



PROMOÇÃO DA SAÚDE NA UNIVERSIDADE: O QUE ESTUDOS REVELAM?¹

Francilene Batista Madeira²

Júlia Aparecida Devidé Nogueira³

RESUMO

Esta revisão de literatura sistematizou estudos sobre o estilo de vida (EV) de universitários dos cursos de saúde no Brasil e discutiu seus resultados no contexto de Universidades Promotoras de Saúde (UPS). Poucos estudos foram encontrados, indicando EV não saudáveis. Não discutem, no entanto, o papel formador da Universidade e sua influência na construção desses comportamentos.

PALAVRAS-CHAVE: Estilo de vida; Universitários; Ciências da saúde.

1 INTRODUÇÃO

Estudos sobre estilo de vida (EV) de universitários dos cursos de saúde apontam que seus hábitos não diferem da população em geral (REYNAGA-ORNELAS et al., 2015; BARBOSA et al, 2015), indicando que as Universidades não vem agregando valores relativos ao autocuidado em saúde (HADDAD et al, 2010). Como futuros profissionais, os estudantes de saúde irão desempenhar papéis importantes no cenário político, social e científico da saúde e novos olhares precisam ser direcionados para suas vivências (HADDAD et al, 2010).

Embora a maioria dos estudos sobre essa temática sejam descritivos e quantitativos, é importante destacar que o EV é uma categoria imbricada de ideologias, sendo relevante considerar os efeitos que o contexto social e as condições de vida podem exercer sobre o comportamento das pessoas (PALMA; ABREU; CUNHA, 2007). Nesse sentido, criar ambientes facilitadores de escolhas saudáveis é uma prerrogativa da Promoção da Saúde (PS) e uma prioridade de Universidades Promotoras de Saúde (UPS); um movimento que defende a missão da Universidade para além da formação acadêmica e profissional, favorecendo a construção de uma cultura saudável mediante vivências de experimentação e exploração (TSOUROS,1998; MELO, MOYSÉS, MOYSÉS, 2010).

A presente revisão visa sistematizar estudos que abordam o EV de universitários dos cursos da saúde e discutir seus resultados a partir do referencial teórico das UPS.

1 EV, Estilo de Vida; AF, Atividade Física.

2 Universidade Estadual do Piauí (UESPI), Universidade de Brasília (UnB). francilenebmadeira@gmail.com

3 Universidade de Brasília (UnB). julianogueira@unb.br

2 METODOLOGIA

A revisão de literatura sobre o EV de universitários de cursos da saúde no Brasil se deu a partir de artigos científicos publicados entre 2010 a 2016. A busca dos artigos foi feita nas bases de dados PubMed, Medline, Lilacs BVS, Scielo e Google Scholar com os descritores: “estilo de vida; ciências da saúde; estudantes; e/ou universitários” em português e inglês. As referências bibliográficas dos estudos encontrados foram pesquisadas para localizar mais artigos sobre o tema.

De 98 estudos, onze foram selecionados por atender aos critérios de inclusão: ser artigo científico disponível na íntegra online; ter amostra de universitários de cursos da saúde conforme Resolução 287/1998 do Conselho Nacional de Saúde (CNS, 1998)⁴; e pesquisar o EV como uma variável de constructo, contemplando mais de um indicador. Foram excluídos estudos que abordavam apenas uma dimensão do EV (e.g.: Atividade Física associada a doenças cardiovasculares); e aqueles que incluíram amostras de outros cursos mas não apresentaram os resultados estratificados para a área da saúde.

As características amostrais e metodológicas dos estudos (Quadro 1); e seus principais objetivos e resultados (Quadro 2) foram tabulados em ordem crescente do ano de publicação e, a seguir, em ordem alfabética.

3 RESULTADOS

Os onze estudos foram descritivos, com abordagem quantitativa e delineamento transversal. A maioria (54,5%) utilizou o questionário “Estilo de vida fantástico”, um instrumento validado no Brasil (RODRIGO ANEZ; PIRES; PETROSKI, 2008). Quanto aos participantes, a maioria (81,8%) teve amostra de ambos os sexos; 36,4% foram exclusivamente com estudantes de Educação Física, 27,3% com estudantes de Medicina e Enfermagem e o restante com outros cursos da saúde. Apenas um estudo foi realizado em universidade particular; um na região centro-oeste e um na região norte.

