

Errata

<p>Página III, “Resumo”, 3ºparágrafo, linhas 16-18</p>	<p>Onde se lê “Os resultados permitiram observar uma correlação positiva entre a exposição a ecrãs e a qualidade de sono assim como uma correlação positiva entre o regime de teletrabalho e a exposição a ecrãs”, deveria ler-se “<u>Os resultados permitiram observar que a exposição aumentada a ecrãs está inversamente relacionada com a qualidade de sono e que o regime de teletrabalho está positivamente associado à exposição aumentada a ecrãs</u>”</p>
<p>Página IV, “Abstract”, 3ºparágrafo, linhas 14-15</p>	<p>Onde se lê “The results showed a positive correlation between exposure to screens and the quality of sleep as well as a positive correlation between teleworking and exposure to screens”, deveria ler-se “<u>The results showed that increased exposure to screens is inversely related to sleep quality and that teleworking is positively associated with increased exposure to screens</u>”</p>
<p>Página 26, “3.2 Processo do Sono”, 1ºparágrafo, linha 3</p>	<p>Onde se lê “REM1”, deveria ler-se “<u>NREM1</u>”</p>
<p>Página 26, “3.2 Processo do Sono”, 1ºparágrafo, linha 7</p>	<p>Onde se lê “REM2”, deveria ler-se “<u>NREM2</u>”</p>
<p>Página 26, “3.2 Processo do Sono”, 2ºparágrafo, linha 11</p>	<p>Onde se lê “REM3”, deveria ler-se “<u>NREM3</u>”</p>
<p>Página 26, “3.2 Processo do Sono”, 2ºparágrafo, linha 16</p>	<p>Onde se lê “REM4”, deveria ler-se “<u>NREM4</u>”</p>
<p>Página 26, “3.2 Processo do Sono” 3ºparágrafo, linha 22</p>	<p>Onde se lê “No último estágio REM5, chamado de REM, sono paradoxal ou sono dos sonhos”, deveria ler-se “<u>Na fase REM, também chamada como sono paradoxal ou sono dos sonhos</u>”</p>
<p>Página 37, “5. Questão da investigação”, 1ºparágrafo, linha 3</p>	<p>Onde se lê “relacione as três variáveis exposição aumentada a ecrãs, motivação e sono”, deveria ler-se “<u>relacione as quatro variáveis exposição aumentada a ecrãs, regime de teletrabalho, motivação e sono</u>”</p>
<p>Página 59, “16. Hipótese 1: Espera-se que a exposição aumentada a ecrãs esteja inversamente relacionada com a qualidade de sono”, 2ºparágrafo, linha 15</p>	<p>Onde se lê “Existe a possibilidade que devido à supressão”, deveria ler-se “<u>Existe a possibilidade de que estas alterações sejam devido à supressão</u>”</p>