

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E QUALIDADE DE VIDA ENTRE UNIVERSITÁRIOS: COMPARAÇÃO ENTRE ÁREAS DE CONHECIMENTO

Karina de Almeida Brunheroti¹, Mateus Júnior Rosa², Jean José Silva³, Camila Bosquiero Papini⁴
Luis Fabiano Barbosa²

RESUMO

A atividade física e a qualidade de vida representam dois importantes pilares para a saúde da população. Assim, o objetivo do presente estudo é avaliar o nível de atividade física e a qualidade de vida de indivíduos universitários. O estudo foi realizado com 238 estudantes subdivididos em dois grupos, sendo: cursos da área da saúde (Grupo "Saúde", n = 148, 22,6 ± 6,1 anos de idade), e outras áreas do conhecimento (Grupo "Outras áreas", n = 89, 23,2 ± 5,4 anos de idade) de uma instituição de ensino superior da cidade de Passos-MG, Brasil. Foram coletadas informações por meio de um questionário online composto por 51 questões relativas a caracterização da amostra, a situação socioeconômica, o nível de atividade física (IPAQ, versão curta) e a qualidade de vida (WHOQOL-bref). O grupo "Saúde" apresentou maior prevalência de estudantes fisicamente ativos (85,81%) em relação ao grupo "Outras áreas" (77,52%). Com relação a qualidade de vida geral, o grupo "Saúde" demonstra melhor percepção quando comparado ao grupo "Outras áreas" e, quanto ao domínio meio ambiente, ambos os grupos apresentaram baixos escores. Assim, ações que elevem a percepção de qualidade de vida geral de estudantes de outras áreas do conhecimento deveriam ser implementadas.

Palavras-chave: Atividade física. Qualidade de vida. Saúde. Universitários.

1 - Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Uberaba, Minas Gerais, Brasil.

2 - Universidade do Estado de Minas Gerais, Laboratório de Fisiologia do Esforço, Passos, Minas Gerais, Brasil.

3 - Unidade de Ensino e Pesquisa da Santa Casa de Misericórdia de Passos - UNEP, Passos, Minas Gerais, Brasil.

4 - Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Departamento de Ciências do Esporte, Uberaba, Minas Gerais, Brasil.

ABSTRACT

Physical activity level and quality of life among university students: comparison between areas of knowledge

Physical activity and quality of life represent two important pillars for the population's health. Thus, the objective of the present study is to evaluate the level of physical activity and quality of life of college students. The study was conducted with 238 students subdivided into two groups: health courses ("Health" group, n = 148, 22.6 ± 6.1 years old), and other areas of knowledge ("Other areas" group, n = 89, 23.2 ± 5.4 years old) of a higher education institution in the city of Passos-MG, Brazil. Information was collected through an online questionnaire consisting of 51 questions regarding sample characterization, socioeconomic status, physical activity level (IPAQ, short version) and quality of life (WHOQOL-bref). The "Health" group had a higher prevalence of physically active students (85.81%) compared to the "Other areas" group (77.52%). Regarding the general quality of life, the "Health" group demonstrates better perception when compared to the "Other areas" group and regarding the environment domain, both groups had low scores. Thus, actions that increase the general perception of quality of life in students from other areas of knowledge should be implemented.

Key words: Physical activity. Quality of life. Health. College students.

E-mail dos autores:

karina_brunheroti@outlook.com

mateus.junior.rosa@gmail.com

jeanjsilva.usp@gmail.com

mila_papini@yahoo.com.br

lfabianobarbosa@hotmail.com

INTRODUÇÃO

A saúde, definida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como a situação de bem-estar físico, mental e social, é fortemente interligada à qualidade de vida que, por sua vez, caracteriza-se por um conceito de “representação humana”, pois abrange perspectivas de graus de satisfação familiar, amorosa, social e ambiental e pode apresentar dois aspectos importantes: a) a subjetividade, caracterizada pela percepção da pessoa sobre seu estado de saúde e; b) a multidimensionalidade, que abrange diferentes dimensões (Seidl, Zannon, 2004).