4 Relaciona as seguintes categorias profissionais de saúde de nível superior: Assistentes Sociais; Biólogos; Biomédicos; Profissionais de Educação Física; Enfermeiros; Farmacêuticos; Fisioterapeutas; Fonoaudiólogos; Médicos; Médicos Veterinários; Nutricionistas; Odontólogos; Psicólogos; e Terapeutas Ocupacionais.

Nº	Autor, ano	Tipo de IES; Local; Região	Amostra (N) total e por sexo	Cursos	Instrumentos
01	Paixão, Dias, Prado, 2010	Pública Recife Nordeste	253 M=51 F=102	Educação Física, Ciências Biológicas, Enfermagem, Medicina, Odontologia	QSB, atividade física e hábito alimentar
02	Alves, 2011	Particular Maringá Sul	192 M=39 F=153	Enfermagem	Q autoaplicável (n.e.)
03	Almeida et al., 2011	Pública Pouso Alegre Sudeste	425 M=271 F=154	Biológicas, Humanas, Exatas	Q autoaplicável (n.e.)
04	Leite, Santos, 2011	Pública São Caetano do Sul Sudeste	244 M=66 F=178	Escola de Saúde (n.e.)	QEVF
05	Rechenchosy, et al., 2012	Pública Goiânia Centro-Oeste	81 (n.e.)	Educação Física	QSB
06	Silva et al., 2012	Pública Sergipe Nordeste	217 M=119 F= 98	-Bacharelado e Licenciatura em Educação Física	QEVF
07	Souza et al., 2012	Pública Botucatu Sudeste	F=112	Nutrição, Enfermagem, Biologia, Biomedicina	Entrevista, Inquérito nutricional, Antropometria
08	Silva, 2012	Pública Sergipe Nordeste	217 M=119 F=98	Bacharelado e Licenciatura em Educação Física	- QEVF
09	Barbosa et al., 2015	Pública Vitória Sul	482 M=208 F=274	-Medicina	- QEVF - Q estresse e risco cardiovascular
10	Vargas et al., 2015	Pública Ponta Grossa Sul	189 M=96 F=93	-Licenciatura em Educação Física (EAD)	- QEVF
11	De Sousa, Borges, 2016	Pública Amazonas Norte	51 M=7 F=34	-Enfermagem	- QEVF - IPAQ

Quadro 1 - Características amostrais e metodológicas dos artigos

M; Masculino; F, Feminino; N.E., Não Especificado; EAD, Educação à Distância; QSB, Questionário Saúde na Boa; QEVF, Questionário Estilo de Vida Fantástico; IPAQ, Questionário internacional de Atividade Física.

No geral, os estudos buscavam descrever o EV global e algumas associações com fatores específicos (hábitos alimentares, pressão arterial, atividade física, consumo de cigarro, período do curso).

