

Qualidade de vida dos acadêmicos do curso de enfermagem de uma faculdade privada

Quality of life of academics of the nursing course of a private faculty

Calidad de vida de los académicos del curso de enfermería de una facultad privada

Angélica Inácio da Cruz Oliveira¹, Katiele Cristina Dos Santos Souza², Laurindo Pereira de Souza³, Rafael Tavares Novaes⁴, Rafael Ayres Romanholo⁵

RESUMO

Objetivo: O objetivo da pesquisa foi descrever e avaliar o padrão do estilo de vida, dos acadêmicos do curso de enfermagem de uma instituição privada de ensino superior. **Método:** Trata-se de um estudo quali-quantitativo descritivo transversal realizado em uma Instituição de Ensino Superior (IES), a amostra foi de 157 acadêmicos do curso de enfermagem. **Resultados:** Dos 157 pesquisados, 75,8% era do gênero feminino, 78,3% se declararam solteiros. Quanto ao exercício de atividades remuneradas 52,9% acadêmicos declararam exercer alguma atividade. Quando caracterizada a qualidade de vida dos acadêmicos, conforme o questionário Estilo de Vida Fantástico, 56,7% foi qualificado com qualidade de vida boa, seguida por qualidade de vida muito boa por 32,5% e 10,2% apresentaram uma qualidade de vida inadequada, regular ou que precisa melhorar. Relacionado ao sono 62,4% afirmam ter insônia, 54,8% quase sempre se sentem com raiva e hostis, 42,7% frequentemente sentem-se tristes e deprimidos. **Conclusão:** Os acadêmicos de enfermagem apresentam níveis de qualidade de vida satisfatória, todavia alguns entrevistados apresentaram níveis preocupantes, o que reflete a necessidade de outros estudos nesta área concomitantemente a criação de estratégias que melhore a qualidade de vida dos acadêmicos.

Palavra-Chave: Qualidade de vida. Acadêmicos de Enfermagem. Enfermagem.

ABSTRACT

Objective: the objective of the research was to describe and evaluate the lifestyle pattern of the nursing course academics of a private higher education institution. **Method:** this is a descriptive cross-sectional qualitative study carried out at a Higher Education Institution (HEI), the sample was 157 nursing students. **Results:** of the 157 surveyed, 75.8% were female, 78.3% declared themselves single. Regarding the exercise of remunerated activities, 52.9% declared that they were engaged in some activity. When the quality of life of the students was characterized, according to the questionnaire Fantastic Lifestyle, 56.7% qualified with good quality of life, followed by a very good quality of life for 32.5% and 10.2% presented a quality of life. improper, regular or need to improve. Related to sleep 62.4% report having insomnia, 54.8% almost always feel angry and hostile, 42.7% often feel sad and depressed. **Conclusion:** nursing academics have satisfactory levels of quality of life, however, some interviewees presented worrying levels, which reflects the need for other studies in this area, concomitantly creating strategies that improve the quality of life of academics.

Key words: Quality of life. Nursing Academics. Nursing.

¹ Enfermeira, Faculdade de Ciências Biomédicas de Cacoal (FACIMED), Rondônia.

² Enfermeira Esp. em terapia intensiva adulto e pediátrico FACIMED.

³ Mestre em Ciências da Saúde pela IAMSPE/SP; Docente do Departamento de Enfermagem FACIMED.

* E-mail: laurindosorrisox@hotmail.com.

⁴ Enfermeiro Esp. em terapia intensiva adulto e pediátrico pela FACIMED.

⁵ Mestre em Ciências da Saúde/UNB; Docente do Instituto Federal de Rondônia (IFRO).

DOI: 10.25248/REAS131_2018

Recebido em: 10/2017

Aceito em: 12/2017

Publicado em: 1/2018

RESUMEN

Objetivo: el objetivo de la investigación fue describir y evaluar el patrón del estilo de vida, de los académicos del curso de enfermería de una institución privada de enseñanza superior. **Métodos:** se trata de un estudio cuali-cuantitativo descriptivo transversal realizado en una Institución de Enseñanza Superior (IES), la muestra fue de 157 académicos del curso de enfermería. **Resultados:** de los 157 encuestados, el 75,8% era del género femenino, el 78,3% se declararon solteros. En cuanto al ejercicio de actividades remuneradas 52,9% académicos declararon ejercer alguna actividad. Cuando se caracterizó la calidad de vida de los académicos, según el cuestionario Estilo de Vida Fantástico, el 56,7% fue calificado con calidad de vida buena, seguida por calidad de vida muy buena por el 32,5% y el 10,2% presentaron una calidad de vida la vida inadecuada, regular o que necesita mejorar. En cuanto al sueño, el 62,4% afirma tener insomnio, el 54,8% casi siempre se siente con rabia y hostil, el 42,7% a menudo se siente tristes y deprimidos. **Conclusión:** los académicos de enfermería presentan niveles de calidad de vida satisfactoria, sin embargo algunos entrevistados presentaron niveles preocupantes, lo que refleja la necesidad de otros estudios en esta área concomitantemente la creación de estrategias que mejore la calidad de vida de los académicos.

