

QUALIDADE DE VIDA DOS ACADÊMICOS DO CURSO DE ENFERMAGEM DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR (IES) DE UM MUNICÍPIO DA ZONA DA MATA MINEIRA

Ângela Gabriela Rolim¹

Kézia Vitória Nesce Dutra¹

Kelly Aparecida do Nascimento²

Deyliane Aparecida de Almeida Pereira³

Fábio Florindo Soares⁴

Sérvulo Francklin de Oliveira⁵

Marcelo Maia Costa⁶

marcelomaiac@yahoo.com.br

ÁREA DE CONHECIMENTO: Ciências da Saúde

RESUMO

O objetivo deste estudo foi avaliar a Qualidade de Vida dos Acadêmicos do curso de Enfermagem de uma Instituição de Ensino Superior (IES) de um município da Zona da Mata Mineira. Trata-se de uma pesquisa descritiva com abordagem quantitativa, realizada com acadêmicos do referido curso, devidamente matriculados e com idade superior a 18 anos. A coleta de dados foi por meio do questionário SF-36, enviado por e-mail e redes sociais, que avalia a qualidade de vida em oito domínios. A amostra foi composta por 38 estudantes de Enfermagem, sendo a maioria do sexo feminino (75,0%) e matriculados no 1º período (54,2%) do curso, com idade de 18 a 31 anos. Conclui-se que os acadêmicos de Enfermagem possuem a Qualidade de Vida em níveis satisfatórios, contudo há domínios que precisam de atenção, especialmente relacionados à saúde mental e aspectos emocionais.

PALAVRAS- CHAVE: Qualidade de vida; Enfermagem; Acadêmicos.

1. INTRODUÇÃO

¹ Acadêmicas do curso de Educação Física – UNIVÉRTIX – Matipó.

² Licenciada e Bacharel em Educação Física – UNEC. Graduada em Pedagogia – UNEC. Mestre em Meio Ambiente e Sustentabilidade - UNEC. Professora e Coordenadora de Pesquisa e Extensão da Faculdade Vértice – UNIVÉRTIX – Matipó.

³ Licenciada e Bacharel em Educação Física – UFV. Mestre em Educação Física UFV. Doutora em Ciência da Nutrição – UFV. Professora da Faculdade Vértice – UNIVÉRTIX – Matipó.

⁴ Bacharel e Licenciado em Educação Física pela Universidade Federal de Viçosa – UFV. Especialista em Atividades Motoras em Academias, Atividades Aquáticas e Personal Training. Mestrando em Actividad Física y Salud da Universidad Europea del Atlántico – Santander – Espanha. Professor do Curso Licenciatura em Educação Física da Faculdade Vértice – UNIVÉRTIX.

⁵ Licenciado plena em Educação Física. Mestre em Avaliação dos Efeitos de um Programa de Exercícios Físicos Individualizado em Pacientes Portadores de Hipertensão Arterial Sistêmica UNEC. Professor do curso de Educação Física da Faculdade Vértice UNIVERTIX.

⁶ Licenciado e Bacharel em Educação Física – UNEC– Especialista em Treinamento Desportivo e Fisiologia do Exercício – UNIFOA- Professor da Faculdade Vértice – UNIVÉRTIX – Matipó.

A organização Mundial da Saúde (OMS, 2018) descreve que uma vida saudável significa um completo bem-estar físico, mental e social, assim, a saúde não significa apenas ausência de doenças diagnosticadas, mas que também possui outros elementos que contribuem para o desenvolvimento humano. Ferreira Filho *et al.* (2016) afirmam que diversos fatores e dimensões físicas, psicológicas e sociais estão relacionados à saúde, pois é considerada como uma condição humana e está relacionada à qualidade de vida e ao bem-estar do indivíduo, além de ser um conjunto multifatorial que é adquirido ao longo da vida.