Nº	Objetivos	Principais
01	Avaliar AF, hábitos alimentares e estado nutricional	Alunos de Educação Física foram mais ativos (51,6%) e de Medicina (8,8%) menos ativos; -Homens foram mais ativos que Mulheres; -71,5% apresentaram adequação no consumo de frutas e verduras, sem diferenças entre cursos; -41% relataram consumo de doces e 24% de refrigerantes, principalmente mulheres.
02	Analisar AF, hábitos alimentares, padrão de sono/repouso, e uso de tabaco e álcool	54,2% não praticava AF; 42,8% relatou padrão alimentar inadequado; 57,8% dormiam menos de sete horas/dia; 9,9% eram fumantes; 27,1% consumiam álcool.
03	Avaliar o perfil social, EV, tabagismo e álcool	Associação entre tabagismo (7,8%) e consumo de álcool (51,7%); 52,1% não praticam AF
04	Avaliar o EV e sua relação com níveis pressóricos	92% tem EV muito bom; Diferenças significativas entre sexos para AF, nutrição e introspecção; Não houve correlação entre EV e pressão arterial.
05	Descrever e comparar o EV de calouros e formandos	21% com EV positivo, 77,8% com EV regular e 1,2% com EV negativo; V regular na nutrição (58,0%), comportamento preventivo (48,1%), e controle do stress (42,0%); V positivo na AF (54,3%) e relacionamento social (66,7%).
06	Analisar o EV e fatores associados	96,7% apresentou EV adequado; 57,4% apresentou AF inadequada; 41,9% teve alimentação inadequada; 50,7% sentiam-se frequentemente com raiva e hostis; Excesso no consumo de álcool.
07	Avaliar o consumo alimentar e EV	83% eram eutróficos; 31,2% sedentários; 2,7% fumam e 1,8% consomem álcool. Mulheres que praticam AF tem menor % de gordura.
08	Determinar indicadores do EV associados à autoavaliação de saúde	20% avaliam sua saúde como negativa; saúde negativa associada à alimentação inadequada (29,7%); problemas no sono, uso de cinto de segurança, estresse e sexo inseguro (55,6%); comportamento diário inadequado (26,4%) e introspecção (37,5%).
09	Avaliar o EV, estresse e fatores de risco cardiovascular	EV bom e muito bom, sem diferença por sexo; 9,2% no meio do curso apresentam EV inadequado; AF apresentou menor pontuação dos domínios; 34,9% de estresse nos alunos de 5º ao 8º período e 30,7% nos do 9º ao 12º período.
10	Classificação do EV e a relação com os domínios	4,2% apresentou EV inadequado; 50,8% não atenderam recomendações de AF; 27,5% tem alimentação inadequada; 29,1% se sentem frequentemente com raiva e hostis ou apresentam problemas de introspecção; EV inadequado associado a aspectos afetivos (família), psicológico ou emocional (estresse/satisfação) e trabalho.
11	Verificar a associação entre EV, nível de AF e desempenho acadêmico	7,8% apresentou EV inadequado; 74,5% foram considerados ativos fisicamente; Não houve diferença entre EV e nível de AF; Não houve diferenças entre calouros e formandos.

Quadro 2. Principais objetivos e resultados dos artigos

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Nos últimos seis anos houve poucas publicações sobre o EV de universitários dos cursos de saúde, com hegemonia do olhar que associa comportamentos individuais aos riscos de adoecimento. Diversos aspectos do EV não foram promotores da saúde, com especial destaque para o domínio da atividade física, que não é incorporado pela maioria dos estudantes.

A despeito de reconhecerem o papel relevante dos futuros profissionais de saúde na disseminação de comportamentos saudáveis, nenhum estudo apresenta abordagens inovadoras que contribuam com a discussão sobre ambientes, práticas e políticas universitárias promotoras de saúde. Embora os estudos reconheçam a influência das condições de vida sobre EV e saúde, poucos abordaram os contextos sociais que podem influenciar o EV dos estudantes.

O marco teórico da UPS ajuda a refletir sobre o papel da Universidade enquanto ambiente de apoio aos universitários para que esses sejam beneficiários e promotores de EV saudáveis.

THE HEALTH PROMOTION AT UNIVERSITY: WHAT THE STUDIES REVEAL?

ABSTRACT: This literature review systematized studies about the lifestyle of university students of health courses in Brazil and discussed their results in the context of Health Promoting Universities. Few studies were found and indicated unhealthy life styles. However, don't discuss the formative role of Universities and its influence on the construction of these behaviors.

KEYWORDS: Lifestyle; Students, Health Sciences.

PROMOCIÓN DE SALUD EN LA UNIVERSIDAD: LO QUE REVELAN LOS ESTUDIOS?

RESUMEN: Esta revisión de literatura sistematizo estudios sobre el estilo de vida (EV) de universitarios de los cursos de salud en Brasil y discutió sus resultados en el contexto de Universidad Promotora de la Salud. Pocos estudios se han encontrado, indicando EV poco saludables. No discuten sin embargo, el papel formativo de la Universidad y su influencia en la construcción de estos comportamientos.

