

Título: Estudo preliminar sobre a percepção da qualidade de vida dos alunos do curso de Educação Física do Centro Universitário Radial de São Paulo, campus Interlagos

Autor(es) Dayane Cruz Evaristo; Karolyne Linhares Souza; Fernando César Salles; Andrea Francklin Lomardo; Priscilla Primi Hardt

E-mail para contato: llirdi@gmail.com

IES: UNIRADIAL

Palavra(s) Chave(s): Qualidade de Vida; Atividade Física; Controle Emocional; Relação Social; Prevenção de Dcnt

RESUMO

O quadro epidemiológico das doenças no Brasil modificou-se nos últimos anos e atrelado a isso nota-se também uma mudança no perfil da população brasileira com relação aos hábitos alimentares e de vida, indicando uma exposição cada vez mais intensa a riscos de doenças crônicas não-transmissíveis (DCNT). A promoção da saúde, modificação nos fatores relacionados ao estilo de vida, principalmente a prática de atividades físicas regulares e redução dos fatores de risco podem contribuir para a prevenção ou o aparecimento tardio de tais enfermidades. O objetivo deste estudo foi fazer uma análise prévia sobre a percepção da qualidade de vida dos alunos do curso de Educação Física. A amostra da pesquisa foi constituída por 90 alunos, entre homens e mulheres, pertencentes aos 1º, 5º e 7º semestres do curso de Educação Física. Previamente, os participantes foram informados sobre os objetivos, procedimentos e importância da pesquisa. Em seguida, os participantes responderam, individualmente, ao questionário, proposto por NAHAS (1996), o qual foi composto por 15 perguntas com notas de 0 a 3, onde 0 representa nunca e 3 sempre. Cada grupo de questão contemplou as seguintes variáveis: Nutrição (N), Atividade Física (AF), Comportamento Preventivo (CP), Relacionamento Social (RS) e Controle do Estresse (CE). Foi realizado para cada categoria o teste-t adotando-se um nível de 99% de significância ($p < 0,01$). A análise dos dados mostrou que as variáveis AF, RS e CE obtiveram nota igual ou superior a 2, sendo esses índices classificados como positivos na referência de bem-estar; a variável RS mostrou maior nota (2,14±0,58) em comparação à AF (2,00±0,74) e à CE (2,12±1,03). Por outro lado, as variáveis N e CP obtiveram notas inferiores a 2, classificadas como índice regular, sendo a menor nota exibida pela variável N (1,66±0,59) em comparação a CP (1,84±0,82). Não foi observado nenhum índice classificado como negativo na referência de bem-estar, situação que condiz com o perfil do aluno de Educação Física, curso que está inserido também na área da saúde. Ainda, podemos inferir sobre os resultados a existência de correlação positiva entre a prática de exercícios físicos, convívio social e controle emocional. No entanto, a análise da variável N sugere que hábitos alimentares inadequados podem estar relacionados ao perfil do estudante de período noturno o qual, provavelmente, trabalha durante o dia e estuda à noite.