Com a entrada na universidade, os jovens acabam ultrapassando não somente os seus limites profissionais, mas os emocionais e pessoais. Segundo Bini *et al.* (2018), o ingresso no ensino superior é responsável pela mudança no estilo de vida de acadêmicos, em todas as áreas de sua vida, como na alimentação, na prática de atividades físicas e na forma de se comunicarem e gastar o tempo livre, para poderem se adaptar à nova rotina. E complementa dizendo que esses acadêmicos, por serem de vários locais, possuem condições sociais e culturais variados.

A atividade física está diretamente ligada à qualidade de vida, saúde e ao bem-estar do indivíduo. De acordo com Martins (2020), ela contribui para a melhoria da qualidade de vida, uma vez que pode melhorar diversos parâmetros glicídicos e lipídicos, que estão relacionados à saúde. Carvalho (2019b) também acredita que a atividade física é reconhecida como ação saudável, tanto individual quanto coletiva para a prevenção de doenças crônicas não transmissíveis.

A avaliação da qualidade de vida e do bem-estar dos estudantes da área de saúde tem despertado grande importância, pois essa área causa muito estresse/tensão e, na opinião dos estudantes, o desgaste acadêmico está diretamente ligado à sua qualidade de vida (COSTA, SILVA e MACHADO, 2017).

O estilo de vida e hábitos não saudáveis podem modificar e afetar negativamente a saúde e a vida desses estudantes (LUNA *et al.*, 2016). Sendo assim, devido às mudanças radicais ocorridas nesse período, o estilo de vida é diretamente atingido, modificando a qualidade de vida, a saúde e o bem-estar das pessoas.

Nesse contexto, percebe-se a importância da avaliação da percepção da qualidade de vida e do bem-estar dos acadêmicos de Enfermagem, devido a essa fase da vida onde o estilo de vida é afetado podendo gerar diversos problemas, tanto físicos quanto psicológicos, dentre os quais podem-se citar inatividade física, má alimentação, depressão, ansiedade, estresse entre outros. Esses fatores podem interferir negativamente no seu estilo de vida e, conseqüentemente, na qualidade de vida, na saúde e no seu bem-estar (ARTIGAS; MOREIRA e CAMPOS, 2017).

Esta pesquisa tem como diferencial identificar os hábitos de vida dos Acadêmicos de Enfermagem, uma área da saúde para a qual sempre é relevante debater questões como, por exemplo, os hábitos de vida desses futuros profissionais.

Diante do exposto, a questão norteadora do estudo foi: Qual é a qualidade de vida dos acadêmicos do curso de Enfermagem de uma IES da Zona da Mata Mineira? Dessa forma, o objetivo foi avaliar a Qualidade de Vida dos Acadêmicos do curso de Enfermagem de uma Instituição de Ensino Superior (IES) de um município da Zona da Mata Mineira.

A realização deste estudo busca oferecer uma contribuição positiva em relação à temática que está sendo abordada. Dessa forma, a pesquisa busca esclarecer algumas informações importantes e mostrar aos acadêmicos de Enfermagem quais pontos de defasagem em relação ao seu estilo de vida precisam ser melhorados, para se ter uma melhor qualidade de vida e bem-estar.

Nesse sentido, este estudo tem relevância social, pois pode trazer benefícios aos acadêmicos identificando os pontos mais importantes a fim de trazer alternativas para os problemas que serão apontados. Assim, pretende-se incentivar esses sujeitos na busca da melhora da qualidade de vida e bem-estar, mesmo em tempos de estudos, por meio de hábitos saudáveis como boa alimentação e a prática regular de atividade física.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A Qualidade de Vida (QV) é uma expressão que foi usada nos Estados Unidos depois da Segunda Guerra Mundial com o objetivo de caracterizar o estilo de

consumo de bens materiais dos indivíduos. Com o tempo, essa expressão ganhou uma amplitude maior e passou a ter o significado de bem-estar geral em relação à vida da população (CARVALHO, 2019a).

Para Rodrigues *et al.* (2019), a Qualidade de Vida possui uma abordagem ampla que envolve diversas áreas como saúde e educação, que estão ligados a questões culturais. Dessa forma, a compreensão deste constructo é importante para entender questões que envolvem o bem-estar da população.