A inatividade física está fortemente associada ao desenvolvimento de doenças crônico-degenerativas, em especial, quando associada aos fatores de risco relacionados ao estilo de vida, como dieta inadequada, fumo e ingestão de bebida alcoólica, que ocasionam as doenças crônicas não transmissíveis-DCNT (Everage e colaboradores, 2014; Chakravarthy, Both, 2004; Booth e colaboradores, 2002; Bara Filho e colaboradores, 2000) e, assim, pode influenciar diretamente a percepção da qualidade de vida. A inatividade física hoje é tida como o “mal do século” e se tornou um problema de saúde global que eleva as taxas de mortalidade e dos casos de hospitalização (Fontes, Viana, 2009; Freitas e colaboradores, 2016).

A qualidade de vida das pessoas pode ser diretamente afetada pelos diferentes níveis de atividade física adotados pelo indivíduo em seus diferentes estágios de vida.

Momentos como a transição entre a adolescência e a vida adulta, período que coincide com o início da vida universitária (Costa e colaboradores, 2015), e possível redução do tempo disponível para a prática de atividade física em decorrência das novas obrigações, podem ser cruciais para o desenvolvimento de patologias.

O período de vida universitária pode representar, para muitos, um período de ligeira alteração do estilo de vida, com adoção de alguns comportamentos considerados de risco para a saúde (fumo, bebida alcoólica, etc).

De acordo com Legnani e colaboradores, (2011), neste período há alguns fatores que poderiam motivar estes indivíduos a praticarem atividade física e entre estes fatores podemos citar a aparência física e o controle do peso corporal.

Estudo de Coqueiro e colaboradores (2008), aponta que 70% dos jovens universitários estavam insatisfeitos com sua imagem corporal.

Esta insatisfação pode, aliada a outros fatores, alterar a percepção de qualidade de vida do indivíduo e levá-los a busca pela prática esportiva.

O conhecimento dos diferentes perfis de atividade física nos diferentes contextos de vida, bem como a descrição dos hábitos e comportamentos do indivíduo apresenta importante aplicação prática quanto a definição de políticas públicas de qualidade de vida e saúde.

Assim, o objetivo do presente estudo foi avaliar o nível de atividade física, a qualidade de vida e comparar as áreas de conhecimento em indivíduos universitários.

MATERIAIS E MÉTODOS

Procedimento Experimental

Estudo descritivo e correlacional com participação, por amostragem não probabilística convencional, de estudantes dos cursos superiores de uma instituição de ensino superior da cidade de Passos-MG.

O questionário apresentado aos estudantes era composto por 51 questões relativas a caracterização da amostra, a situação socioeconômica, o nível de atividade física e a qualidade de vida. Este questionário foi disponibilizado em endereço eletrônico web específico.

A amostra final foi composta pelo número de formulários retornados.

Amostra

Os indivíduos foram informados verbal e textualmente acerca dos objetivos e métodos deste estudo. Uma vez tendo submetido o questionário, eles aceitaram e concordaram com os termos deste, explicitados no termo de consentimento livre e esclarecido que constava da página web em que estava publicado o questionário.

Houve o retorno de 246 formulários, dos quais 09 foram descartados integralmente por erros de digitação ou duplicidade, gerando uma amostra final composta por 237 estudantes. Os estudantes foram divididos em dois grupos sendo: cursos da área da saúde (Saúde: 148 alunos; 60 homens e 88 mulheres, 22,6 ± 6,1 anos), e outras áreas do

conhecimento (Outras áreas: 89 alunos; 31 homens e 58 mulheres, $23,2 \pm 5,4$ anos). O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em pesquisa da Universidade do Estado de Minas Gerais - UEMG (Protocolo 1.335.542).

Situação Socioeconômica e caracterização da Amostra

Questionário elaborado para o estudo, composto por 18 questões que identificam, caracterizam e avaliam a situação socioeconômica do indivíduo (ocupação, possui filhos que moram na mesma casa, fumante, bebida alcoólica, quantidade de álcool ingerida, dificuldade de locomoção, dor que impeça a atividade física, composição corporal, idade, nível educacional, renda familiar, estado civil).

Nível de Atividade Física

Para a avaliação do nível de atividade física dos indivíduos foi utilizado o IPAQ (Questionário Internacional de Atividade Física, versão curta).

Este instrumento tem como referência a última semana e contém perguntas relacionadas a participação do indivíduo em atividades físicas moderadas, vigorosas e de caminhada.