PALABRAS CLAVES: Estilo de vida; Universidad; Ciencias de la Salud.

REFERÊNCIAS

ALVES, Everton Fernando. Estilo de vida de estudantes de graduação em enfermagem de uma instituição do sul do Brasil. **CPAQV**. v. 13, n.1,p.1-14, 2011.

BARBOSA, R. R. Martins et al. Estudo sobre estilos de vida e níveis de estresse em estudantes de Medicina. **Internacional Journal of Cardiovascular Sciences**. v.28(4):313-319, 2015.

HADDAD, Ana Estela et al. Formação de profissionais de saúde no Brasil: uma análise no período de 1991 a 2008. **Revista de Saúde Pública**. v. 44, n. 3, p. 383-393, 2010.

DE SOUZA, Luciana Bronzi et al. Inadequação de consumo alimentar, antropometria e estilo de vida de universitárias da área de saúde. **Journal Health Science Institute**. 2012. v.30.n.4, p.377-81, 2012.

DE SOUSA, Keroléen Jamile Queiroz; BORGES, Grasiely Faccin. Estilo de vida, atividade física e coeficiente acadêmico de universitários do interior do amazonas-brasil. **Rev. bras. ativ. fís. Saúde**,v. 20, n. 4, p. 277-284, 2016.

LEITE, AURELIANO, Thatiane Romani; MARTINS DOS SANTOS, Brigitte Rieckmann. Pressão arterial e estilo de vida de estudantes universitários. **Revista de Atenção à Saúde**, v. 9, n. 27, 2011.

MELLO, A.L.S.F.; MOYSÉS, S.T.; MOYSÉS, S.J. A universidade promotora de saúde e as mudanças na formação profissional. **Comunicação, saúde e educação**, v.14, n.34, p.683-92, 2010.

DA PAIXÃO, Letícia Antunes; DIAS, Raphael Mendes Ritti; DO PRADO, Wagner Luiz. Estilo de vida e estado nutricional de universitários ingressantes em cursos da área de saúde do Recife/PE. **Rev. bras. ativ. fís. Saúde**, v. 15, n. 3, p. 145-150, 2012.

PALMA, Alexandre; ABREU, Raquel Azeredo; CUNHA, Cristina de Almeida. Comportamentos de risco e vulnerabilidade entre estudantes de Educação Física. **Rev. Bras. de Epidemiol.** v. 10, n. 1, p. 117-126, 2007.

REYNAGA-ORNELAS, Ma et al. Percepción de comportamientos de riesgo en estudiantes universitarios del área de la salud. **Acta Universitaria**, v. 25, 2015.

RECHENCHOSKY, Leandro et al. Estilo de vida de universitários calouros e formandos de educação física de uma universidade pública do centro-oeste brasileiro. **Coleção Pesquisa em Educação Física**, v. 11, n. 5, p. 47-54, 2012.

RODRIGUES ANEZ, Ciro, R. REIS, S. PETROSKI, E.L. Versão brasileira do questionário

“estilo de vida fantástico”: tradução e validação para adultos jovens. **Arq. Bras. Card.**, São Paulo, v.91, n.2, p.102-109, 2008.

SILVA, D. A. Santos et al. Estilo de vida de acadêmicos de educação física de uma Universidade Pública do Estado de Sergipe, Brasil. **Rev Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 34, n. 1, 2012.

SILVA, Diego Augusto Santos. Indicadores do estilo de vida e autoavaliação negativa de saúde em universitários de uma instituição pública do nordeste do Brasil. **Rev. bras. ativ. fís. Saúde**, v. 17, n. 4, p. 263-269, 2013.

TSOUROS, A et al. **Health Promoting Universities: Concept, Experience and Framework for Action**, WHO Regional Office for Europe, Copenhagen, 1998.

VARGAS, Leandro Martinez et al. Estilo de vida e fatores associados em estudantes universitários de educação física. **Revista de Atenção à Saúde**, v. 13, n. 44, p. 17-26, 2015

* Bolsa de Doutorado financiada pela Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado do Piauí /FAPEPI