Caveião *et al.* (2017) afirmam que qualidade de vida é uma área de múltiplos conhecimentos, tanto científicos quanto populares, ligados à vida de cada pessoa. Para Angelim *et al.* (2015), é um termo abrangente e está associado a fatores individuais e socioambientais, inseridos em um contexto sociocultural. A sua avaliação está interligada diretamente às condições de vida, como saúde e o bem-estar.

No que diz respeito à saúde, a Atividade Física é um dos fatores importantes para melhora deste parâmetro e a manutenção desse fator ao longo de sua trajetória poderá melhorar a vida das pessoas em algumas áreas, como saúde mental, emocional e física (MARTINS, 2020). Corroborando, Ferreira Filho *et al.* (2016) afirmam que a Atividade Física é essencial para se ter um bom estilo de vida, pois seus benefícios contribuirão para uma Qualidade de Vida melhor.

Nesse sentido, ter qualidade de vida, está diretamente ligado às escolhas de cada ser humano, na relação do seu trabalho e a sua vivência social. Dentro dessas perspectivas, algumas situações podem influenciar na qualidade de vida e uma delas é o ingresso na faculdade, quando ocorrem mudanças radicais no estilo de vida dos acadêmicos (LIMA *et al.*, 2020).

O ingresso na faculdade transpõe os limites profissionais, pessoais e emocionais dos jovens, que acabam mudando seus hábitos de vida e, conseqüentemente, a forma como eles irão gastar o seu tempo livre, demandando um processo de adaptação a nova rotina (BINI *et al.*, 2018).

Lagame *et al.* (2016) apontam que algumas avaliações feitas com estudantes, mostraram que fatores positivos como otimismo, rendimento acadêmico, satisfação com as atividades desenvolvidas no curso têm relação com a satisfação da vida

acadêmica. Entretanto, nos últimos anos recorrentes, tem-se observado uma preocupação com os acadêmicos em relação a sua Qualidade de Vida devido ao fato de que a maioria desses estudantes terem sua vida dividida entre o trabalho e o estudo, fazendo com que ocorra uma queda no seu rendimento e comprometendo a sua qualidade de vida (ARTIGAS, MOREIRA e CAMPOS 2017).

Alguns aspectos relacionados ao estilo de vida dos acadêmicos influenciam essa análise como, por exemplo, a carga horária extensa, o pouco tempo para o sono/descanso, os hábitos alimentares inadequados e a ausência da prática de atividade física. Assim, percebe-se que o ambiente acadêmico pode diminuir ou, até mesmo, prejudicar a qualidade de vida desses indivíduos (POSSIGNOLO, OLIVEIRA e AQUINO, 2019). Para Farias (2016), alguns problemas recorrentes como questão financeira, problemas sentimentais e familiares, saúde, entre outras, atrapalham o bem-estar físico, social e mental desses seres humanos.

3. METODOLOGIA

O referente estudo trata-se de uma pesquisa quantitativa, do tipo descritiva. Segundo Gil (2002, p. 42):

As pesquisas descritivas têm como objetivo primordial a descrição das características de determinada população ou fenômeno ou então, o estabelecimento de relações entre variáveis. São inúmeros os estudos que podem ser classificados sob este título e uma de suas características mais significativas está na utilização de técnicas padronizadas de coleta de dados, tais como o questionário e a observação sistemática.

A pesquisa foi realizada em uma Instituição de Ensino Superior, localizada em um município da Zona da Mata Mineira. No curso de Enfermagem há um total de 129 estudantes, entretanto, o estudo avaliou 38 deles, regularmente matriculados, com idade superior a 18 anos, de ambos os sexos. O tamanho da amostra pode ser explicado pelo momento atípico de pandemia do coronavírus (Covid-19) em que estamos vivendo e, por esse motivo, houve poucos retornos por parte dos estudantes em participar da pesquisa em formato *on-line*. Foram pesquisados todos os períodos de Enfermagem, do 1º ao 10º de graduação. O contato com os

estudantes foi feito de forma *on-line* por meio do aplicativo WhatsApp, pela Coordenadora do curso.