Considerando as sugestões para atividade física apresentadas no Physical Activity Guidelines for Americans, optou-se por estratificar os indivíduos em duas categorias: a) ativo (> 150 minutos semanais de atividade moderada ou 75 minutos de atividade vigorosa por semana ou a combinação das duas anteriores [Soma das atividades físicas = caminhada + moderada + (2 x vigorosa)] e, b) insuficientemente ativos (< 150 minutos semanais de atividade).

Qualidade de Vida

Para a avaliação da qualidade de vida dos indivíduos foi utilizado o questionário WHOQOL-bref. Instrumento que tem como referência as duas últimas semanas e é composto por 26 questões em escala likert de cinco pontos.

Esse questionário apresenta duas questões acerca da percepção da qualidade de vida geral e as demais subdivididas em quatro facetas: físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente.

Para critério de avaliação do questionário, o instrumento utiliza uma classificação de 0 a 100, sendo que, valores mais próximos de 100, representam uma qualidade de vida satisfatória (Lima, 2002).

Estatística

Foi utilizada estatística descritiva na análise da distribuição percentual da amostra em relação às categorias propostas pelos instrumentos e à distribuição em decorrência da área do curso. Para efeito de comparação entre os estudantes do grupo "Saúde" e "Outras áreas", com relação aos escores da qualidade de vida foi utilizado o teste "t" de student (amostras independentes).

Em todos os testes foi adotado um nível de significância de $p \leq 0,05$.

RESULTADOS

O quadro 1 apresenta dados relativos à caracterização socioeconômica dos grupos de estudantes.

Diferenças aparentes, embora não testadas, podem ser observadas entre os grupos em questões relacionadas ao estado civil, filhos que moram com os participantes da pesquisa e a composição corporal.

Quadro 1 - Caracterização da amostra. Dados expressos em número de indivíduos e percentual (%) relativo ao total do grupo, n = 237.

| | | Saúde (n = 148) | Outras áreas (n=89) |
|---|--|--------------------|------------------------|
| Ocupação | Estuda e Trabalha | 58,1% (86) | 57,3% (51) |
| | Somente Estuda | 41,9% (62) | 42,7% (38) |
| Renda Familiar | Abaixo de 1 salário mínimo (<R\$ 880,00) | 5,4% (8) | 6,7% (6) |
| | Entre 1 e 3 salários mínimos (R\$ 880,00 e 2.640,00) | 57,4% (85) | 50,5% (45) |
| | Acima de 3 salários mínimos (>R\$ 2.640,00) | 37,1% (55) | 42,7% (38) |
| Estado Civil | Solteiro | 95,2% (141) | 89,8% (80) |
| | Casado | 4,7% (7) | 10,1% (9) |
| Filhos que moram com você | Sim | 6,7% (10) | 14,6% (13) |
| | Não | 93,2% (138) | 85,3% (76) |
| Fumante | Sim | 8,1% (12) | 8,9% (8) |
| | Não | 91,8% (136) | 91,0% (81) |
| Faz uso de bebida alcoólica | Sim | 49,3% (73) | 53,9% (48) |
| | Não | 50,6% (75) | 46,0% (41) |
| Possui dificuldade de locomoção | Nenhuma | 91,8% (136) | 88,7% (79) |
| | Pouca ou nenhuma | 1,3% (2) | -- |
| | Muita | 2,0% (3) | 3,3% (3) |
| | Pouca | 4,7% (7) | 7,8% (7) |
| Possui dor que impeça a atividade física | Nenhuma ou pouca | 92,5% (137) | 96,6% (86) |
| | Dor moderada ou extrema | 7,4% (11) | 3,3% (3) |
| Com relação a sua composição corporal, você se encontra em: | Normal | 78,3% (116) | 62,9% (56) |
| | Sobrepeso | 19,5% (29) | 29,2% (26) |
| | Obeso | 2,0% (3) | 7,8% (7) |

Legenda: Salário mínimo considerado no início das avaliações: R\$ 880,00.

A figura 1 apresenta a classificação do nível de atividade física de acordo com o Physical Activity Guidelines for Americans, considerando tempo mínimo de 150 minutos

semanais de atividade moderada ou 75 minutos semanais de atividade vigorosa para a obtenção de benefícios para a saúde ou a combinação entre as intensidades.