Palabra clave: Calidad de vida. Académicos de Enfermería. Enfermería.

INTRODUÇÃO

O conceito de qualidade de vida (QV) é algo que possui característica abstrata, com difícil consenso entre os pesquisadores, no entanto a Organização Mundial de Saúde (OMS) a definiu como “a percepção do indivíduo sobre a sua posição na vida, no contexto da cultura e dos sistemas de valores nos quais ele vive, e em relação a seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações”¹(THE WOQOL 1995 *apud* LEITE *et al.* 2011).

Segundo Scliar, (2007) o termo QV ganhou relevância após a definição de saúde em 1948 pela OMS, que refere o termo saúde como “o estado do mais completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de enfermidade”.

Para que ocorra um completo bem-estar físico, mental e social, uma boa qualidade de vida se torna indispensável ao ser humano, pois a pressão psicológica causada pelas exigências impostas pelos docentes, e a ansiedade de ter um bom rendimento semestral torna-se marcante na vida de um universitário (PEREIRA *et al.* 2010). Corroborando Silva, (2012), diz que para uma qualidade de vida adequada é necessária satisfação com si próprio, equilíbrio físico e psíquico.

Com relação à QV da população acadêmica, nota-se que desde a década de 80 vem surgindo várias pesquisas com este enfoque (BENJAMIN; 1994 *apud* SILVA, 2012). O interesse por pesquisas com estudantes universitários tem crescido e isso justifica-se, pelo crescente aumento do número de pessoas que ingressam no ensino superior (TEIXEIRA, CASTRO & PICCOLO, 2007 *apud* SILVA, 2012). De acordo com os dados do Instituto Nacional de Estudo e de Pesquisa (INEP) em 2012 a população acadêmica era representada por 7.058.084 pessoas matriculadas em Instituições de Ensino Superior (IES) (BRASIL, 2013).

O ingresso no ensino superior é um período passível de mudanças, na vida do graduando, as experiências vividas no decorrer do curso são importantes, principalmente no primeiro ano, pois elas contribuem para sua adaptação, seu sucesso acadêmico e para seu desenvolvimento como indivíduo. A maneira com que os acadêmicos interagem com essas experiências durante a graduação possivelmente pode dificultar ou facilitar o seu desenvolvimento, tanto pessoal, quanto cognitivo e psicossocial, podendo influenciar assim o relacionamento interpessoal (CAVALLINI, 2012).

O graduando em enfermagem no decorrer do curso passa por diversos sentimentos e crises, como a formação de novas amizades, adaptação aos horários, problemas financeiros, preocupações com o futuro, mercado de trabalho, a distância da família o encontro com doenças, sofrimentos e morte de pessoas próximas, sendo estes os fatores estressantes (BENAVANTE & COSTA, 2011).

Partindo desse pressuposto, pode-se observar a importância desses fatores na formação dos futuros profissionais da saúde, e para que o profissional de enfermagem atenda às necessidades do ser humano no

contexto do cuidado, é de extrema relevância que os acadêmicos tenham consciência sobre a importância da qualidade de vida no seu cotidiano, pois antes de cuidar dos outros, é imprescindível cuidar de si (OLIVEIRA & CIAMPONE, 2008). Perante todos esses fatores estressantes que o acadêmico de enfermagem sofre, se torna importante o seguinte questionamento, o estilo de vida dos acadêmicos de enfermagem sofre mudanças no decorrer da graduação?

Destarte, o presente estudo teve por objetivo geral verificar o estilo de vida dos acadêmicos do curso de enfermagem, avaliando suas condições de saúde.

MATERIAL E MÉTODO

Trata-se de um estudo descritivo de características quanti-qualitativo, realizado em uma instituição de ensino superior do município de Cacoal/Rondônia,. A pesquisa foi realizada com 157 acadêmicos de enfermagem matriculados, do primeiro ao oitavo período, em turnos integral e noturno no ano de 2015, dentre os pesquisados, a idade oscilou de 18 a 45anos, com a idade média foi de 23 anos, sendo 119 do sexo feminino e 38 do sexo masculino. O instrumento utilizado para coleta dos dados foi o questionário desenvolvido pelo Departamento de Medicina Familiar da Universidade McMaster, no Canadá, por Wilson em 1984, composto por vinte e cinco questões fechadas que exploram nove domínios, sendo eles família e amigos, atividade física, nutrição, cigarro e drogas, álcool, sono, cinto de segurança, estresse e sexo seguro, tipo de comportamento, introspecção e trabalho (AÑEZ *et al.* 2008).