O curso selecionado foi escolhido porque há um nível maior de afinidade entre o curso de Educação Física e Enfermagem que se deve ao fato de os referidos cursos estudarem juntos em algumas disciplinas básicas unificadas.

Após a autorização pela instituição por parte do diretor e do coordenador do curso, foi informado e esclarecido aos participantes quanto ao objetivo do estudo e a sua participação foi concretizada por meio do aceite *on-line* do termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Os dados foram coletados por meio do questionário *Short Form Health Survey* (SF-36), um instrumento genérico de fácil compreensão e administração, que avalia a Qualidade de Vida e que foi adaptado e traduzido para o português por Ciconnelli em 1997 para o uso da população brasileira (VIANA e SAMPAIO, 2019). O SF-36 é um questionário de fácil administração e compreensão, formado por 11 questões e 36 itens, englobados em oito domínios: aspectos físicos, capacidade funcional, dor, estado geral da saúde, vitalidade, aspectos sociais, aspectos emocionais e saúde mental. É composto por um *Score* de 0 a 100, sendo 0 o pior estado geral da Saúde, e 100 o melhor estado de saúde. (COSTA, SILVA e MACHADO, 2017).

A coleta foi realizada de forma remota via *Google formulários*, sendo enviado aos acadêmicos por e-mail e redes sociais entre os meses de abril e maio de 2021. Este estudo seguiu as especificações da Lei 466/2 (BRASIL, 2012) que trata de pesquisa envolvendo seres humanos, resguardando-lhes o anonimato e a autonomia em recusar-se ou desistir de fazer parte da amostra do estudo.

Os dados foram analisados no programa *Microsoft Excel, versão 2020*, por meio da estatística descritiva e estão apresentados na forma de tabelas, com valores de frequência relativa, medidas de tendência central e dispersão.

4. RESULTADOS E DISCUSSÕES

O questionário SF-36 foi aplicado aos acadêmicos de uma Instituição de Ensino Superior de um município da Zona da Mata Mineira, com o objetivo de avaliar a qualidade de vida dos acadêmicos do curso de Enfermagem. A amostra foi

composta por 38 estudantes de Enfermagem, com idade entre 18 e 31 anos (média de 20,5 (DP= $\pm 3,12$), conforme disponível na tabela 1.

Tabela 1: Caracterização dos universitários, do Curso de Enfermagem, de uma Instituição da Zona da Mata Mineira. 2021.

Características	%
Sexo	
Masculino	25,0
Feminino	75,0
Período da graduação	
1° e 2° Período	58,0
3° e 4° Período	7,9
5° e 6° Período	5,4
7° e 8° Período	2,6
9° e 10° Período	13,6

Fonte: Dados coletados pelas pesquisadoras

Estudos de Farias (2016) observa que a Qualidade de Vida pode ser influenciada pela correria do dia a dia de universitários, cuja rotina seja totalmente desgastante, devido a inúmeros afazeres, tanto acadêmicos como afazeres da vida particular e social. Ele acrescenta que alguns fatores podem estar relacionados à influência na Qualidade de Vida, dentre eles, problemas familiares e financeiros, aflição devido à ansiedade e incertezas sobre o futuro, principalmente com o mercado de trabalho que está cada vez mais concorrido e competitivo.

Como a amostra foi composta por estudantes, em sua maioria do sexo feminino, Viana e Sampaio (2019) mostram que há resultados mais baixos para o sexo feminino, na maioria dos domínios em relação a Qualidade de Vida e Bem-estar. Tal resultado pode ser comparado também com o estudo de Pereira *et al.* (2018), indicando que o sexo pode ter influência na qualidade de vida, já que as mulheres tendem a ser mais vulneráveis. Segundo os autores, o público feminino é mais sensível, como por exemplo, em relação aos aspectos emocionais, visto que, na maioria dos relatos, as mulheres sofrem mais emocionalmente do que os homens.

