].

Pereira, A. (2004). *Para uma visão fenomenológica do corpo contemporâneo: Contributo a partir do alpinismo e das ginásticas de academia*. Porto: A. Pereira. **Dissertação de Doutoramento apresentada à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.**

Esta zona também é utilizada para referenciar as atas de congressos, simpósios ou seminários. Ver abaixo, em 3.7. *Exemplos* (Atas).

3.4.3. Periódicos

A referência de qualquer documento está repartida por diferentes campos, separados por uma pontuação própria:

Autoria. (Ano de publicação). Título artigo: Complemento de título do artigo. *Título do periódico: Complemento de título do periódico, Volume(número), página(s).*

Autoria

Ver a secção 3.7. *Exemplos*.

Ano de publicação

A data indicada na referência bibliográfica é sempre a da publicação do periódico e não outra que, eventualmente, apareça assinalada no próprio artigo.

Título do artigo: Complemento de título do **artigo**

O título do artigo deve ser dado sem itálico, negrito ou sublinhado. O complemento de título é separado do título principal por *dois pontos* (:). A

primeira letra é maiúscula.

Stutte, H. (1972). Transcultural child psychiatry. *Acta Paedopsychiatrica*, 38(9), 229-231.

Título do periódico: complemento de título do **periódico**

O título do periódico é dado em itálico com as iniciais de cada palavra em maiúsculas. Se houver complemento de título é separado por *dois pontos* (:).

Volume (número), página inicial-página final

Os periódicos podem estar organizados por volumes ou apenas por números. Ver 3.7. *Exemplos*.

3.4.4. Documentos eletrónicos

Os elementos mínimos obrigatórios para a referência a documentos eletrónicos são os seguintes:

- Título dos documentos ou, em alternativa, uma descrição
- Ano de publicação, de atualização ou de consulta
- Endereço eletrónico: deve ser o endereço direto até ao documento e não o da *homepage*. Apesar dos dados mínimos antes referidos, a referência de documentos eletrónicos, tal como de qualquer outro documento, está repartida por diferentes campos, separados por uma pontuação própria:

Autoria. (Data). Título do artigo: Complemento de título. Título do periódico: Complemento de título, *Volume*(número), páginas. Consult. data de consulta, disponível em <http://www.endereçoelectrónico.pt>

É importante notar que um periódico em edição eletrónica pode não ter páginas numeradas, número ou volume.

Ver 3.7. *Exemplos*.

3.4.5. Material audiovisual

Ver 3.7. *Exemplos*.

3.5. Citações

As citações no corpo de texto devem especificar a parte do documento a que se referem (páginas, parágrafo, secção, número do capítulo ou da parte),

sobretudo no caso das citações formais, mas também no caso de a fonte ser uma obra extensa ou apresentada em diferentes volumes. É possível que uma citação genérica se refira a um documento na íntegra (artigo ou livro, por exemplo). Todavia, na maior parte dos casos a citação diz respeito a um ponto específico referido explicitamente numa página, grupo de páginas ou capítulo; nesse caso, essa indicação deve ser dada na citação e não na referência bibliográfica, sobretudo no que diz respeito a livros, pois com frequência são citados mais do que uma vez e em páginas diferentes. Por exemplo:

Gonçalves (2001, p. 27)

Ver 3.7.2. Citações.

3.6. Ordenação e alfabetação da Bibliografia

Regras genéricas de alfabetação

A alfabetação faz-se sempre letra a letra a partir do apelido.

Sempre que artigos e preposições façam parte do apelido são considerados na alfabetação (ex.: La Fontaine, J. de; Le Boulch, J.; Le Du, J.).

Em documentos que entrem pelo título, os artigos (definidos e indefinidos) não são alfabetados. Os documentos cuja entrada se faça por um número (no título) são alfabetados como se o número fosse soletrado.

Vários documentos com o mesmo primeiro autor

Ordenação crescente por ano de publicação

Mota, J. (2005).

Mota, J. (2006).

A entrada de uma referência com um só autor precede uma entrada com vários autores e com o mesmo primeiro apelido.

Mesquita, I. (2005).

Mesquita, I. & Pereira, F. (2003).

Referência a documentos de um mesmo autor (ou grupo de autores) com a mesma data: a ordenação é feita a partir do título; a seguir à data deve-se colocar uma letra minúscula em correspondência com a citação.

Santos, P., Magalhães, J. & Ascensão, A. (2005a).

Santos, P., Magalhães, J. & Ascensão, A. (2005b).

Autores de nome castelhano⁶

O apelido paterno, em autores de língua castelhana, é o primeiro e, por essa razão, a referência é alfabetada por esse nome.

Dorado García, C.

[e não García, C. D.]