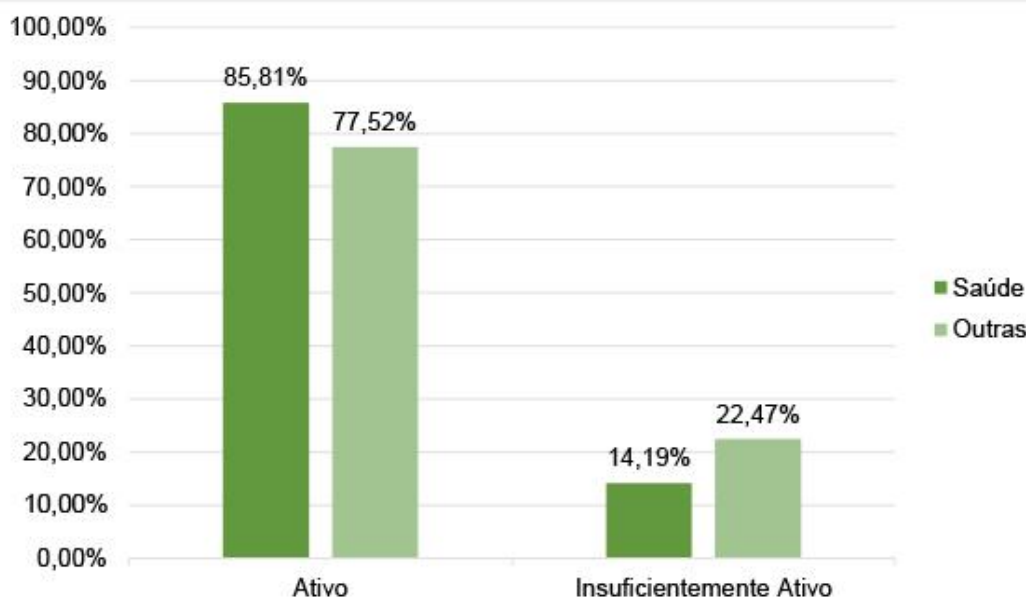


Figura 1 - Gráfico representativo da classificação do nível de atividade física, n = 148 - Saúde; n = 89 - Outras áreas.

A tabela 2 demonstra os resultados obtidos a partir do Whoqol-bref, e revelam diferenças significativas entre os estudantes

do grupo "Saúde" e "Outras áreas" para todos os domínios da qualidade de vida, exceto para os domínios físico e psicológico ($p \leq 0,05$).

Tabela 2 - Comparação dos domínios de qualidade de vida entre os estudantes do grupo "Saúde" e "Outras áreas", Valores médios \pm DP, (n = 148 - Saúde; n = 89 - Outras).

| Domínios | Saúde | Outras Áreas | p |
|-------------------------|--------------------|-------------------|------|
| Físico | 73,53 \pm 13,35 | 69,94 \pm 15,48 | 0,06 |
| Psicológico | 68,13 \pm 15,86 | 64,28 \pm 15,85 | 0,07 |
| Relações Sociais | 73,54 \pm 17,43* | 68,73 \pm 15,81 | 0,03 |
| Meio Ambiente | 60,81 \pm 14,18* | 56,71 \pm 13,09 | 0,02 |
| Qualidade de Vida Geral | 64,61 \pm 22,27* | 54,49 \pm 20,40 | 0,01 |

Legenda: * $p < 0,05$ - Teste t de student.

DISCUSSÃO

Embora sejam ainda escassos os trabalhos que procuram investigar e comparar a qualidade de vida de estudantes de diferentes áreas do conhecimento, os dados obtidos com o presente estudo apresentam certa similaridade (embora com escores mais baixos para alguns domínios) com dados de estudos prévios e indicam que esta metodologia (coleta de dados via formulários disponíveis na web) mostra-se, aparentemente, confiável.

Quando consideramos trabalhos que possuem como objetivo a avaliação/análise da qualidade de vida, é preciso que tenhamos

clara a distinção entre os conceitos de qualidade de vida e saúde.