Para cada domínio, os itens/questões são codificados e transformados em escala de zero a 100 pontos, ficando, zero para a primeira coluna, um para a segunda coluna, dois para a terceira coluna, três para a quarta coluna e quatro para a quinta coluna. A soma de todos os pontos permite chegar a um escore total que classifica os participantes da pesquisa em cinco categorias que são: “Excelente” (85 a 100 pontos), indica que o estilo de vida proporciona ótima influência para a saúde; “Muito bom” (70 a 84 pontos), indica que o estilo de vida proporciona adequada influência para a saúde; “Bom” (55 a 69 pontos), aponta que o estilo de vida proporciona muitos benefícios para a saúde; “Regular” (35 a 54 pontos), significa que o estilo de vida proporciona algum benefício para a saúde, porém apresenta também riscos e necessita melhorar; (0 a 34 pontos), indica que estilo de vida apresenta muitos fatores de risco. Entre as 25 questões existem 02 alternativas que pontuam: zero para a primeira coluna e 4 pontos para a última coluna (AÑEZ *et al.* 2008).

Espera-se que os indivíduos atinjam a classificação de “Excelente” a “Bom”. Quanto menor for à nota, mais implicações terão acerca da necessidade de mudança.

Primordialmente, no segundo semestre de 2015, foi realizado um levantamento junto à coordenação do curso de bacharelado em enfermagem da Faculdade de Ciências Biomédicas de Cacoal (FACIMED), da quantidade de alunos matriculados entre o primeiro e oitavo período. Após este procedimento foi encontrado um total de 265 acadêmicos matriculados.

A segunda etapa foi à realização da coleta de dados pelas pesquisadoras, na primeira semana de setembro do ano de 2015, foram abordadas todas as salas de aula do primeiro ao oitavo período, iniciando pelos períodos iniciais. Foi realizada uma apresentação oral do que se tratava, concernentes ao questionário, Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e a pesquisa. Aqueles que concordaram com a pesquisa assinaram o TCLE.

Posteriormente a assinatura do TCLE, foi entregue o questionário Fantástico para os acadêmicos e solicitado que respondessem, em silêncio e sentados em suas respectivos lugares, e ao concluir o questionário levantassem a mão, e então era recolhido pelas pesquisadoras.

Os sujeitos participantes foram incluídos todos os acadêmicos presentes na sala de aula no momento da aplicação do instrumento fantástico, foram excluídos da pesquisa os alunos que estavam afastados por qualquer motivo, os que não responderam ou responderam de forma inadequada ao questionário, os menores de 18 anos de idade e os que não assinaram o TCLE. Portanto a amostra foi de 157 acadêmicos.

Para análise dos dados foi utilizado os programas Epi Info versão 3.5.4 e *Microsoft Office Excel®* versão 2010. Esta pesquisa aconteceu posteriormente à aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa da (CEP) da Faculdade de Ciências Biomédicas de Cacoal (FACIMED), sob o parecer nº 1.125.256. CAAE: 45331815.9.0000.5289. Respeitaram-se todas as condições impostas pela resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde (CNS) (BRASIL, 2012).

RESULTADOS

De um total de 157 acadêmicos entrevistados, 75,8% eram representados pelo gênero feminino. Em relação ao estado civil, prevaleceu o status de solteiros com aproximadamente 80% do total. Quando indagados a respeito de exercer alguma atividade remunerada, 52,9% declararam que realizam algum tipo de atividade, para complementar e manter suas despesas (**Tabela 1**).

Tabela 1 – Distribuição sociodemográfica dos acadêmicos de enfermagem, 2017 (n=159).

Variável	N	%
Sexo		
Feminino	119	75,8
Masculino	38	24,2
Estado Civil		
Casado	27	17,2
Solteiro	123	78,3
União Estável	6	3,8
Viúvo	1	0,6
Atividade Remunerada		
Não	74	47,1
Sim	83	52,9

Fonte: Dados da pesquisa, 2017.

A pesquisa revelou que 70,7% dos entrevistados, residem com suas famílias, 19,1% sozinhos e apenas 10,2% com amigos em repúblicas ou apartamentos. Quando indagados acerca do local de sua residência 71,3%, moram na cidade aonde estudam e 28,7% em municípios da circunvizinhança e preferem viajar para estudarem. Os estudantes iniciam seus cursos residindo em outras cidades, porém, com o passar dos semestres, as dificuldades aparecem o que culmina com a mudança para a cidade aonde estudam, para que assim possam se dedicar mais as pesquisas e obter bons resultados, foi o que revelou a pesquisa com, 68,8% que disseram não ter mudado de cidade depois que começou o curso de enfermagem e 31,2% responderam que foi necessário a mudança, o que atribuem a melhores resultados nos estudos e economia com transporte (**Tabela 2**).

Tabela 2 – Condições de moradia dos acadêmicos de enfermagem, 2017 (n=157).