Na tabela 2, as informações seguintes evidenciam os valores de Média, Desvio Padrão, Mínimo e Máximo dos escores de acordo com os domínios da Qualidade de Vida SF-36. A classificação de pontuação dos domínios SF-36 é dividida em cinco etapas: sendo 0 a 20 considerado péssimo, 20 a 40 ruim, 40 a 60

regular, 60 a 80 boa e 80 a 100 considerado ótima (DURÁN e DUNNINGHAM, 2019). Segue tabela 2:

Tabela 2: Domínios de Qualidade de Vida de alunos do curso de Enfermagem, de uma Instituição na Zona da Mata Mineira. 2021.

Domínios	Média	Desvio padrão	Mínimo	Máximo
Capacidade funcional	85,4	14,7	45,0	100,0
Limitação Física	61,2	37,5	0,0	100,0
Dor	66,1	22,4	21,0	100,0
Saúde	60,9	16,6	32,0	95,0
Vitalidade	51,7	18,1	25,0	90,0
Aspectos Sociais	63,2	28,2	0,0	100,0
Aspectos emocionais	56,1	15,7	33,3	66,7
Saúde Mental	52,3	19,1	20,0	88,0

Fonte: Dados coletados pelas pesquisadoras

Observando a tabela 2, que corresponde aos domínios que nos permitem avaliar a Qualidade de Vida dos acadêmicos, observa-se que foi obtido resultado positivo no domínio capacidade funcional, com um escore de 85,4 (DP= \pm 14,7).

De acordo com Pinto *et al.* (2016), a capacidade funcional refere-se à habilidade que um ser humano tem de realizar atividades referente ao seu cotidiano, como, por exemplo, cuidar de si e ser independente, podendo ser avaliada pelo aspecto atividade básica da vida diária (ABVD) e o aspecto das atividades instrumentais da vida diária (AIVD).

Artigas, Moreira e Campos (2017) apresentaram resultados semelhantes em seu estudo, com um escore de 94, em que os acadêmicos estão satisfeitos com suas condições físicas, não apresentando grandes dificuldades em realizar as suas tarefas do dia a dia e nem desconforto com a realização de tarefas cotidianas, o que pode ter contribuído para o resultado positivo desse domínio.

O segundo maior resultado foi o domínio que corresponde à dor, com um escore de 66,1 (DP= \pm 22,4), que, na classificação das pontuações, pode ser considerado um resultado bom, pois entra na classificação de 60 a 80. Sousa (2002) relata que a dor pode ser definida como uma experiência subjetiva que causa um dano real ou potencial nos tecidos, considerando-a como um quinto sinal vital, não menos importante do que todos os outros sinais vitais que uma pessoa possui.

Salgado, Siqueira e Salgado (2016), ao avaliarem a Qualidade de vida do estudante trabalhador, encontrou escores de 47,1, considerado como regular, resultado que difere deste estudo.

No domínio limitação física, o escore foi de 61,2 (DP= $\pm 37,5$), sendo considerado como bom, de acordo com a classificação. O aspecto limitação física está relacionado às limitações que uma pessoa pode ter e o quanto essas limitações podem atrapalhar em relação ao seu dia a dia (PEREIRA e BORGES, 2011). Um estudo elaborado por Viana e Sampaio (2019) mostra um resultado não condizente com nossos achados, chegando a um score de 48,43, considerado como regular.

O domínio estado geral da Saúde apresentou um escore de 60,9 (DP= $\pm 16,6$), sendo considerado uma pontuação que se enquadra na classificação boa. De acordo com Salgado, Siqueira e Salgado (2016), o estado geral da Saúde está relacionado ao bem-estar geral do ser humano, que inclui o bom funcionamento do corpo, o bem-estar psicológico e uma boa relação do indivíduo com o meio ambiente e com as pessoas com as quais ele convive. Moura *et al.* (2019) ressaltam que este domínio requer atenção quanto aos seus impactos na vida dos acadêmicos, visto que este está relacionado ao bem-estar físico, mental e social.

