

**Título: Análise do perfil dos universitários da Faculdade Estácio de Sá Goiás - qualidade e estilo de vida, estado nutricional e imagem corporal**

Autor(es) Ademar Azevedo Soares Júnior\*; Rodrigo de Castro Cardoso; Eduardo de Assis

E-mail para contato: arquiteturjr@gmail.com

IES: FESGO

Palavra(s) Chave(s): Estilo de Vida; Qualidade de Vida; Estado Nutricional; Imagem Corporal; Universitários

### **RESUMO**

Comportamentos relacionados ao estilo de vida como, boa alimentação, atividade física, atitudes preventivas e controle do estresse, tem sido classificados como fatores decisivos na qualidade de vida, tanto numa perspectiva individual como coletiva. Um estilo de vida saudável é um dos principais determinantes na promoção da saúde dos indivíduos, grupos e comunidades. Por outro lado, um estilo de vida com comportamentos negativos tem associação com várias doenças, principalmente as crônico-degenerativas ou também chamadas de não-transmissíveis. Nesta perspectiva, analisar os universitários que, em decorrência do acesso ao mundo do trabalho e a ligação com os estudos, passam a adotar um estilo de vida inadequado. Portanto, o estudo aqui apresentado, pretende investigar a qualidade e estilo de vida, o estado nutricional e a imagem corporal de universitários dos cursos de Educação Física e Fisioterapia da Faculdade Estácio de Sá Goiás – FESGO (análise comparativa). Todos os acadêmicos matriculados no presente curso foram convidados a participarem voluntariamente do estudo caso. Com o intuito de garantir representatividade da população a ser investigada, o tamanho mínimo da amostra foi calculado por meio de uma equação para populações finitas. Inicialmente foi aplicada uma ficha sócio-demográfica, sendo que, para avaliar a qualidade de vida, utilizou-se a versão genérica e curta - WHOQOL - Brief (OMS, 1998). O estilo de vida individual e do grupo foi conhecido a través do questionário Perfil do Estilo de Vida Individual de Nahas, Barros e Francalacci (2000). Já o estado nutricional, foi determinado mediante avaliação antropométrica do índice de massa corporal ( $\text{kg}/\text{m}^2$ ) e classificado pelos critérios da World Health Organization (2000). Para a imagem corporal adotamos a escala de silhuetas de Kakeshita (2008). Os dados, foram apresentados e analisados mediante estatísticas paramétricas ou não-paramétricas, de acordo com suas distribuições, sendo tabulados e analisados com o pacote estatístico Statistical Package for the Social Science (SPSS), versão 13.0. Considerando que a inserção no meio universitário é um momento em que os jovens estabelecem novas relações sociais e, portanto, podem modificar seu estilo de vida e que uma das competências do profissional de Educação Física e Fisioterapia deve ser o de contribuir para a formação de um cidadão crítico e autônomo, capaz de promover mudanças de comportamento visando à adoção de hábitos saudáveis e saúde (intervenção, promoção e prevenção), o presente estudo apresenta a seguinte questão norteadora: será que estudantes universitários, sobretudo de Educação Física e Fisioterapia, estão satisfeitos com sua imagem corporal, possuem estado nutricional dentro do recomendado, adotam um estilo de vida saudável e conseqüentemente tem uma boa qualidade de vida? Assim, os dados reforçaram que o perfil de estilo de vida dos acadêmicos dos cursos de Educação Física e Fisioterapia, são semelhantes nas referências de Qualidade de Vida, estado nutricional, imagem corporal e o próprio estilo de vida, justificado pelo perfil jovem, proximidade de formação e vínculo com a saúde (características dos dois cursos), reforçando a condição apresentada pela literatura, de que Educação Física e Fisioterapia são formações homônimas de atuação e perfil profissional.