Variável	N	%
Atualmente você mora		
Com amigos em republica ou apartamento	16	10,2
amília	111	70,7
Sozinho	30	19,1
Você reside no município em que estuda		
Não	45	28,7
Sim	112	71,3
Você mudou de município depois que inicio o curso		
Não	108	68,8
Sim	49	31,2

Fonte: Dados da pesquisa, 2017.

A **tabela 3** caracteriza a qualidade de vida dos acadêmicos de enfermagem de acordo com o questionário Estilo de Vida Fantástico. A análise das 25 questões aplicadas aos 157 acadêmicos participantes da pesquisa classificou que 56,7% tem uma QV “Boa”, 32,5% recebeu a classificação de “Muito bom”, assim fica evidente que quanto menor for a nota, maior será a necessidade de mudança.

Tabela 3 – A qualidade de vida de acadêmicos do curso de enfermagem, 2017 (n=157).

Qualidade de vida	N	%
Excelente	01	0,6
Muito Bom	51	32,5
Bom	89	56,7
Regular	15	9,6
Necessita melhorar	1	0,6

Fonte: Dados da pesquisa, 2017.

DISCUSSÃO

Segundo Martins *et al* (2006) o gênero predominante em sua pesquisa foi o feminino com 92%, resultado parecido a esse foi revelado por Almeida *et al*(2004). Os resultados encontrados nesta e em outras pesquisas reforçam a predominância do sexo feminino no curso de enfermagem, o último censo recomendado pelo Conselho Federal de Enfermagem em 2015 mostrou que o sexo feminino ainda é o que premina na enfermagem. Quanto ao estado civil houve predomínio de solteiros, resultado já esperado, considerando que a população pesquisada possui uma idade média baixa. No estudo de Brito *et al.* (2009) no qual avaliaram o perfil dos acadêmicos de enfermagem do estado de Minas Gerais o resultado foi semelhante, pois também houve predomínio de solteiros com significância de 77,7% dos entrevistados.

Em relação à idade, mais de 86% dos acadêmicos possuíam menos de 30 anos de idade, com uma média de 23 anos e desvio padrão de ± 6 anos. Resultado similar foi encontrado por Colares *et al.* (2009), na qual revelaram que a média de idade dos universitários entrevistados eram de 23 anos com desvio padrão de ± 6 anos. Martins *et al.* (2009), evidenciaram em sua pesquisa que a média de idade dos acadêmicos entrevistados era de 21 anos com desvio padrão de ± 4 anos. Quanto aos dados referentes à atividade remunerada mais da metade dos acadêmicos afirmaram realizar algum tipo de atividade remunerada. Saube (2002), revelou em sua pesquisa que 74% dos acadêmicos entrevistados exercem algum tipo de atividade remunerada, dados superiores aos encontrados na atual pesquisa.

Pesquisa realizada por Eurich, *et al.* (2008), mostrou que 86,6% dos acadêmicos entrevistados residem com familiares, e 13,4% moram sozinhos. Kawakame *et al.* (2005) reforçam que 75,7% dos estudantes residem com a família, 22% em repúblicas ou em pensões e apenas 2,3% moram sozinhos. Já a presente pesquisa revelou dados similares ao encontrados na literatura, pois a maioria dos acadêmicos ainda permanecem residindo junto aos familiares, quando se perguntou com quem eles residiam 71,7% responderam que moram com seus familiares e 19,1% apenas moram sozinhos.

Resultados obtidos na pesquisa realizada por Eurich, *et al.* (2008) mostra que 38,8% dos acadêmicos entrevistados moram na cidade em que estudam, e 61,2% moram em outra cidade. Kawakame *et al.* (2005) revelaram em seu estudo que 39,4% dos estudantes residem no município onde estudam e 35,6% mantêm residência em suas cidades de origem e viajam para poder frequentar as aulas. Estas informações evidenciam situações desgastantes que a maioria dos estudantes enfrenta para se locomoverem até o local onde estudam fato que impacta diretamente na qualidade de vida desses acadêmicos.

Segundo Saube, (2002), revelou em sua pesquisa que 41,3% dos entrevistados possuem uma qualidade de vida insatisfatória. Já a presente pesquisa revelou que a QV geral dos acadêmicos de enfermagem é satisfatória, porém, 10,2% apresentaram um escore de QV insatisfatória. Santos, *et al.*(2008), afirmam que aproximadamente 12,7% da população pesquisada apresentou uma qualidade de vida regular, 44,6% classificado como bom e 42,5% como muito bom.

Estilo de vida dos acadêmicos de enfermagem e o impacto na qualidade de vida: análise através do questionário “Fantástico”.

Em relação à família e amigos, os resultados encontrados na atual pesquisa mostraram que 42,13% dos entrevistados possuem uma relação inadequada com a família e amigos, resultados superiores aos encontrados por Silva, *et al.* (2012) onde 15,2% dos acadêmicos não tem uma boa relação com familiares e amigos. Para Saupe, (2002) os fatores que contribuem para a alteração na qualidade de vida dos estudantes são: medo, familiares, dificuldades financeiras e a perda do convívio com os entes queridos.