Os aspectos saúde mental, vitalidade, e aspectos emocionais obtiveram valores abaixo de 60,0. Esses resultados fazem com que a Qualidade de Vida destes acadêmicos seja considerada como regular, pois as pontuações estão entre 40 e 60 de acordo com os números encontrados.

O aspecto saúde mental, obteve um resultado considerado pela classificação como regular, com um escore de 52,3 (DP= $\pm 19,1$). Segundo Pereira e Borges (2011), a saúde mental é definida como um equilíbrio que está relacionado a diversos fatores, dentre eles a percepção, cognição, personalidade, afeto e a ausência de doenças psicológicas como a depressão, ansiedade, deficiência mental e outros. Possignolo, Oliveira e Aquino (2019) observaram que acadêmicos do 2° e 5° ano de Enfermagem de uma instituição Paulista do Noroeste Paulista obtiveram os menores escores no domínio Saúde Mental, com pontuações de 15,92 e 17,19. Assim, os resultados encontrados pelos autores revelam uma Qualidade de Vida péssima, o que difere deste estudo.

Quanto ao aspecto vitalidade, identifica-se menor índice, entre todos os domínios, sendo o escore de 51,7 (DP= $\pm 18,1$), resultado observado também pela pesquisa de Artigas, Moreira e Campos (2017), que apresentou um escore de 58,76. Este domínio está relacionado ao cansaço, energia, esgotamento e vigor, logo, um escore baixo pode estar relacionado à rotina dos acadêmicos que inclui jornadas de trabalho e estágios acadêmicos.

O domínio de limitações por aspectos emocionais obteve um escore de 56,1 (DP= $\pm 15,7$), sendo considerado um resultado regular. Segundo Batista e Pawlowytsch (2012), o aspecto emocional está relacionado às emoções de uma pessoa e a uma variedade de sentimentos que incluem também pensamentos e comportamentos que o ser humano possui no dia a dia. Já o estudo de Artigas Moreira e Campos (2017) mostrou um resultado um pouco melhor do que o encontrado no presente estudo, com um escore de 69,73. Entretanto, os autores explicam que os estudantes podem estar insatisfeitos com alguns fatores relacionados a sua vida pessoal e acrescenta que a jornada pode afetar diretamente na sua motivação e que as experiências negativas podem comprometer o estudo e, conseqüentemente, a saúde emocional.

Em relação ao domínio aspecto social, o escore encontrado foi de 63,2 (DP= $\pm 28,2$), resultado classificado no quesito boa Qualidade de Vida. Este domínio está relacionado à socialização que, segundo Pereira e Borges (2011), é um fator importante para que o indivíduo possa envelhecer com saúde. É por meio da socialização que o indivíduo adquire valores de condutas e desenvolve sua personalidade e ideias que são colocadas em prática em sua vida. Entretanto, diferentemente desta pesquisa, nos achados de Possignolo Oliveira e Aquino (2019), foram encontrados um escore de 51,20 e 51,49 no 1° e 5° ano de Enfermagem, resultados estes que são classificados como regular.

A Qualidade de Vida e Bem-Estar dos acadêmicos de Enfermagem se relaciona a sua rotina em sua jornada universitária e em sua vida individual. Assim, para Farias (2016), alguns fatores podem afetar diretamente esses acadêmicos, como problemas financeiros e emocionais, a saúde e a incerteza do mercado de trabalho que a cada ano se torna mais concorrido e disputado.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base no estudo realizado, há predominância do sexo feminino e de alunos do 1º e 2º período, do curso de Enfermagem. Quanto à Qualidade de Vida, verificou-se que os escores são classificados como bons, o que denota uma boa qualidade de vida. Os domínios capacidade funcional, limitações físicas, dor, saúde e aspectos sociais apresentaram escores superiores a 60,0, destacando-se o domínio capacidade funcional, com escore de 85,4.

