

# NÍVEL DE QUALIDADE DE VIDA EM ACADÊMICOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA DE UMA UNIVERSIDADE DO SUL DE SANTA CATARINA<sup>1</sup>

## QUALITY OF LIFE LEVEL IN PHYSICAL EDUCATION ACADEMICS AT A UNIVERSITY IN THE SOUTH OF SANTA CATARINA

Humberto Barreiros Júnior<sup>2</sup>

Marcos Paulo Huber<sup>3</sup>

### Resumo:

**Introdução:** A qualidade de vida vem influenciando diretamente na vida das pessoas, pois ela reúne todas as necessidades que as pessoas necessitam para se viver bem, sendo que a qualidade de vida do acadêmico é uma área de estudos que merece maiores investigações no Brasil.

**Objetivo:** O presente estudo tem como objetivo avaliar a qualidade de vida e verificar o nível de satisfação nos domínios físico, psicológico, social e ambiental dos acadêmicos do curso de Educação Física.

**Materiais e Métodos:** A pesquisa teve método transversal e descritivo, com 49 acadêmicos (30 do sexo masculino e 19 do sexo feminino) do município de Tubarão - SC.

O instrumento utilizado para mensurar o nível de qualidade de vida foi o questionário World Health Organization Quality of Life Instrument Bref (Whoqol - Bref).

**Resultados:** Os domínios com melhor avaliação média foram o Físico (73,17) e o das Relações Sociais (70,92); já os piores foram o Psicológico (66,90) e o Meio Ambiente (62,92). Na avaliação global, a média foi de 68,47.

**Conclusão:** Na faceta que é denominada autoavaliação da qualidade de vida ou qualidade de vida geral, os acadêmicos classificam em sua grande maioria como boa ou muito boa, obtendo uma média de 75,26. O domínio Físico foi o mais satisfatório muito relacionado ao fato de que a amostra em sua maioria ser de adultos jovens e o domínio Meio Ambiente foi que obteve um pior resultado e isso pode estar relacionado ao país em que a pesquisa foi desenvolvida, em que há uma falta de políticas públicas para atender a necessidade da população em geral.

**Palavras-chave:** Qualidade de vida; Acadêmicos, Whoqol.

---

<sup>1</sup>Artigo apresentado como requisito para a conclusão do curso de Graduação em Educação Física Bacharelado da Universidade do Sul de Santa Catarina – UNISUL, 2022.

<sup>2</sup> Acadêmico do curso de Educação Física Bacharelado da Universidade do Sul de Santa Catarina – Unisul.  
E-mail: humberto860@hotmail.com

<sup>3</sup>Mestre em Ciências da Saúde – UNISUL. Professor Horista na Universidade do Sul de Santa Catarina – UNISUL.

**Abstract:**

**Introduction:** Quality of life has been directly influencing people's lives, as it meets all the needs that people need to live well, and the academic's quality of life is an area of study that deserves further investigation in Brazil. **Objective:** The present study aims to evaluate the quality of life and verify the level of satisfaction in the physical, psychological, social and environmental domains of the students of the Physical Education course. **Materials and Methods:** The research had a transversal and descriptive method, with 49 academics (30 males and 19 females) from the city of Tubarão - SC. The instrument used to measure the level of quality of life was the World Health Organization Quality of Life Instrument Brief (Whoqol - Bref) questionnaire. **Results:** The domains with the best average rating were Physical (73.17) and Social Relations (70.92); the worst were Psychological (66.90) and Environment (62.92). In the global assessment, the average was 68.47. **Conclusion:** In the facet that is called self-assessment of quality of life or general quality of life, the vast majority of academics rate it as good or very good, obtaining an average of 75.26. The Physical domain was the most satisfactory, very much related to the fact that the sample was mostly made up of young adults and the environment domain was the one that had the worst result and this may be related to the country in which the research was developed, where there are a lack of public policies to meet the needs of the general population.