Quando analisado o domínio atividade física, 67,5% dos acadêmicos afirmam praticarem corrida e ciclismo duas ou menos vezes por semana, 57% praticam outras atividades moderadas como jardinagem e caminhada três ou mais vezes semanais. Comparando esses dados com os encontrados na literatura concluímos que alguns resultados são similares e outros divergente conforme mostra, Añez (2003), em sua tese de doutorado que, 72,9% dos entrevistados não praticam atividade física intensa. Reforça ainda que 56,1% não praticam atividade física moderada. Esta realidade também é discutida por Silva *et al.* (2012), que revelaram em sua pesquisa que 57,4% dos graduandos mantêm uma prática de atividade física inadequada, o que pode leva-los ao sedentarismo. Complementa o autor Brito *et al.* (2014) que 77,0% dos acadêmicos não realizam nenhum tipo de exercício físico. Alguns pesquisadores relataram que a falta de tempo e de espaços para a prática de atividades físicas, são barreiras prevalentes em adultos e jovens (PINHEIRO; SILVA; PETROSKI, 2010; SILVA; PETROSKI; REIS, 2009).

Segundo Silva *et al.* (2009) caracterizam que 18,6% dos acadêmicos não tem uma dieta balanceada. Do ponto de vista de Añez, (2003) 33,9% dos entrevistados não seguem uma dieta balanceada. Todavia a presente pesquisa revelou resultados superiores (71,3%), quando comparados com a literatura acerca da dieta ser balanceada. Silva *et al.* (2012) afirmam que 41,9% fazem uma alimentação inadequada.

Ainda sobre o domínio nutrição, 71,4% dos graduandos em enfermagem dizem comer em excesso dois a quatro dos seguintes itens: açúcar, sal, gordura animal e salgadinhos, resultados inferiores foram encontrados por Silva *et al.* (2009) que, 10,4% dos acadêmicos entrevistados ingerem em excesso um ou mais itens dos citados acima. A presente pesquisa revelou ainda que 19,1% dos acadêmicos disseram estar com 6 kg ou mais acima do peso considerado saudável para ele, consequência da má alimentação dos mesmos.

Em relação ao cigarro e drogas, a atual pesquisa mostrou que 1,3% dos acadêmicos fumam de 1 a 10 cigarros por dia, 3,2% fazem uso algumas vezes de drogas ilícitas como maconha e cocaína, 3,2% responderam que diariamente ou com relativa frequência, fazem automedicação. Chiapetti *et al.* (2007), revela em seu estudo que é rotina na maioria dos graduandos de diversos cursos fazerem consumo elevado de tabaco, com prevalência de 8,9% e 45,5% respectivamente, tendo ainda um consumo mais elevado(25,2%) de maconha. Reforça Silva *et al.* (2012), que o uso do tabaco e outros tóxicos, foi de 1,8% dos estudantes, resultados inferiores quando comparados com os encontrados na presente pesquisa.

Ainda sobre o domínio cigarro e drogas, acerca da categoria que aborda sobre o consumo de bebidas que contêm cafeína, 23,0% disseram que ingerem de 3 a 10 ou mais doses diariamente. Conforme descrito por Uribe, (2009), os acadêmicos aumentam em 2% a ingestão de bebidas com cafeína, e em 20% o consumo específico de café nos períodos das avaliações. Já o estudo de Silva *et al.* (2009) mostrou que cerca de 21,3% dos entrevistados ingerem mais de duas vezes por dia bebidas com cafeína.

No domínio sobre o álcool, 96,2% disseram ingerir de 7 ou menos doses em média por semana, dados muito superior aos que foram encontrados por Silva *et al.* (2009) onde constataram que 14,3% dos acadêmicos entrevistados ingerem álcool, sendo sua ingestão média por semana de ≤ 7 doses. Ao indagar se ingerem mais de quatro doses em uma única ocasião, 5,7% responderam que diariamente ou com relativa frequência, estes dados mostram que existe um consumo em excesso de álcool pelos acadêmicos.

Quando perguntado se dirigem após fazer a ingestão de álcool, 10,2% dos acadêmicos entrevistados disseram que sim. De acordo com Silva *et al.* (2012), 10% dos alunos bebem ao dirigir, resultados similares foram encontrados na presente pesquisa. Acrescenta ainda o mesmo autor que 8,8% dos entrevistados

ingeriam bebidas alcoólicas em excesso, Reforça Brito *et al.* (2014) que esses mesmos achados foram idênticos aos da sua pesquisa e acrescenta que 10,0% dos universitários tinham mau comportamento ao dirigir. Para Silva (2012) os acadêmicos apresentam hábitos de vida pouco saudáveis em relação à ingestão de álcool e a prática de exercícios.