A Organização Mundial de Saúde, caracteriza a qualidade de vida como uma percepção do indivíduo acerca de sua posição na vida, considerando os aspectos culturais e os valores nos quais ele está inserido, seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações.

É um conceito amplo que incorpora, de forma complexa, a saúde física pessoal, estado psicológico, nível de independência, relações sociais, crenças pessoais e sua relação com o ambiente.

Considerando o exposto, é possível se esperar que, entre outros aspectos, a percepção de saúde e/ou o estado de saúde

do indivíduo pode influenciar sua percepção acerca de sua qualidade de vida. Assim, a qualidade de vida pode ser entendida como uma percepção individual.

Trabalhos como este se revelam importantes, pois, apontam a necessidade de desenvolvimento de políticas que poderiam contribuir para a melhoria da percepção da qualidade de vida, uma vez que a falta de um nível satisfatório deste pode vir a causar impactos negativos no processo de ensino-aprendizagem dos estudantes.

Com relação a condição socioeconômica e fatores de risco associados que poderiam levar a uma diminuição da atividade física e/ou da percepção da qualidade de vida do indivíduo, podemos observar baixo comportamento de risco relacionado ao fumo ($\approx 8\%$) enquanto que, considerando o uso de bebida alcólica percebemos um valor aproximado de 50%, para ambos os grupos.

Aproximadamente, 90% dos estudantes relatam não possuir dificuldades de locomoção ou dor que impeça a atividade física. Com relação a sua composição corporal, $\approx 22\%$ do grupo Saúde e $\approx 37\%$ do grupo Outras áreas, relataram estar em condição de sobrepeso e obesidade.

Nosso estudo indica que alunos dos cursos de saúde, aparentemente, são mais ativos fisicamente que estudantes das outras áreas do conhecimento ($\approx 85\%$ e $\approx 77\%$ respectivamente). Isso, poderia explicar ou ser explicado pelas possíveis diferenças relacionadas a composição corporal.

Assim como a inatividade física, a qualidade de vida tem, nas últimas décadas, ocupado espaço relativamente crescente em trabalhos científicos (Davoglio, Lettnin, Baldissera, 2015) e, ao avaliar a qualidade de vida e o nível de atividade física entre estudantes universitários, estudos têm apresentado boas correlações positivas (Cieslak e colaboradores, 2012).

Estudos prévios têm demonstrado a associação de marcadores de risco sócio comportamentais (incluindo a atividade física, dieta, fumo e nível educacional), com a qualidade de vida.

Everage e colaboradores (2014), sugerem que agrupamento de marcadores de risco saudáveis está associado a níveis favoráveis de fatores de risco para as doenças do coração, particularmente nas mulheres.

A partir desta perspectiva de que a possível alteração dos estados de saúde

possa influenciar a qualidade de vida percebida, alterações do padrão de estilos de vida sedentário que resultem em alterações do estado de saúde podem alterar a percepção da qualidade de vida.

Tendo em conta esta abordagem, considera-se importante e justifica a realização de estudos que procuram traçar relações entre níveis de atividade física, fatores associados e a qualidade de vida.

Os dados apresentados neste estudo, para os diferentes domínios da qualidade de vida, embora menores para alguns, estão de acordo com os apresentados por outros estudos (Costa e colaboradores, 2015; Cieslak e colaboradores, 2012; Silva e colaboradores, 2007).

É interessante notar que, os menores escores apresentados estão relacionados ao domínio meio ambiente e qualidade de vida geral, para ambos os grupos.

O domínio meio ambiente está relacionado a segurança física e a proteção, ambiente no lar, recursos financeiros, cuidados da saúde e sociais, disponibilidade e qualidade, oportunidade de adquirir novas informações e habilidade, participação e oportunidade de recreação/lazer, e ambiente físico. Este domínio guarda assim, estreita relação com políticas públicas.

Para o grupo saúde, é possível observar que os dados estão de acordo com dados apresentados por outros estudos que avaliaram estudantes dessa área (Petri; Margato, Vilela Junior, 2013; Cieslak e colaboradores, 2012; Costa e colaboradores, 2015; Catunda, Ruiz, 2008).

Assim como os estudos de Saube e colaboradores (2004) e Kluthcovsky e colaboradores (2007), em nosso estudo, o domínio relações sociais apresentam os maiores escores, enquanto o domínio meio ambiente apresentou os menores escores.

