CAPÍTULO 42

QUALIDADE DE VIDA DOS ACADÊMICOS PENDULARES DE CIÊNCIAS DA SAÚDE

**Antônio Lucas Farias da Silva¹; Geísa de Moraes Santana²; Nayara da Silva Castro³;
Luana Farias Silva⁴; Erika Marcia Silva Moraes⁵; Suellen Aparecida Patricio Pereira⁶;
Maycon Guimarães Santos⁷; Lucília da Costa Silva⁸; Fernando Antônio Ramos
Schramm Neto⁹; Teresa Cristina Lima Andrade¹⁰; Lorena Stephany Lopes Fernandes¹¹;
Maria Andhiara Kaele Feitosa Silva¹²**

¹ Centro Universitário Unifacid (lucas192farias@gmail.com)

² Universidade Estadual do Piauí, (geisasantana97@gmail.com)

³ Faculdade de Ensino Superior do Piauí, (nayaracastro09@gmail.com)

⁴ Centro Universitário Unifacid, (luanafarias9624@gmail.com)

⁵ Centro universitário Unifacid, (erikamoraes1636@gmail.com)

⁶ Mestre em Ciências e Saúde pela Universidade Federal do Piauí, (z.suellen@gmail.com)

⁷ Universidade Estadual do Piauí, (ma1987ycon@hotmail.com)

⁸ Centro Universitário Santo Agostinho, (luciliafisio@outlook.com)

⁹ Universidade Salvador, (fernando78541@hotmail.com)

¹⁰ Universidade Estadual do Piauí, (teresandrade_2@yahoo.com.br)

¹¹ Centro Universitário Uninovafapi, (lorenastephanny_12@hotmail.com)

¹² Unidade Regional Brasileira De Educação (Andhiarapsi@gmail.com)

Resumo

Objetivo: O presente estudo tem como objetivo avaliar e comparar a qualidade de vida de acadêmicos pendulares. **Método:** A amostra foi constituída por 20 estudantes pendulares e pelo mesmo número de não pendulares dos cursos da área da saúde, que foram avaliados por meio de 2 questionários: World Health Organization Quality of Life - bref (WHOQOL-bref) e uma ficha de informações dos participantes. **Resultados:** Os acadêmicos pendulares percorrem diariamente uma média de 54,7 Km de sua cidade para a Faculdade, com uma duração aproximada de deslocamento de 1h e 40 minutos, enquanto os não- pendulares percorrem 5 Km e levam cerca de 27 min. Ao serem questionados se o fato de ser pendular atrapalha no desempenho acadêmico e na vida pessoal, 94,5% afirmaram que sim, devido ao longo deslocamento, as péssimas condições dos transportes públicos, a ansiedade pelo receio de

chegar atrasado, uma diminuição da duração de sono, como também uma má alimentação. Em relação aos domínios da qualidade de vida, os universitários não pendulares apresentaram as melhores médias. **Conclusões:** Concluiu-se que a qualidade de vida está comprometida em ambos os grupos, principalmente nos estudantes pendulares, pois estão diretamente relacionados a distância percorrida por esses acadêmicos.

Palavras-chave: Qualidade de vida; Estudantes de Ciências da Saúde; Universidades.

Área Temática: Temas transversais.

E-mail do autor principal: lucas1992farias@gmail.com

1 INTRODUÇÃO

A inserção do jovem na universidade é um período de mudança marcada pela conquista de mais autonomia e responsabilidades. A alta cobrança, responsabilidade e estresse dos estudos imposta na universidade, tem sido os responsáveis para surgimento de problemas físicos e emocionais destes estudantes (TASSINII *et al.*, 2017).