**Keywords:** Quality of life; Academics; Whoqol.

## 1 INTRODUÇÃO

O termo qualidade de vida (QV) vem sendo cada vez mais utilizado na avaliação das condições de vida urbana e para se referir à saúde, conforto e bens materiais de uma dada população. Existem muitos conceitos que podem ser adotados para defini-la, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), ela é definida 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”. A qualidade de vida é de extrema importância e deve ser estudada nos mais variados ambientes, seja para a melhoria da qualidade de vida pessoal, seja pela busca pelo maior convívio social ou maior satisfação e motivação, aumentando assim a produtividade. (Carvalho JF, 2013).

A qualidade de vida dos acadêmicos passa por uma série de fatores, que podem estar relacionadas tanto a inquietações vivenciadas na própria vida acadêmica quanto na vida pessoal. Pode estar ligado a acontecimentos referentes a problemas familiares e de saúde, dificuldades financeiras, presença de sofrimento, o desejo de conquistar independência, o aumento da responsabilidade, a ansiedade, a competitividade gerada entre os próprios acadêmicos, a quantidade de tarefas acadêmicas curriculares e extracurriculares exigidas, a falta de tempo para cumprir suas tarefas ao longo do dia, a escolha da futura profissão, acabam interferindo diretamente no bem-estar físico, psicológico, ambiental e social. (SAUPE R, et. al., 2004).

Diante disso, atualmente tem-se dado muita importância para a avaliação da qualidade de vida dos estudantes da área da saúde, devido ao nível de estresse/tensão que passam ao longo do curso, a fim de conscientizar os acadêmicos da importância da qualidade de vida e até a própria universidade para que elabore campanhas e programas de extensão no campus para a promoção da saúde em geral.

Sendo assim, o presente estudo tem como objetivo avaliar a qualidade de vida e verificar o nível de satisfação nos domínios físico, psicológico, social e ambiental dos acadêmicos do curso de Educação Física da Universidade do Sul de Santa Catarina (UNISUL), campus Tubarão.

## **2 MATERIAIS E MÉTODOS**

### **2.1 AMOSTRA**

A presente pesquisa de caráter observacional, descritiva e transversal foi realizada no município de Tubarão - SC no segundo semestre de 2022. Os sujeitos participantes do estudo são 49 acadêmicos do curso de Educação Física, destes 30 são do sexo masculino e 19 do sexo feminino, sendo que foi caracterizada por ser uma amostra de adultos jovens. Foram incluídos apenas os participantes que obedeceram aos seguintes critérios: (1) estar matriculado regularmente no curso de Educação Física; (2) ser do Campus de Tubarão – SC; (3) condição participativa voluntária no processo.