O menor escore para o domínio meio ambiente pode se dar em decorrência da insegurança e das incertezas vivenciadas pelos estudantes, nessa fase da vida.

A qualidade de vida geral, de ambos os grupos, apresentou escore relativamente baixo, quando comparado a outros estudos, havendo diferença significativa entre os grupos Saúde e Outras áreas.

Seguindo a proposta de Padrão e citada por Koetz, Rempel e Périco (2013), os diferentes domínios apontam para uma boa classificação da qualidade de vida (entre 61-80 pontos) exceto o domínio meio ambiente para

o grupo Saúde e meio ambiente e qualidade de vida geral para o grupo Outras áreas que apresenta uma classificação considerada mediana (41 - 60 pontos).

Uma possível explicação para as diferenças observadas entre os grupos estaria relacionada a composição corporal que poderia prejudicar sua percepção acerca da qualidade de vida, pois esta estaria relacionada ao nível de atividade física.

Também, as características próprias da área de conhecimento que poderia, entre outros, favorecer o contato com situações próprias de saúde / doença de modo que o indivíduo desta área possua diferenças na capacidade para reconhecer e avaliar situações relacionadas aos domínios relações sociais e meio ambiente, gerando uma percepção mais positiva de sua condição quando comparado a profissionais de outras áreas.

Dessa forma, considera-se importante a realização de novos estudos que objetivem relacionar o nível de atividade e a qualidade de vida de diferentes áreas de conhecimento de estudantes universitários.

CONCLUSÃO

Embora seja de nosso conhecimento que, este seja um dos primeiros estudos a utilizar esta metodologia para a aplicação dos questionários em questão, os dados apresentados parecem ser consistentes, legitimando esta técnica de aplicação.

Mesmo que um percentual relativamente alto de estudantes tenha apresentado níveis de atividade física desejáveis para a promoção de saúde, número considerável de alunos de outras áreas do conhecimento (22%) não alcançam estes níveis.

Considerando a qualidade de vida geral, o grupo Saúde demonstra melhor percepção quando comparado com estudantes de outras áreas.

Ainda, percebe-se, em ambos os grupos, incertezas quanto ao domínio ambiente.

Assim, deveriam ser consideradas ações, incluindo aquelas que incentivam a prática de atividade física e a adoção de hábitos saudáveis, que elevem a percepção da qualidade de vida geral podendo, inclusive, contribuir para a redução de impactos negativos no processo ensino-aprendizagem

que podem ser causados pela ausência de um nível satisfatório da qualidade de vida.

AGRADECIMENTOS

Os autores agradecem à Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de Minas Gerais - FAPEMIG pela bolsa de iniciação científica.

REFERÊNCIAS

- 1-Bara Filho, M.G.; Biesek, S.; Fernandes, A.P.T.; Araújo, C.G.S. Comparação do padrão de atividade física e peso corporal progressos e atuais entre graduados e mestres em Educação Física. Revista Brasileira de Ciências do Esporte. Vol. 21. Num. 2. 2000. p.30-35.
- 2-Booth, F.W.; Chakravarthy, M.V.; Gordon, S.E.; Spangenburg, E.E. Waging war on physical inactivity: using modern molecular ammunition against an ancient enemy. Journal of Applied Physiology. Vol. 93. Num. 1. 2002. p.03-30.
- 3-Catunda, M.A.P.; Ruiz, V.M. Qualidade de vida de universitários. Revista Científica do UNIFAE. São João da Boa Vista. Vol. 2. Num. 1. 2008. p.22-31.
- 4-Chakravarthy, M.V.; Booth, F.W. Eating, exercise, and "thrifty" genotypes: connecting the dots toward an evolutionary understanding of modern chronic diseases. Journal of Applied Physiology. Vol. 96. Num. 1. 2004. p.3-10.
- 5-Cieslak, F.; Cavazza, J.F.; Lazarotto, L.; Titski, A.C.K.; Stefanello, J.M.F.; Leite, N. Análise da qualidade de vida e do nível de atividade física em universitários. Revista da Educação Física / UEM. Vol. 23. Num. 2. 2012. p.251-260.
- 6-Costa, B.D.V.; Batista, G.R.; Leão, N.E.S.; Paes, P.P. Quality of life, stages of behavioral changes and physical activity level of Physical Education students. Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde. Vol. 20. Num. 5. 2015. p.476-482.
- 7-Coqueiro, R.S.; Petroski, E.L.; Pelegrini, A.; Barbosa, A.R. Insatisfação com a imagem corporal: avaliação comparativa da associação com estado nutricional em universitários. Rio Grande do Sul. Revista de Psiquiatria do Rio

Grande do Sul. Vol. 31. Num. 1. 2008. p.31-168.