Diante desse contexto, as instituições de ensino devem estar preparadas para promover durante o processo de formação acadêmica, além do desenvolvimento cognitivo e profissional, o desenvolvimento pessoal, afetivo e social dos estudantes (SCHLEICH, 2006). Uma vez que há relação significativa entre qualidade de vida (QV) dos estudantes e promoção da saúde, trabalhos que abordam qualidade de vida de universitários são capazes de fornecer informações importantes para orientar o planejamento de um projeto de intervenção para promoção da saúde e do sucesso acadêmico dentro do ambiente universitário (SOARES *et al.*, 2014).

Pekmezovicet *et al.* (2011), compararam a QV entre estudantes de diferentes áreas (ciências sociais e humanas; ciências médicas; ciências naturais e matemática; e tecnologia e ciências da engenharia) por meio do SF-36 em uma universidade, encontrando piores índices de QV entre os estudantes da área médica, principalmente nos domínios vitalidade, saúde mental e aspectos emocionais.

Ao ingressar no ensino superior o indivíduo passa por um processo de adaptação devido as grandes exigências, e essas alterações podem interferir na rotina do acadêmico de forma negativa na qualidade de vida e de sono (GELLIS *et al.*, 2014). Estudos mostram uma relação entre a QV prejudicada e problemas de saúde mental. Isso é algo perceptível ainda nos anos iniciais e perdura até o fim do curso de graduação, principalmente para o gênero feminino que apresenta níveis elevados de consequências emocionais. As mulheres também apresentam uma

pior QV em comparação aos homens (LANTYER *et al.*, 2016).

Segundo Silva e Heleno (2012), o movimento pendular é o deslocamento frequente temporário entre o município de residência e o município de trabalho ou estudo. Eles podem ocorrer de duas formas: individual ou em grupo de pessoas, por meio de transportes coletivos, privados ou públicos. Continuando, o autor cita que a denominação deriva do seu fenômeno característico, um movimento de vaivém semelhante à oscilação de um pêndulo.

Em decorrência da importância de se ter uma qualidade de vida, e da grande incidência de acadêmicos que estudam fora do seu domicílio, do tempo gasto para esta locomoção diária, do cansaço, da grande carga de estudo e das atividades acadêmicas, surgiu o interesse de investigar qual o impacto sobre a vida de acadêmicos de uma instituição de ensino superior. Diante disso, o presente estudo tem como objetivo avaliar e comparar a qualidade de vida de alunos pendulares e não pendulares.

2 MÉTODO

Trata-se de uma pesquisa prospectiva, observacional, transversal e comparativa. O estudo foi desenvolvido em uma Instituição de Ensino Superior, a coleta de dados ocorreu no período de Março a Maio de 2020, tendo como parecer de aprovação do CEP a numeração: 3.922.986.

A amostra foi constituída por 20 estudantes pendulares e pelo mesmo número 20, de não-pendulares dos cursos de Psicologia, Fisioterapia, Odontologia, Educação Física, Biomedicina, Enfermagem, Nutrição e Farmácia, que estudavam nos períodos manhã e tarde. Não foram incluídos os alunos pendulares que moram numa distância menor que 40 Km da capital. Como também, aqueles que desistiram da pesquisa, ou não responderam os questionários de forma completa.

Primeiramente foram esclarecidos os objetivos do projeto e procedimentos a serem seguidos, posteriormente foi solicitada a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Foram aplicados 2 questionários: WHOQOL-bref, que é estruturado em 4 domínios (Físico, Psicológico, Relações Sociais e Meio Ambiente), sendo composto por 26 questões de múltiplas escolhas e considera os últimos 15 dias e uma ficha de informações dos participantes elaborada pelo pesquisador que avalia a distância percorrida, o meio de transporte

e o tempo gasto diariamente.

A pesquisa teve como benefício o conhecimento da qualidade do sono e de vida desses alunos para os pesquisadores, docentes e gestores do Centro Universitário e as orientações ao participante entregue por meio da cartilha do sono ao final da coleta de dados.

