



RESUMO

Estilo de Vida de universitários da área da saúde durante o primeiro ano de graduação**Lifestyle of college students on health occupations degree while the first year of graduation****Estilo de vida de estudantes universitários del área de salud em el primer año de graduación**Luciana Gonzaga dos Santos Cardoso¹Lívia Keismanas de Ávila²

Ingressar no ensino superior pode ser marcado por significativas modificações no Estilo de Vida (EV) dos estudantes, associado a comportamentos não-saudáveis como o aumento no consumo de álcool e tabaco, sedentarismo e maus hábitos alimentares^{1,2}. O objetivo deste estudo foi analisar o Estilo de Vida (EV) de estudantes universitários da área da saúde durante o primeiro ano de graduação. Trata-se de um estudo de campo, longitudinal e de análise quantitativa dos dados, realizado em uma instituição privada na cidade de São Paulo, com estudantes ingressantes dos cursos de enfermagem, fonoaudiologia, medicina e tecnologia em radiologia e sistemas biomédicos no ano de 2017. A coleta de dados ocorreu em três momentos denominados T1 (no ingresso do estudante), T2 (no final do primeiro semestre do curso) e T3 (no final do primeiro ano). Foram coletados dados sociodemográficos e o EV foi avaliado por meio do Questionário de EV Fantástico³ (QEVF). É um instrumento autoadministrado e baseia-se no comportamento dos indivíduos no último mês. Composto por nove domínios: Família e amigos, Atividade física, Nutrição, Cigarro e drogas, Álcool, Sono, cinto de segurança, estresse e sexo seguro, Padrão de comportamento, Introspecção e Trabalho. São 23 questões com pontos que variam de zero a quatro por questão, com uma escala tipo Likert e mais duas questões dicotômicas. O escore total do instrumento pode variar de zero a 100 pontos, sendo que, quanto maior a pontuação, maior é a relação com EV saudável. A pontuação total é classificada em: excelente (85 a 100 pontos), muito bom (70 a 84 pontos), bom (55 a 69 pontos), regular (35 a 54 pontos) e necessita melhorar (zero a 34 pontos). Para a gestão de dados foi utilizado o programa REDCap, e Para comparar Estilo de vida entre períodos e momentos de coleta de dados (T1, T2 e T3) foi utilizado o Generalized Estimating Equation⁴. Entre os resultados encontrados, no momento T1 participaram do estudo 214 estudantes, com idade média de 22,2 (DP6,9) anos, 53,3% eram do sexo feminino, 78,1% brancos, 35,3% declararam nenhuma prática religiosa, 76,6% residem com familiares, 23,8% trabalham, 20,2% residem fora da cidade de

¹Enfermeira. Mestre. Professora Instrutora na Faculdade de Ciências Médicas da Santa casa de São Paulo. E-mail: luciana.cardoso@fcmsantacasasp.edu.br. Celular: (11)99753-3361.

²Enfermeira. Doutora. Professora Adjunta na Faculdade de Ciências Médicas da Santa casa de São Paulo. E-mail: livia.avila@fcmsantacasasp.edu.br. Celular: (11)99450-6626

São Paulo e em 57,7% dos estudantes a maior escolaridade dos pais era o ensino superior. Na análise do EV, no momento T1 a média do QEVF foi de 72,2 (DP=8,2), no momento T2 de 70,3 (DP=9,3) e no momento T3 de 70,1 (DP=9,7), com redução significativa ao longo do ano ($p=0,02$). Houve menor percentual da categoria regular no momento T1 do que nos momentos T2 e T3, com diferença estatisticamente significativa ($p=0,006$). Na análise por domínios, houve modificações durante o ano, com aumento da pontuação para a atividade física ($p=0,03$), e diminuição da pontuação para sono, cinto de segurança, estresse e sexo seguro ($p=0,0005$), para tipo de comportamento ($p=0,0004$) e para satisfação com o trabalho ou escola ($p=0,0003$). Concluiu-se que durante o primeiro ano de graduação, entre os estudantes da área da saúde, houve diminuição na pontuação total do EVF e na pontuação dos domínios sono, cinto de segurança, estresse e sexo seguro, tipo de comportamento, trabalho ou escola, e aumento na pontuação para o domínio atividade física. Estratégias de promoção do EV saudável devem ser desenvolvidas por instituições de ensino superior, especialmente na área da saúde, estimulando reflexões nos estudantes acerca de seu próprio EV e na sua formação como profissionais da saúde.

Referências

1. Ledo-Varela MT, Román DAL, González-Sagrado M, Jauregui OI, Vicente RC, Fuente RA. Características nutricionales y estilo de vida em universitarios. *Nutr Hosp* 2011;26:814-8.
2. Souza JV, Bastos TPF, Oliveira MFA. Perfil dos alunos universitários dos cursos de educação física e fisioterapia em relação à alimentação e atividade física. *Revista Práxis*. 2014; 6(11):103-13.
3. Rodriguez-Añez CR, Reis RS, Petroski EL. Versão brasileira do questionário “estilo de vida fantástico”: tradução e validação para adultos jovens. *Arq Bras Cardiol*. 2008;91(2):102-9.
4. Guimarães LSP, Hirakata VN. Uso do modelo de equações de estimaciones generalizadas na análise de dados longitudinais. *Rev HCPA*. 2010;32(4):503-11.