Júnior ou Filho

Em certos países, acrescenta-se Júnior no final do nome para identificar que se trata do filho de alguém. Nesses casos, Júnior ou Filho não são considerados apelidos pelo que deve ser colocado o apelido que está imediatamente antes:

Faria Júnior, A..

[e não Júnior, A. F.]

3.7. Exemplos

3.7.1. Referências bibliográficas

Livro

Autor-pessoa física

Um autor:

Constantino, J. M. (2006). *Desporto: Geometria de equívocos*. Lisboa: Livros Horizonte.

Dois autores: separados pela conjunção **&** ou **e**:

Obler, L. K., & Gjerlow, K. (2002). *A linguagem e o cérebro*. Lisboa: Instituto Piaget.

Três ou mais autores⁷: todos separados por vírgulas, à exceção do último, separado pela conjunção **&** ou **e**:

Godinho, M., Mendes, R., Melo, F., e Barreiros, J. (1999). *Controlo motor e*

⁶ Ver a parte relativa à referenciação de autores em 3.7 *Exemplos*.

⁷ As normas APA preconizam uma solução de citação e referência particular para as fontes com seis ou mais autores, que passa, inclusivamente, pela não inclusão de todos os nomes dos autores na referência. Nestes casos adotar-se-á o mesmo procedimento que para três ou mais autores.

aprendizagem: Fundamentos e aplicações. Cruz Quebrada: Faculdade de Motricidade Humana – Serviço de Edições.

Editor literário, organizador, diretor e coordenador. usar as abreviaturas (Ed.), (Org.), (Dir.) e (Coord.)

Pereira, A. L., Costa A., e Garcia, R. P. (Org.). (2006). *O desporto entre lugares: O lugar das ciências humanas para a compreensão do desporto.* Porto: Faculdade de Desporto – Universidade do Porto.

Tradutor: se uma obra for uma tradução, o nome do tradutor é indicado entre parêntesis depois do título. Todavia, *não é obrigatório* referir o tradutor; só deve ser referido naqueles casos em que se entenda ser relevante referir, como por exemplo, no caso da tradução de uma obra literária.

Roberts, M. (2001). *Ficar em forma em 90 dias* (L. R. Geer, trad.). Porto: Livraria Civilização.

Autor-instituição

American Psychological Association. (2003). *Publication manual of the American Psychological Association* (5th ed.). Washington, DC: American Psychological Association.

Capítulo de livro

Levine, D. N. (1982). Visual agnosia on monkey and in man. In D. J. Ingle, M. A. Goodale & J. W. R. Mansfield (Ed.), *Analysis of visual behaviour* (pp. 629-670). London: MIT Press.

Atas de congresso, seminário ou simpósio

Bento, J., & Marques, A. (Ed.). (1990). *Desporto Ética Sociedade.* Porto: Universidade do Porto – Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física. Actas do Fórum Desporto Ética Sociedade, Porto, 1989.

Parte de atas de congresso, seminário ou simpósio

Costa, A. S. (1994). Actividade desportiva e sua força simbólica para a terceira idade. In A. Marques, A. Gaya & J. M. Constantino (Eds.), *Physical*

Activity and Health in the Elderly. Porto: University of Porto – Faculty of Sport Sciences and Physical Education. Proceedings of the 1st Conference of EGREPA, Oeiras, 1993, pp.521-527.

Resumo de artigo em actas

Carvalho, J. (1999). Aspectos metodológicos no trabalho com idosos [Resumo]. In J. Mota & J. Carvalho (Eds.), *A qualidade de vida no idoso: O papel da actividade física*. Porto: FCDEF. Actas do Seminário, Porto, 1999, p. 31.

Livro com editor literário, organizador, diretor ou função análoga

Sternberg, R. J. (Ed.). (1994). *Thinking and problem solving*. San Diego: Academic Press.

Dissertações⁸

Vila-Chã, C. J. F. (2004). *Alterações do padrão cinemático e do sinal de EMG durante a realização prolongada de exercícios de cadeia cinética fechada: Análise do exercício de meio-agachamento*. Porto: C. Vila-Chã. Dissertação de Mestrado apresentada à Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto.

Obra em volumes

Marques, A. H. O. (1976). *História de Portugal*. (6^a ed., 2 vol.). Lisboa: Palas Editores.

Parte de obra em volumes

Marques, A. H. O. (1976). *História de Portugal*. (6^a ed., vol. 1). Lisboa: Palas Editores, pp. 436-449.

⁸ O manual da APA considera as dissertações como *material não publicado*; todavia, entre nós, as dissertações são consideradas edições de autor. Por esta razão o editor é o próprio autor; outro elemento importante é a indicação, no final da referência, do grau da dissertação (Mestrado ou Doutoramento) e do nome da instituição à qual foi apresentada. Para publicação em periódicos que sigam o estilo APA deve ser consultado o Manual a propósito deste tipo de documentos.