Os dados foram inseridos na planilha do Excel 2013 e analisados pelo software estatístico Bioestat 5.3, considerado o nível de significância de 5% ($\alpha=0,05$) para todas as análises. Realizou-se correlação de Pearson, considerando forte o $r > 0,70$ e os dados foram comparados com Teste de Mann Whitney, considerando estatisticamente significativo o $p \leq 0,05$.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A população de estudo foi constituída por 40 universitários da área da saúde, destes 20 eram pendulares e 20 não pendulares, sendo 14 acadêmicos de Psicologia, 8 de Fisioterapia, 6 de Farmácia, 4 de Odontologia, 2 de Nutrição, 2 de Educação Física, 2 de Biomedicina e 2 de Enfermagem, compreendendo do 1º ao 10º período. A tabela 01 apresenta a caracterização dos universitários pendulares e não pendulares, segundo a média de idade e sexo.

Tabela 01: Caracterização das amostras (N=40).

	Média de Idade	Sexo Feminino	Sexo Masculino
Pendulares	20, 8 anos $\pm$ 1, 9 anos	75%	25 %
Não - Pendulares	21, 1 anos $\pm$ 2,8 anos	60%	40%

Fonte: Autores (2021)

Esses acadêmicos são de diferentes cidades, como: José de Freitas, Altos, Campo Maior e Beneditinos, a média distância da cidade onde eles moram para a Faculdade é 54,7 Km (DP $\pm$ 17Km). Em relação ao grupo dos acadêmicos não-pendulares a média de distância percorrida por esses universitários é de 5 Km (DP $\pm$ 4,4).

A duração média de deslocamento diário dos pendulares é de 1h e 40 minutos e todos utilizam transporte público e ficam em média 27 minutos na parada de ônibus, ao passo que os acadêmicos não pendulares levam em média 26 minutos para se deslocarem até a Faculdade, então, quando comparado com os pendulares a diferença é muito significativa ($p < 0,0001$). Destes 70% utilizam transporte particular, 20% vão a pé e 10% utilizam transporte público.

Ao serem questionados se o fato de ser pendular atrapalha no desempenho acadêmico e na vida pessoal, 94,5% afirmaram que sim, devido ao longo deslocamento, as péssimas condições dos transportes públicos, a ansiedade pelo receio de chegar atrasado, uma diminuição da duração de sono, como também uma má alimentação.

Na Tabela 2, é possível observar que em relação aos domínios referentes a qualidade de vida, os universitários não pendulares, apresentaram as melhores médias em todos os domínios. Em ambos grupos, o domínio relações teve o melhor resultado, porém, os acadêmicos não pendulares apresentaram pior resultado no domínio psicológico e os pendulares no domínio meio ambiente.

Tabela 2: Escores médios e seus respectivos desvios padrão dos domínios do WHOQOL-Bref e do índice geral aplicado nos estudantes universitários não pendulares e pendulares (N=40).

Domínio	Média dos Não Pendulares*	DP	Média dos Pendulares*	DP
Físico	14,14	2,85	12,34	2,37
Psicológico	13,50	2,99	13,37	2,01
Relações Sociais	14,67	3,59	14,63	2,18
Meio Ambiente	13,85	2,21	12,10	1,67
Auto-avaliação da QV	14,10	3,21	13,10	2,94

Índice geral de qualidade de vida	13,96	2,26	12,86	1,63
---	-------	------	-------	------

Fonte: Autores (2021)

Segundo Silva e Heleno (2012), quanto ao índice geral do WHOQOLBref e os escores dos domínios, não existe na literatura científica um ponto de corte que indique quais valores representam uma boa ou má percepção da qualidade de vida. Corroborando com o mesmo estudo, observa-se que nas médias apresentadas os resultados se mostram negativos e indicam que esses estudantes pendulares não apresentam uma boa qualidade de vida, principalmente no que se refere ao meio ambiente.