No domínio sono, cinto de segurança, estresse e sexo seguro, 62,4% dos entrevistados disseram que raramente dormem bem. Resultados superiores foram encontrados por Carvalho *et al.* (2013) que apontam que 81,48% dos estudantes da área da saúde, foram classificados com qualidade de sono ruim, e que 50,61% dos estudantes apresentaram sonolência diurna excessiva. No que concerne aos problemas relacionado ao sono e estresse em universitários Brito *et al.* (2014), mostraram que 12,5% enfrentam essa realidade. Todavia Silva, (2012) evidenciou em sua pesquisa que os acadêmicos estão insatisfeitos com a qualidade do sono.

Ao perguntar se faziam uso do cinto de segurança 15,3% responderam nunca ou algumas vezes utilizam o cinto de segurança, resultado significativo, pois o cinto de segurança é de extrema importância para a segurança dos mesmos, pelo fato de evitar mortes em caso de acidentes, resultados igualmente evidenciados por outros autores como Silva *et al.* (2012), onde aproximadamente 10% dos alunos não usam cinto de segurança ao dirigir e Colares *et al.* (2009), no qual evidenciaram que 12,9% dos homens e 9% das mulheres totalizando 21,9% dos universitários não utilizam cinto de segurança ao dirigir.

Na categoria relacionado ao estresse enfrentado diariamente a presente pesquisa evidenciou que 44,5% dos acadêmicos dificilmente são capazes de lidar com esse distúrbio, afetando sua qualidade de vida, o relacionamento com os familiares e o processo de aprendizagem, Calais *et al.* (2007) também evidenciou que 54% dos estudantes apresentaram estresse, ressaltando ainda que estes resultados são suficientes para estabelecer uma relação significativa entre o ano escolar e a presença de estresse, e que as pesquisas demonstram que os universitários estão apresentando níveis de stress no decorrer de sua vida acadêmica, principalmente por se depararem com mudanças que podem ser consideradas fontes estressoras, como o aparecimento de novas responsabilidades.

Ao analisar as respostas dos acadêmicos percebeu-se que 26,8% quase nunca ou raramente relaxam e desfrutam do seu tempo de lazer, aumentando assim o nível de estresse, que reflete de forma negativa na QV, e nas relações pessoais, resultados menores foram encontrados por Lipp & Tanganelli, (2002) no qual um número significativo de estudantes não relaxam ou desfrutam do seu tempo de lazer devido à carga de atividades impostas pela universidade.

Em relação ao sexo seguro (com uso de preservativo), 15,9% dos entrevistados neste estudo responderam que quase nunca ou raramente praticam sexo seguro (com o uso de preservativos) o que torna preocupante, pois estes acadêmicos estão suscetíveis a muitas infecções sexualmente transmissíveis (IST) que podem ser evitadas com o uso de preservativos, resultado superiores foram encontrados por Silva *et al.* (2012) onde 50,7% dos acadêmicos não fazem uso de camisinha na relação sexual, Añez, (2003) afirmam que 14,4% dos entrevistados não fazem sexo com preservativo, Opperman *et al.* (2002) dizem que 55,7% dos universitários investigados em sua pesquisa, não usavam camisinha nas relações sexuais.

No domínio sobre o tipo de comportamento, 79,6% dos acadêmicos responderam que quase sempre, com relativa frequência ou algumas vezes aparentam estar com pressa, 54,8% disseram que quase sempre, com relativa frequência ou algumas vezes sentem-se com raiva e hostis, estes resultados mostram que este tipo de comportamento pode contribuir de forma negativa na qualidade de vida e de saúde dos acadêmicos, de acordo com Benavante & Costa (2011) os estudantes de enfermagem apresentam em maior proporção manifestações psicológicas e fisiológicas de estresse, e outro fator que contribui para isso é a diferença socioeconômica. Añez, (2003) também constatou que 19% aparentam estar sempre com pressa, e 17,7% sentiam-se com raiva e hostis. Silva *et al.* (2012) evidenciaram que 50,7% dos entrevistados sentiam-se frequentemente com raiva e hostis.

O domínio de introspecção merece uma atenção maior, pois através dos dados obtidos na atual pesquisa podemos observar que a maioria dos acadêmicos apresentam fatores que contribuem para o desenvolvimento de um quadro de depressão, onde 40,8% dos acadêmicos disseram que quase nunca

pensam de forma positiva e otimista, 17,8% disseram que quase sempre ou com relativa frequência sentem-se tensos e desapontados, e 42,7% sentem-se tristes e deprimidos, resultados menores foram encontrados por outros autores como Añez, (2003) que em seu estudo revelou que 11,1% dos entrevistados não têm uma visão otimista e 23% quase sempre sentem tristes e deprimidos e Brito *et al.* (2014) onde 22,1% dos acadêmicos entrevistados tinham problemas de introspecção. Resultado similar percebido por Silva, *et al.* (2012) onde 19,2% dos pesquisados disseram que se sentiam tensos e desapontados e 52,90% quase sempre ou com relativa frequência sentiam-se tristes e deprimidos. Todavia pode-se dizer que a maioria dos entrevistados apresentam problemas com este domínio.