### **2.2 INSTRUMENTOS**

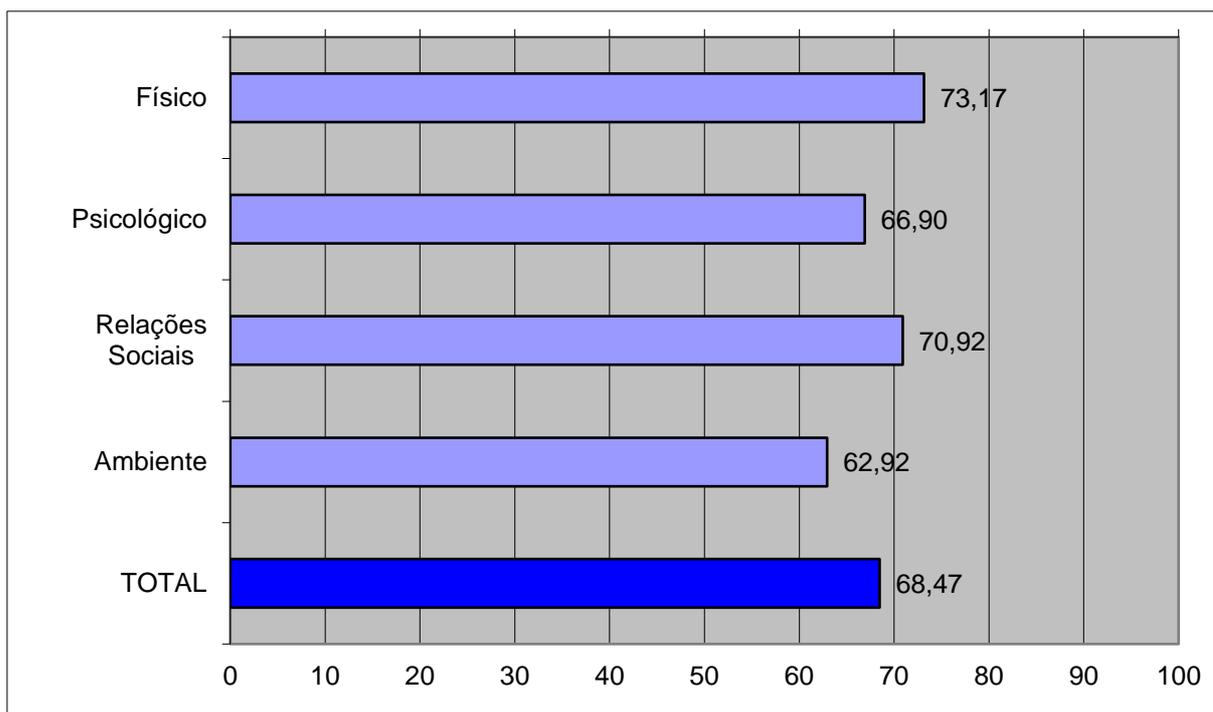
Para a avaliação da qualidade de vida, foi utilizado o instrumento proposto pela OMS para adultos, o World Health Organization Quality of Life Instrument Bref (Whoqol - Bref). Ele é composto por 26 questões relativas aos últimos 15 dias anteriores à avaliação. 2 questões referem-se à percepção individual da qualidade de vida e as demais estão subdivididas em 4 domínios, representando cada uma das 24 facetas que compõem o instrumento original (Whoqol - 100), sendo elas: (a) Domínio I - Físico: dor e desconforto, energia e fadiga, sono e repouso, mobilidade, atividades da vida cotidiana, dependência de medicação ou de tratamentos e capacidade de trabalho; (b) Domínio II - Psicológico: sentimentos positivos, pensar, aprender, memória e concentração, autoestima, imagem corporal e aparência, sentimentos negativos, espiritualidade, religião e crenças pessoais; (c) Domínio III - Relações Sociais: relações pessoais, suporte (apoio) social, atividade sexual; (d) Domínio IV - Meio Ambiente: segurança física e proteção, ambiente no lar, recursos financeiros, cuidados de saúde e sociais (disponibilidade e qualidade), oportunidade de adquirir novas informações e habilidades, participação e oportunidades de recreação e lazer, ambiente físico (poluição, ruído, trânsito, clima e transporte). Além disso foram incluídas questões de faixa etária, sexo e referente ao tipo de graduação que o acadêmico está cursando.

Vale destacar que no Whoqol - Bref, as respostas para todas as questões desta versão são obtidas através de uma escala do tipo Likert de cinco pontos, que varia de 1 a 5, além de duas questões sobre Qualidade de Vida Global calculadas em conjunto para gerar um único escore, independente dos escores dos domínios. Este escore é denominado “Qualidade de Vida Geral ou Autoavaliação da Qualidade de Vida” (MICHELONE e SANTOS, 2004). É de extrema importância salientar também que se deve inverter todas as questões cuja escala de respostas é invertida, são elas: Q3, Q4 e Q26. Por fim, as médias dos escores das questões (facetas) e domínios são convertidas em uma escala de 0 a 100, e são exibidas em um gráfico.

### **3. RESULTADOS**

Na amostra estudada (n=49), encontramos que 61,2% eram do sexo masculino e 38,8% do sexo feminino. A concentração quanto à faixa etária ficou em 73,5% entre 18 a 25 anos, 22,5% entre 26 a 35 anos, 2% entre 36 a 45 anos e 2% acima de 45 anos, caracterizando uma amostra de adultos jovens. Em relação ao curso 75,5% dos acadêmicos participantes estão fazendo bacharel e 24,5% são de licenciatura.

Tabela 1 – Médias por domínios obtidas através do questionário Whoqol-Bref



Dos 49 acadêmicos que responderam o questionário, apresentaram no domínio Físico 73,17, domínio Psicológico 66,90, domínio Relações Sociais 70,92 e domínio Meio Ambiente 62,92, totalizando um valor de 68,47.