Legislação (Decretos-lei, Leis, ...)

Ministério das Finanças e da Administração Pública. (2007). Decreto-Lei n.º 107/2007 de 10 de Abril. *Diário da República*, 1.ª Série, n.º 70, 2237-2238.

Periódico

Um autor

Fernandes, M. A. F. (2006). A vitalidade da lusofonia. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 6(1), 119-123.

Dois autores

Kllimoski, R. & Palmer, S. (1993). The ADA and the hiring process in organizations. *Consulting Psychology Journal: Practice and research*, 45(2), 10-36.

Três ou mais autores

Saywitz, K. J., Mannarino, A. P., Berliner, L., & Cohen, J. A. (2000). Treatment for sexually abused children and adolescents. *American Psychologist*, 55, 1040-1049.

Periódico organizado por números

Guérineau, J. (2005). Wonder woman? *Basketball*, 703, 14-17.

Periódico organizado por volumes e números

Dixon, M., & Bruening, J. E. (2005). Perspectives on work-family conflict in sport: An integrated approach. *Sport Management Review*, 8(3), 227-253.

Artigo em publicação periódica eletrónica (sem edição em papel)

VandenBos, G., Knapp, S., & Doe, J. (2001). Role of reference elements in the selection of resources by psychology undergraduates. *Journal of Bibliographic Research*, 5, 117-123. Consult. 13 Out 2001, disponível em <http://www.jbr.org/articles.html>

Artigo em publicação periódica eletrónica (que também tem edição em papel)

Getz, M., Hutzler, Y., & Vermeer, A. (2006). The Relationship Between Aquatic Independence and Gross Motor Function in Children With Neuro-Motor Impairments [Versão electrónica]. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 23(4), 338-355.

Artigo de periódico em base de dados

Kammerlind, A.-S. C., Ledin, T., Ödkvist, L. M., & Skargren, E. I. B. (2006). Influence of asymmetry of vestibular caloric response and age on balance and perceived symptoms after acute unilateral vestibular loss. *Clinical Rehabilitation*, 20, 142-148. Consult. 16 Mai 2006, disponível na base de dados SportDiscus.

Documentos eletrónicos, material audiovisual, páginas de Internet

DVD

Araújo, C., & Porto Editora Multimédia (Produtor) (2005). *Segurança em Ginástica: As ajudas manuais* [DVD]. Porto: Porto Editora.

CD

Turini, M., & DaCosta, L. (Ed.) (2002). *Olympic Studies* [CD]. Rio de Janeiro: Editora Gama Filho.

Programa de computador, Software

Tanner, J. M., Healy, H. G., & Cameron, N. (2001). *Assessment of Skeletal Maturity* [Programa de computador] (3rd ed.). London: W. B. Saunders.

Página de Internet (com autor identificado)

Lemos, V. (2009). Mensagem do Sr. Secretário de Estado da Educação. *Desporto escolar*. Consult. 21 Maio 2009, disponível em <http://www.desportoescolar.min-edu.pt/institucional.aspx>

Página de Internet (sem autor identificado)

Quando o autor do documento não está identificado, deve-se começar a referência com o título do documento.

GVU's 8th user survey. (2000). *Georgia Tech*. Consult. 8 Ago 2000, disponível em http://www.cc.gatech.edu/gvu/user_surveys/survey-1997-10/

3.7.2. Citações

Um documento por um autor

Simões (2004) estabeleceu o protocolo

Ficou estabelecido o protocolo (Simões, 2004)

Em 2004, Simões estabeleceu o protocolo (Simões, 2004)

Um documento por dois autores

Rodrigues e Guedes (2006)

(Rodrigues & Guedes, 2006)

Um documento por três ou mais autores

Freitas et al. (2003)

(Freitas et al., 2003)

Autor-coletividade/entidade

Na primeira vez citado

(Instituto do Desporto de Portugal [IDP]⁹, 2005)

Nas citações seguintes

(IDP, 2005)

Documentos sem autoria explícita

Capítulo de livro: citação pelo título entre aspas

É necessário o apoio nestas circunstâncias (“Idosos Activos”, 2003)

Título de livro ou de periódico: citação pelo título em itálico

Conforme ficou provado (*O desporto para a infância*, 2004)

⁹ Sempre que se recorrer a abreviaturas é necessário elaborar uma lista descritiva.

Autores com o mesmo apelido

Sempre que se citam dois ou mais autores com apelido igual devem-se indicar as iniciais dos nomes próprios.

R. Silva (2001) e J.M.G. da Silva (2003)

Dois ou mais documentos do mesmo autor ou grupo de autores na mesma citação

Ordenar por ordem crescente de data.

É possível demonstrar (Janeira, 1998, 2000)

Documentos do mesmo autor ou grupo de autores, publicados no mesmo ano

Colocar uma letra minúscula imediatamente a seguir ao ano. As letras devem corresponder às respetivas referências bibliográficas.