Pelos resultados encontrados, a Qualidade de Vida dos acadêmicos de Enfermagem pode ser considerada como boa, todavia, nos aspectos sociais emocionais e saúde mental, foram encontradas defasagens nas pontuações que fazem com que os resultados nesses domínios, especificamente, sejam classificados como regulares.

A partir dos resultados, pode-se destacar a vitalidade que apresentou o menor índice de todos os 8 domínios.

Conclui-se que os acadêmicos de Enfermagem possuem a Qualidade de Vida em níveis satisfatórios, porém é preciso dar atenção aos aspectos que se classificaram como regulares. Apesar de não ser um resultado ruim, essas pontuações podem significar que esses domínios precisam de um pouco mais de atenção dos acadêmicos, o que pode estar interferindo diretamente em uma boa Qualidade de Vida e Bem-Estar deles.

Tem-se como limitação do estudo o momento atípico de pandemia do coronavírus (Covid-19) em que estamos vivendo e que pode ter interferido diretamente na amostra da pesquisa. Ficou evidente o pequeno interesse por parte dos acadêmicos de Enfermagem em participar do estudo, fazendo com que o número da amostra ficasse bem abaixo do esperado.

Sugere-se que as futuras investigações amplifiquem este estudo de maneira que se desenvolvam mais projetos e proporcionando um maior respaldo aos achados descritos na presente pesquisa.

REFERÊNCIAS

ANGELIM, R. C. D. M. et al. Avaliação da qualidade de vida por meio do WHOQOL: análise bibliométrica da produção de enfermagem. **Revista Baiana de Enfermagem**, v. 29, n. 4, p. 400-410, 2015.

ARTIGAS, J. S; MOREIRA, N.B; CAMPOS, W. Percepção da qualidade de vida em universitários: comparação entre períodos de graduação. **Arq. Cien. Saúde UNIPAR**, Umuarama, v. 2, n. 2, p, 85-91, maio/ago, 2017.

BATISTA, F. C. N; PAWLOWYTSCH, P. W. M. Aspectos emocionais de depressão, ansiedade, desesperança e ideação suicida nos profissionais da unidade de terapia intensiva de um hospital do interior de Santa Catarina. **Rev. Interdisciplinar saúde e meio ambiente**, v. 1, n. 1, p. 1-15, junho/2012.

BINI, A. C. D. *et al.* Fatores relativos à vida acadêmica e à prática de exercícios físicos em universitários: revisão sistemática. Santa Catarina, **Caderno de Educação, Saúde e Fisioterapia. Guarapuava** v. 5, n.9, p. 62-68, 2018.

CARVALHO, D. A. **Percepção da qualidade de vida e fatores associados: estudo transversal com docentes universitários**. Orientadoras: Rosângela Alves Pereira e Ana Lúcia Viegas Rêgo, 2019. 73 f. Dissertação (Mestre em Nutrição Humana) - Instituto de nutrição Josué de Castro, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2019 b.

CARVALHO, F. F. B. D. Recomendações de atividade física para a saúde (pública): reflexões em busca de novos horizontes. **ABCS Health Sciences**, v. 44, n. 2. P 131137. 2019 a.

CAVEIÃO, C. et al. Perfil e qualidade de vida de docentes enfermeiros de universidades privadas e pública: estudo com WHOQOL-BREF. **Revista de APS**, v. 20, n. 2, p. 131-137. 2017.

COSTA, P.H.V; SILVA, F.S da; MACHADO, C.J. Nível de atividade física e qualidade de vida dos estudantes de fisioterapia de uma Instituição privada de Ensino Superior. **Revista interdisciplinar ciências médicas**, Belo Horizonte, v.1, n. 2, p. 46-53, nov. 2017.

DURÁN, C.F. DUNNINGHAM, W.A. Relação entre a carga horária e a Qualidade de Vida dos alunos do curso de medicina de uma faculdade de Salvador. **Revista brasileira de neurologia e psiquiatria**. Bahia, 2019, v. 23, n.3, p. 206-222, set/dez. 2019.