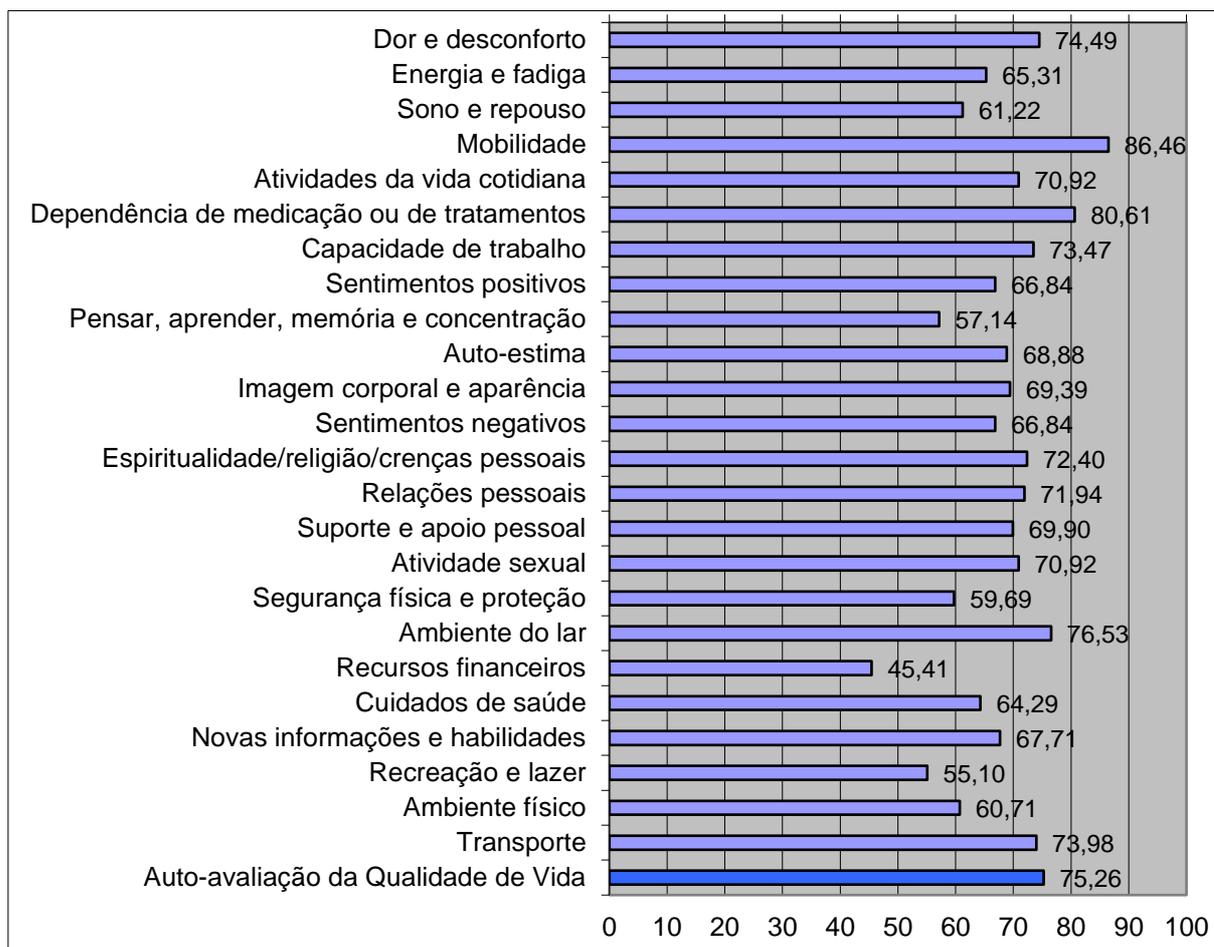
Com base nesse primeiro gráfico é possível observar que no domínio Físico os resultados foram mais satisfatórios, pois neste domínio são avaliados: dor e desconforto, fadiga, sono, atividades do cotidiano e como nossa amostra foi caracterizada por ser de adultos jovens identificamos que esses fatores nessa faixa etária não afetam a qualidade de vida pelo fato de estarem no ápice da idade aonde tudo é resolvido e solucionado com facilidade pela grande disposição física.