8-Davoglio, T.R.; Lettnin, C.C.; Baldissera, C.G. Avaliação da qualidade de vida em docentes brasileiros: uma revisão sistemática. Pro-Posições. Vol.26. Num. 3. 2015. p.145-166.

9-Everage, N.J.; Linkletter, C.D.; Gjelsvik, S.T.M.; Loucks, E.B. Social and behavioral risk marker clustering associated with biological risk factors for coronary heart disease: NHANES 2001-2004. BioMed Research International. Vol. 2014. 2014. p.1-13.

10-Fontes, A.C.D.; Vianna, R.P.T. Prevalência e fatores associados ao baixo nível de atividade física entre estudantes universitários de uma universidade pública da região Nordeste - Brasil. Rev. bras. epidemiol. Vol. 12. Num. 1. 2009. p.20-29.

11-Freitas, T.V.; Dalamaria, T.; Pinto, W.J.; Souza, O.F. Sedentarismo no lazer em estudantes da Universidade Federal do Acre. Journal of Amazon Health Science. Vol. 2. Num. 2. 2016.

12-Kluthcovsky, A.C.G.C.; Takayanagui, A.M.M.; Santos, C.B.; Kluthcovsky, F.B. Avaliação da qualidade de vida geral de agentes comunitários de saúde: a contribuição relativa das variáveis sociodemográficas e dos domínios da qualidade de vida. Rio Grande do Sul. Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul. Vol. 29. Num. 2. 2007. p.176-183.

13-Koetz, L.; Rempel, C.; Périco, E. Qualidade de vida de professores de instituições de ensino superior comunitárias do Rio Grande do Sul. Ciência & Saúde Coletiva. Vol. 18. Num. 4. 2013. p.1019-1028.

14-Legnani, R.F.; Guedes, D.P.; Legnani, E.; Filho, V.C.; Campos, W. Fatores motivacionais associados à prática de exercício físico em estudantes universitários. Rev. Bras. Ciênc. Esporte. Vol. 33. Num. 3. 2011. p.761-772.

15-Lima, A.F.B.S. Qualidade de vida em pacientes do sexo masculino dependentes de álcool. Dissertação de Mestrado. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre. 2002.

16-Petrini, A.C.; Margato, G.; Vilela Junior, G.B. Avaliação da percepção da qualidade de vida de jovens universitários: comparativo entre graduandos do turno diurno e noturno. Revista Brasileira de Qualidade de Vida. Vol. 5. Num. 3. 2013. p.1-08.

17-Saupe, R.; Nietche, E.A.; Cestari, M.E.; Giorgi, M.D.M.; Krahl, M. Qualidade de vida dos Acadêmicos de Enfermagem. Rev Latino-Am Enfermagem. Vol. 12. Num. 4. 2004. p.636-642.

18-Seild, E.M.F.; Zannon, C.M.L. Qualidade de vida e saúde: aspectos conceituais e metodológicos. Cad. Saúde Pública. Vol. 20. Num. 2. 2004. p.580-588.

19-Silva, G.S.F.; Bergamaschine, R.; Rosa, M.; Melo, C.; Miranda, R.; Bara Filho, M. Avaliação do nível de atividade de estudantes de graduação das áreas saúde/biológica. Revista Brasileira de Medicina do Esporte. Vol. 13. Num. 1. 2007. p.39-42.

Autor para correspondência:

Karina de Almeida Brunheroti.

karina_brunheroti@outlook.com

Rua Manoel Felipe de Souza, 385, Ap 102.
Bairro Vila Celeste, Uberaba, Minas Gerais.
CEP: 38061-490.

Recebido para publicação 17/01/2020

Aceito em 07/05/2020