FARIAS, G. **Qualidade de vida dos acadêmicos de enfermagem de uma instituição de Ensino Superior de Brasília-DF**. Orientador: Lincoln Agudo Oliveira Benito, 2016. 17 f. Monografia (conclusão de curso de graduação em enfermagem) - Centro Universitário de Brasília- UNICEUB. Brasília, 2016.

FERREIRA FILHO, F. E. S. *et al.* Percepção do bem-estar e da qualidade de vida em acadêmicos do curso de Educação Física. **Cinergis**, Santa Cruz do Sul, ano 17, v.17, n.1, p. 56-60, jan./mar 2016.

GIL, A.C. **Como elaborar um projeto de pesquisa**. 2° Ed. São Paulo. Atlas S. A,2002.

LAGAME, A. D. P. *et al.* Qualidade de vida do estudante universitário e o rendimento acadêmico. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, v. 29, n. 3, p. 313-325, 2016.

LIMA, R.S S. de. *et al.* Qualidade vida de Acadêmicos de Enfermagem: análise à luz do modelo de pender. **Ver. Rene**, Crato, v. 21, n. 42159, p. 1-9. 2020.

LUNA, A. A. *et al.* **Caracterização do estilo de vida de universitários do ensino superior na modalidade de ensino à distância**. Orientadora: Viviane de Souza Pinho, 2016. 4 f. Monografia (iniciação científica) - Universidade Norte do Paraná, UNOPAR, Paraná, 2016.

MARTINS, G. T. **Nível de atividade física entre os acadêmicos de Psicologia e Educação Física**. Orientador: Marcos Paulo Huber, 2020. 15 f. Monografia (Curso Bacharelado de Educação Física) – Universidade do Sul de Santa Catarina, UNISUL, Santa Catarina, 2020.

MOURA, R.M. *et al.* Aplicação do questionário SF-36 para análise da qualidade de vida no trabalho: um estudo de caso para uma empresa situada na região de Campinas/SP. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 2, p. 1- 14, 2020.

PEREIRA, E. S; BORGES, I. S. Análise da percepção geral da Saúde e da qualidade de vida de idosos praticantes de hidroginástica a partir do instrumento sf-36. **Rev. Bras. de prescrição da fisiologia do exercício**. São Paulo, v. 5, n. 27, p. 278-284, maio/junho, 2011.

PINTO, A.H. *et al.* Capacidade funcional para atividades da vida diária de idosos da Estratégia de Saúde da Família da zona rural. **Ciência & Saúde Coletiva**. Pelotas/RS, v. 21, n. 11, p. 3545-3555, 2016.

POSSIGNOLO, B; OLIVEIRA, K.E. S; AQUINO, R. G. Qualidade de vida estudantes de enfermagem de uma instituição paulista do noroeste paulista. **Unifec Ciências da Saúde e Biológicas**, v. 3, n. 5, p. 1-11. 2019.

RODRIGUES, D.R. D. *et al.* **Análise da Qualidade de Vida de Estudantes Universitários da Área de Saúde/Quality of Life Analysis of University Health Students**. **Saúde em Foco**, v. 6, n. 2, p. 3-16, 2019.



SALGADO, R. D. C; SIQUEIRA, S. S; SALGADO, T. C. Qualidade de vida do estudante trabalhador: uma amostra dos discentes de cursos superiores do Instituto Federal do Piauí, Campus Floriano. **Revista SOMMA**, v. 2, n. 2, p. 35-46, 2017.

SOUSA, F. A. E. F. Dor: o quinto sinal vital. **Rev. Latino- Am. Enfermagem**, Ribeirão Preto. v.10, n. 3, p. 1-2, maio/junho, 2002.

VIANA, A. G; SAMPAIO, L. Qualidade de vida dos universitários em período de conclusão de curso. **Id online Rev. Mult. psic**, V. 9, n. 47, p. 1085-1096, outubro,2019.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **ACTIVE**: a technical package for increasing physical activity. Geneva: World Health Organization; 2018.