O domínio Relações Sociais também teve um resultado mais expressivo, porém um pouco mais baixo em relação ao domínio físico. Vale lembrar que no domínio social entram fatores como: relações pessoais, suporte (apoio) social, atividade sexual. Portanto podemos observar que nessa questão os familiares, amigos, parentes, conhecidos e os cônjuges em sua maior parte tem feito uma função de extrema importância na qualidade de vida dos acadêmicos participantes. É a partir dessas relações que podem acontecer grandes influências para que eles tomem escolhas decisivas para o seu futuro.

Os domínios Meio Ambiente e Psicológico encontraram-se mais prejudicados na pesquisa em relação aos outros, possivelmente em decorrência das dificuldades enfrentadas

durante a graduação. Sobre o domínio Meio Ambiente, assim como na maioria dos resultados com o Whoqol-Bref em países subdesenvolvidos, é normal obter um resultado ruim, pois nele engloba fatores cruciais para uma boa qualidade de vida como; segurança física e proteção, ambiente no lar, recursos financeiros, cuidados de saúde e sociais: disponibilidade e qualidade, oportunidade de adquirir novas informações e habilidades, oportunidades de recreação/lazer, ambiente físico: poluição, ruído, trânsito, clima e transporte.

Tabela 2 – Médias por facetas obtidas através do questionário Whoqol-Bref



A última faceta do gráfico, denominada autoavaliação da qualidade de vida ou qualidade de vida geral, é referente as duas primeiras questões do questionário Whoqol-Bref, na primeira questão é questionado ao acadêmico como ele avalia a sua qualidade de vida e na segunda questão é questionado sobre o quão satisfeito ele está com a sua saúde. As duas são calculadas em conjunto para gerar um único score, independente dos scores dos domínios e como podemos ver teve um resultado satisfatório com uma média de (75,26).

Ao observarmos o gráfico, que se trata das médias de todas as facetas presentes no questionário, logo já podemos perceber que apesar de o domínio Físico se apresentar como o mais satisfatório, a faceta sono e repouso apresenta um valor bem abaixo da média do domínio, fato que pode ser explicado de múltiplas formas, como a carga horária extenuante, a multiplicidade de atividades tanto no trabalho como no estudo somada as atividades da vida diária, a falta de organização do tempo, a ansiedade, entre outros. Também como consequência desses fatores, podemos observar que a faceta energia e fadiga acompanhou e teve um resultado abaixo da média do domínio.

Ainda observando as facetas que pertencem ao domínio Físico podemos destacar a capacidade do acadêmico de se locomover (mobilidade) com uma média de (86,46), a dependência de medicação ou de tratamentos ficando em segundo lugar com (80,61) e a faceta dor e desconforto que também foi satisfatória ficando um pouco acima da média do domínio também com uma média de (74,49), esses bons resultados se devem principalmente a amostra ser composta em sua maioria por adultos jovens e que possuem poucos problemas de saúde.

Podemos observar que o pior resultado do gráfico é a faceta recursos financeiros com média de (45,41), seguido pela faceta recreação e lazer com média de (55,10), isso está relacionado às características dos acadêmicos pesquisados, pois em sua maioria se trata de estudantes-trabalhadores, e portanto, sugere-se que novos estudos sejam feitos comparando-os com populações de outros turnos e condição socioeconômica.

#### **4. DISCUSSÃO**

Como principais achados deste estudo, tem-se a média do score da qualidade de vida geral dos acadêmicos de Educação Física participantes, de 75,26 e melhor qualidade de vida observada nos domínios Físico e Relações Sociais e pior no domínio Meio Ambiente.