Há muito tempo que foi demonstrado (Bento, 1999a, 1999b, 1999c)

Dois ou mais documentos de diferentes autores na mesma citação Ordenar os autores alfabeticamente pelo apelido e separados por *ponto e vírgula* (;).
(Corte-Real, 2004; Lacerda, 2000; Lebre, 2001)

Documentos sem data explícita

Ver acima secção 3.4.1. *Data*.

Sem data (no caso de não encontrar qualquer data):

(Gonçalves, s.d.)

Uma parte específica de um documento

Sempre que a citação diz respeito a uma parte específica de um documento e não ao documento em geral, nomeadamente quando se realiza uma citação formal, onde o conteúdo é reproduzido textualmente entre aspas, deve ser indicada a página ou conjunto de páginas, o parágrafo, a secção, o capítulo ou a parte a que se refere:

Uma página

(Frade, 2001, p. 54)

Um conjunto de páginas

(Rebelo, 2004, pp. 230–237)

Um parágrafo (só nos casos em que os parágrafos estejam numerados no próprio documento)

(Oliveira, 2004, ¶ 3)

(Oliveira, 2004, par. 3)

Uma secção

(Esteves, 2002, secção 5)

Um capítulo (Lopes, 1998, cap. 7)**Uma parte**

(Carvalho, 2005, parte 2)

Se uma citação formal contiver 40 palavras, ou mais, deve ser tratada como uma citação de bloco.

A citação deve ter espaçamento duplo e iniciar numa nova linha com um avanço de 1,27 cm na margem esquerda. Exemplo:

Foram apresentados os seguintes dados relativos à escolaridade:

Na categorização da escolaridade, 69.4% dos indivíduos eram alfabetizados, destes 70.6% eram fisicamente ativos segundo o IPAQ, em contrapartida, dentre os analfabetos (30.6%), apenas 36.7% foram considerados muito ativos. Dos que referiram alguma escolarização, 15.3% referenciavam presença de doenças cardiovasculares. A árvore de decisão apresentou um nível de assertividade de 71.4%, ou seja, utilizando as variáveis escolaridade e doenças cardiovasculares pode-se estimar em 71.4% se os idosos eram fisicamente ativos. (D'Angelo et al., 2019, p. 24)

Se a citação tiver mais que um parágrafo, a primeira linha de cada parágrafo deverá ter um avanço de 2,56 cm.

Citação indirecta¹⁰

Como se verifica no trabalho realizado por Nuttin (citado por Cabral, 1998, p. 31)

[A referência bibliográfica será a Cabral e não a Nuttin]¹¹

Tal como diz Antunes (cit. por Gonçalves, 2006, p. 136)

[A referência bibliográfica será a Gonçalves e não a Antunes]

Comunicações pessoais

Alguns exemplos de comunicações pessoais são: mensagens de correio eletrónico, cartas, memorandos, resultados informais de grupos de discussão, entrevistas pessoais ou conversas telefónicas. As comunicações pessoais, não sendo informação recuperável, não aparecem listadas na bibliografia.

J. I. Moreira (comunicação pessoal, 18 Jan 2003)

(J. I. Moreira, comunicação pessoal, 18 Jan 2003)

3.8. Anexos e apêndices

Anexos e apêndices constituem os elementos de pós-texto da dissertação, devendo, por isso, ser remetidos para depois das referências bibliográficas. Devem, porém, ser vistos como partes do trabalho que incluem dados essenciais.

Por Anexo entende-se uma parte particular do trabalho, onde se inclui material decisivo, nomeadamente resultados em bruto. Trata-se de material não fundamental para o entendimento do trabalho, mas determinante para a sua avaliação e verificação aprofundadas, pelo que não deve ser considerado supérfluo. De resto, só nesta circunstância é que estes dados devem ser incluídos.

Um Apêndice constitui uma parte suplementar, contendo material de carácter informativo e cuja ausência não perturba o entendimento, nem compromete as possibilidades de avaliação do trabalho. A sua não inclusão não deixa, portanto, a dissertação incompleta.

¹⁰ Deve ser sempre privilegiada a citação direta. A citação indireta só deverá acontecer em caso de absoluta necessidade e, se possível, validada por mais do que uma citação direta da mesma fonte.

¹¹ Poder-se-á também incluir a referência citada indiretamente na lista bibliográfica, desde que assinalada como referência indireta, por exemplo, através de uma nota chamada por asterisco (*) no final da lista.

Mediante a existência de anexos e apêndices, deve ser incluído um **Índice de anexos** e um **Índice de apêndices**, imediatamente após os restantes índices já referidos.

Tal como para os preliminares, também os anexos e apêndices devem ser numerados em romano.