O domínio do meio ambiente está relacionado a alguns fatores como: segurança física e proteção, recursos financeiros, cuidados de saúde e sociais, disponibilidade e qualidade, e oportunidades de recreação/lazer, ambiente físico: (poluição/ruído/trânsito/clima) e transporte. Segundo Petrini *et al.*, (2013), a qualidade dos transportes públicos pode ter influências sobre o resultado obtido nesse domínio. Assim, esse resultado se justifica pelo fato de que todos acadêmicos pendulares utilizam o transporte público e 40% relatam ser de péssima qualidade.

Deve-se ressaltar que o baixo escore de qualidade de vida, de ambos os grupos avaliados, pode ser um indicador de que o estudante necessita de encaminhamento para acompanhamento profissional, ou seja, de uma rede de suporte, principalmente aos ingressantes, com intuito de orientá-los e acolhê-los. Tais redes devem instigar maior autoconfiança, resolução de problemas, a fim de que situações estressoras não atinjam o desempenho acadêmico, nem o desenvolvimento profissional, bem como a saúde dos graduandos, objetivando-se, desse modo, a prevenção de riscos psíquicos, emocionais, cognitivos e/ou físicos que as exigências do cotidiano acadêmico podem produzir.

4. CONCLUSÃO

Este estudo concluiu que a qualidade de vida dos alunos pendulares e não pendulares da área da saúde estão comprometidos, principalmente nos estudantes pendulares, pois está diretamente relacionada a distância percorrida por esses acadêmicos. Tais achados sugerem que os acadêmicos da área da saúde, possuem redução do tempo e qualidade do sono. Nesse contexto, faz-se necessário ações de promoção da saúde, para que o próprio acadêmico atue na construção da sua qualidade do sono e de vida.

Esta pesquisa apresenta algumas limitações, como: pequena amostra, fazendo-se necessário a realização de outras pesquisas, que controlem um maior número de variáveis pertinentes ao conhecimento da qualidade de vida e do sono entre os estudantes universitários pendulares, de forma a promover resultados que possam influenciar na elaboração e realização de ações efetivas para essa demanda. Cabe destacar ainda, que foi adotada uma escala psicométrica, que apesar de equivalente, possui menor acurácia em relação a outros métodos analíticos como a polissonografia. Além disso, os dados do WHOQOL-bref foram autorreferidos, ou seja, passíveis de erros em seu preenchimento

REFERÊNCIAS

GELLIS et al. Associations between sleep hygiene and insomnia severity in college students: cross-sectional and prospective analyses. **Behav Ther**, v. 45, n. 6, p. 806 – 816, 2014.

LANTYER et al. Ansiedade e Qualidade de Vida entre Estudantes Universitários Ingressantes: Avaliação e Intervenção. **Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva**, v.18, n. 2, p. 4-19, 2016.

PEKMEZOVIC et al. Factors associated with health-related quality of life among Belgrade University students. **Qual Life Res**, v. 20, n. 3, p. 391 – 397, 2011.

PETRINI et al. Avaliação da percepção da qualidade de vida de jovens universitários: comparativo entre graduandos do turno diurno e noturno. **RBQV**, v. 5, n. 3, p. 1-8, 2013.

SCHLEICH. **Integração a educação superior e satisfação acadêmica de estudantes ingressantes e concluintes: um estudo sobre relações** [Tese]. São Paulo: Universidade Estadual de Campinas; 2006.

SILVA, HELENO. Qualidade de Vida e Bem-Estar Subjetivo de Estudantes Universitários. **Revista Psicologia e Saúde**, v. 1, p. 69 -76, 2012.

SOARES et al. Saúde e qualidade de vida na transição para o ensino superior. **Psic., Saúde & Doenças**, v. 15, n. 2, p. 356-379, 2014.

TASSINI et al. Avaliação do Estilo de Vida em Discentes Universitários da Área da Saúde através do Questionário Fantástico. **Int. J. Cardiovasc. Sci**, v. 30, n. 2, p .117-122, 2017.