Em relação a classificação dos domínios o resultado é igual a uma pesquisa realizada por Guanis de Barros Vilela et al. (2007), em que participaram 85 acadêmicos do curso de Educação Física (46 do sexo masculino e 39 do sexo feminino) do município de Ponta Grossa – PR. Neste estudo, de uma forma geral, os resultados foram satisfatórios, o domínio Físico teve média de (77,2), seguido pelo domínio Relações Sociais (73,9) e pelo domínio Psicológico (72,0); o pior desempenho ficou por conta do domínio Meio Ambiente (61,0).

Ainda referente ao curso de Educação Física, Claumann et al. (2017), analisaram a qualidade de vida de acadêmicos ingressantes no curso. Participaram do estudo 198 acadêmicos (Bacharelado= 104 e Licenciatura= 94), com média de idade de 20,6 (4,6) anos. Assim como

no presente estudo, a classificação da média de domínios ficou semelhante, sendo que os melhores desempenhos foram o domínio Físico e as Relações sociais, ambos com uma média de (72,7); já os piores desempenhos ficaram por conta do domínio psicológico (69,8) e domínio Meio Ambiente (64,1).

Fazendo uma comparação com acadêmicos de outros cursos da área da saúde, também foi possível encontrar um resultado semelhante. Verificou-se a mesma classificação dos domínios em uma pesquisa sobre a qualidade de vida de acadêmicos no cursos de graduação em Ciências Farmacêuticas da Universidade de Brasília, em que as médias alcançadas para os domínios Físico (65,79) e Relações Sociais (65,25) foram superiores às médias dos domínios Psicológico (61,32) e Meio Ambiente (61,62).

Ionara Holanda et al. (2016), realizaram uma pesquisa com 206 acadêmicos devidamente matriculados no curso de bacharelado em Enfermagem no município de Picos - PI e comparando com o presente estudo tiveram alguns pontos importantes a se destacar. A diferença foi que a sua maior média foi nas Relações Sociais (74,3), seguido pelo domínio Físico (69,4); já os piores domínios tiveram a mesma colocação que do presente estudo, Psicológico (68,5) e o Meio Ambiente (54,2).

Fato que também pode ser observado em estudo realizado por Saupe et al., onde avaliaram a qualidade de vida de 825 estudantes em seis cursos de Enfermagem da Região Sul do Brasil, o maior escore médio foi atribuído ao domínio Relações Sociais (70), e o menor escore médio para o domínio Meio Ambiente (55).

Leite et al. (2011), avaliaram a qualidade de vida e condições de saúde de 181 acadêmicos de Nutrição de uma Instituição de Ensino Superior privada no estado de Santa Catarina. Neste estudo também foi constatado que o domínio das Relações Sociais apresentou o maior escore médio (74,4), seguido pelo domínio Físico (71,7); já os piores domínios tiveram a mesma colocação que do presente estudo, Psicológico (67,7) e o Meio Ambiente (67,6).

Ecave et al. (2009), avaliaram a qualidade de vida de um grupo de acadêmicos da Universidade Estadual de Ponta Grossa (na qual o curso não foi especificado), onde a amostra foi composta por 30 acadêmicos sendo de ambos os sexos entre 18 e 25 anos, que assim como o presente estudo também caracterizou-se por ser uma amostra de adultos jovens. Nesse estudo eles perceberam que o domínio Psicológico foi quem obteve maior escore e mais uma vez o domínio Meio Ambiente esteve classificado como o de menor escore.

Cieslak et al. (2008), realizaram um estudo na cidade de Curitiba – PR, onde participaram do estudo 178 acadêmicos de uma instituição pública, selecionados de forma não aleatória (por conveniência), sendo 83 do sexo masculino, com idade média de  $23,6 \pm 6,5$  anos,

e 95 do sexo feminino, com idade média de  $21,8 \pm 3,1$  anos. Nesse estudo os estudantes avaliados pertenciam aos cursos de administração, biologia, economia, engenharias, enfermagem, farmácia e odontologia. Houve uma distinção entre o sexo masculino e o feminino e ambos os gêneros obtiveram os maiores valores para o domínio Físico, já o domínio Meio Ambiente foi o que apresentou as menores médias para os dois sexos também.