Em relação ao domínio trabalho 12,1% dos acadêmicos responderam que quase nunca ou raramente estão satisfeitos com o trabalho ou função, o que interfere no rendimento, no âmbito profissional, no relacionamento com os colegas de trabalho, na diminuição de uma visão otimista e no aumento da tensão, resultados próximos foram descritos por Silva *et al.* (2012) em seu estudo, no qual 54,8% dos acadêmicos estavam insatisfeitos com o trabalho e/ou função exercida, Brito *et al.* (2014) verificaram que 14,3% dos entrevistados de sua pesquisa declararam, insatisfação com o trabalho e/ou função exercida.

CONCLUSÃO

No que tange a qualidade de vida, os acadêmicos de enfermagem apresentaram resultados em um nível satisfatório, em contrapartida obtivemos resultados preocupantes como o alto consumo de álcool, a falta de pensamentos positivos e otimistas, estar sempre com pressa e quase sempre se sentirem tristes e deprimidos, o que pode ser um fator de risco para depressão.

Os dados da presente pesquisa mostraram que 10,2% dos acadêmicos necessitam de mudanças em seu estilo de vida, pois apresentaram um escore de QV baixa em relação à maioria, porém, muitos acadêmicos apresentaram problemas nos diversos domínios mesmo tendo um escore de QV considerado satisfatório.

Assim através dos resultados obtidos podemos concluir que há grande divergência entre a realidade da QV destes acadêmicos, necessitando assim de criação de programas e atividades voltadas para a melhora do estilo de vida destes. Com isto a realização de novas pesquisas nesta área se torna de extrema relevância, pois as diferentes culturas das regiões do Brasil, as diferenças entre os cursos de graduação e as áreas de formação com exatas, humanas e biológicas provavelmente renderiam resultados com certas características de cada região, curso ou área de formação.

REFERENCIAS

1. ALMEIDA MCP, ROBAZZI MLCC, SCOCHI CGS, et al. Perfil da demanda dos alunos da pós-graduação stricto sensu da Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, da Universidade de São Paulo. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*, Ribeirão Preto, 2004. v. 12, n. 2, p. 153-161.
2. AÑEZ CRR. Evaluation system for the management and promotion of the healthy lifestyle and the health related physical fitness of military policemen. 2003. Thesis. (Doctoral in Engineering Production) – Pós-Graduation Program in Engineering Production, UFSC, Florianópolis. 2003.
3. AÑEZ CRR, REIS SR, PETROSKI EL. Versão brasileira do questionário "Estilo de Vida Fantástico": tradução e validação para adultos jovens. *Arq. Bras. Cardiol.* [online]. 2008, vol.91, n.2, pp. 102-109.
4. BENAVENTE SBT, COSTA ALS. Respostas fisiológicas e emocionais ao estresse em estudantes de enfermagem: revisão integrativa da literatura científica. *Acta paul. enferm.*, São Paulo. 2011, v. 24, n. 4.
5. BRASIL. Ministério da Educação. Censo da educação superior. 17 de setembro de 2013. Brasil teve mais de 7 milhões de matrículas no ano passado. 2013.
6. BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. Resolução n o 466, de 12 de dezembro de 2012. Brasília, 2012.
7. BRITO AMR, BRITO MJM, SILVA PAB. Perfil sócio demográfico de discentes de enfermagem de instituições de ensino superior de Belo Horizonte. *Esc. Anna Nery*, Rio de Janeiro, 2009. v. 13, n. 2, p. 328-333.
8. BRITO BJQ, GORDIA AMT, QUADROS BP. Revisão da literatura sobre o estilo de vida de estudantes universitários. *R. bras. Qual. Vida*, Ponta Grossa, 2014. v. 6, n. 2, p. 66-76.
9. CALAIS SL, CARRARA K, BRUM MM, et al. Stress entre calouros e veteranos de jornalismo. *Estudos de Psicologia*, Campinas, 2007. v. 24, n. 1, p. 69-77.
10. CARVALHO MCS, JUNIOR IS, SIQUEIRA PPS, et al. Qualidade do Sono e Sonolência Diurna Entre Estudantes Universitários de Diferentes Áreas. *Rev Neurocienc* 2013;21(3):383-387.

11. CAVALLINI AC. adaptação à universidade de homens e mulheres ingressantes: bem-estar e relações interpessoais. Dissertação (Mestrado)—Universidade Estadual Paulista. Faculdade de Psicologia, Bauru, 2012. 176 f.
12. CHIAPETTI N, SERBENA CA. Uso de álcool, tabaco e drogas por estudantes da área de saúde de uma Universidade de Curitiba. *Psicol. Reflex. Crit.*, Porto Alegre, 2007. v. 20, n. 2, p. 303-313.
13. COLARES V, FRANCA C, GONZALEZ E. Condutas de saúde entre universitários: diferenças entre gêneros. *Cad. Saúde Pública*, Rio de Janeiro, 2009. v. 25, n. 3, p. 521-528.
14. EURICH RB, KLUTHCOVSKY ACGC. Avaliação da qualidade de vida de acadêmicos de graduação em Enfermagem do primeiro e quarto anos: influência das variáveis sócio demográficas. *Rev. psiquiatr. Rio Gd. Sul*, Porto Alegre, 2008. v. 30, n. 3, p. 211-220.
15. KAWAKAME PMG, MIYADAHIRA AMK. Qualidade de vida de estudantes de graduação em enfermagem. *Rev Esc Enferm USP* 2005; 39(2):164-72.
16. LEITE ACB, GRILLO LP, CALEFFI F, et al. qualidade de vida e condições de saúde de acadêmicos de nutrição. 2011. *Revista Espaço para a Saúde*, Londrina, 2011, v. 13, n. 1, p. 82-90.
17. LIPP MEN, TANGANELLI MS. Stress e qualidade de vida em Magistrados da Justiça do Trabalho: diferenças entre homens e mulheres. *Psicol. Reflex. Crit.*, Porto Alegre, 2002, v. 15, n. 3, p. 537-548.
18. MARTINS C, KOBAYASHI RM, AYOUB AC, et al. Perfil do enfermeiro e necessidades de desenvolvimento de competência profissional. *Texto contexto - enferm.*, Florianópolis, 2006, v. 15, n. 3, p. 472-478.
19. MARTINS MCC, RICARTE IF, ROCHA CHL, et al. Pressão Arterial, Excesso de Peso e Nível de Atividade Física em Estudantes de Universidade Pública. *Arq Bras Cardiol* 2009.
20. OLIVEIRA RA, CIAMPONE MHT. Qualidade de vida de estudantes de enfermagem: a construção de um processo e intervenções. *Ver. Esc. Enferm USP*, São Paulo, 2008, v. 42, n. 1, p. 57- 65.
21. OPPERMANN K, GASSEN DT, FRACASSO JI. Postura dos universitários de Passo Fundo em relação à contracepção e prevenção de DSTs. *Revista AMRIGS*, Porto Alegre, 2002. v. 46, n. 3,4, p.146-150.
22. PEREIRA CA, MIRANDA LCS, PASSOS JP. O estresse e seus fatores determinantes na concepção dos graduandos de enfermagem. *Rev Min Enferm*, Belo Horizonte, 2010, v. 14, n. 2, p. 204-209.
23. PINHEIRO KC, SILVA DAS, PETROSKI EL. Barreiras percebidas para prática de musculação em adultos desistentes da modalidade. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, Pelotas, 2010, v.15, n. 3, p. 157-162.
24. SANTOS JS, CARDOSO FB, LANDEIRO RBR. Relação entre qualidade de vida e nível atencional de discentes de um curso noturno de fisioterapia. IBES - Instituto Baiano de Ensino Superior. Salvador-BA. 2008.
25. SAUPE, R. Qualidade de vida de estudantes de enfermagem conforme escala de flanagan. *Ciência, Cuidado e Saúde*. Maringá, 2002, v. 1, n. 2, p. 287-291.
26. SILVA AS, PEREIRA IMM, ALMEIDA MB, et al. Estilo de vida de acadêmicos de educação física de uma universidade pública do estado de Sergipe, Brasil. *Rev. Bras. Ciênc. Esporte*, Porto Alegre, 2012, v. 34, n. 1, p. 53-67.
27. SILVA, DAS, PETROSKI EL, REIS RS. Barreiras e facilitadores de atividades físicas em frequentadores de parques públicos. *Motriz*, Rio Claro, 2009, v. 15, p. 219-227.
28. SILVA EC. Qualidade de vida e bem-estar subjetivo de estudantes universitários. Dissertação (Mestrado em Psicologia da Saúde), Faculdade de Saúde da universidade Metodista de São Paulo, São Bernardo do Campo-São Paulo. 2012. 79 f. 1069/Publico/Erika%20Correia%20Silva.pdf. Acessado em 20 de fevereiro de 2015.
29. URIBE MU. Caracterización del consumo de alimentos de alta densidad calórica y bebidas cafeinadas encontrados en estudiantes de nutrición y dietética de la PUJ que presentan estrés académico, 2009.
30. Machado MH Wermelinger M, Vieira M, Oliveira E, Lemos W, Aguiar Filho W, Lacerda WF, Santos MR, Souza Junior PB, Justino E, Barbosa C. Aspectos gerais da formação da enfermagem: o perfil da formação dos enfermeiros, técnicos e auxiliares. *Enferm. Foco*. 2016, (2/4): 15-34.