Como podemos constatar, em todos os estudos citados a tendência de escores baixos obtidos no campo Meio Ambiente é alarmante, pois há uma estreita relação com a falta de investimento em políticas públicas. Ou seja, existem elementos que não podem ser controlados individualmente, necessitando de assistência governamental. Algumas universidades estruturalmente precárias, sistema de transportes ineficientes, dificuldades financeiras, clima de violência e insegurança que os jovens vivenciam em sociedade configuram fatores que prejudicam o desenvolvimento acadêmico dos acadêmicos, podemos influenciar de forma negativa na qualidade de vida desses indivíduos.

## **6. CONCLUSÃO**

Em vários estudos pode se notar que a qualidade de vida vem influenciando diretamente na vida das pessoas, pois ela reúne todas as necessidades que as pessoas necessitam para se viver bem. Em especial, a qualidade de vida do acadêmico é uma área de estudos que merece maiores investigações no Brasil, sobretudo porque as políticas públicas têm favorecido o acesso de populações cada vez maiores e mais heterogêneas, portanto é necessário um maior preparo para atender a toda essa demanda.

Na faceta que é denominada autoavaliação da qualidade de vida ou qualidade de vida geral, os acadêmicos classificam em sua grande maioria como boa ou muito boa, obtendo uma média de 75,26. Apesar disso, podemos observar que o domínio meio ambiente foi o fator que apresentou o pior resultado da pesquisa, pois ele engloba todas as necessidades que dependem das autoridades para que seja melhorado e aplicado para a sociedade. Ficando ainda mais evidente que enquanto as políticas públicas não derem a devida assistência e atenção para fatores como saúde, educação, saneamento básico, segurança e lazer para a sociedade continuaremos futuramente classificados como país subdesenvolvido, não basta apenas assistências paliativas para todos os fatores citados, mas sim ações que consigam desenvolver uma qualidade de vida expressiva para a sociedade.

Um outro fato que considero de extrema importância e que ficou evidente durante esse processo de colheita de dados foi que a falta de um nível satisfatório de qualidade de vida pode

impactar negativamente a saúde mental dos acadêmicos, além de gerar dificuldades no processo de ensino aprendizagem, levando o acadêmico ao desânimo ou até ao abandono/evasão do curso. Devido a isso acredito que seja de extrema importância que a universidade ofereça e incentive atividades de lazer a fim de contribuir com a qualidade de vida, fazendo uma grande divulgação do Núcleo Pedagógico para ajudar cada vez mais os acadêmicos com essas questões durante o processo de graduação e assim possa melhorar todos os domínios levantados por esse estudo.

## **6. REFERÊNCIAS**

ALFREDO, Patrícia Pereira; BIONDI, Juliana Carneiro Leão; MANNA, Vânia. Avaliação da qualidade de vida e estresse em acadêmicos do curso de Fisioterapia. **J Health Sci Inst**, v. 34, n. 4, p. 224-30, 2016.

BARRETO, Amanda Santos Meneses et al. Análise da qualidade de vida em acadêmicos de medicina em universidade particular de Sergipe por meio do WHOQOL-bref: uma abordagem sociodemográfica. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 13, p. e191101321086-e191101321086, 2021.

CIESLAK, Fabrício et al. Análise da qualidade de vida e do nível de atividade física em universitários. **Revista da Educação Física/UEM**, v. 23, p. 251-260, 2012.

CLAUMANN, Gaia Salvador et al. Qualidade de vida em acadêmicos ingressantes em cursos de educação física. **Journal of Physical Education**, v. 28, 2017.

COSTA, Pollyana Helena Vieira; DA SILVA, Fernanda Souza; MACHADO, Carla Jorge. Nível de atividade física e qualidade de vida dos estudantes de fisioterapia da FCM-MG. **Revista Interdisciplinar Ciências Médicas**, v. 2, n. 1, p. 46-53, 2018.

COTTA, Eline Mascarenhas et al. Avaliação da qualidade de vida de estudantes de enfermagem segundo o Whoqol-Bref. **Rev. enferm. UFPE on line**, p. 11-17, 2009.

ECAVE, Caroline et al. Nível de qualidade de vida de universitários. **Revista CPAQV-Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida-ISSN**, v. 1, n. 1, p. 2009, 2009.

GONÇALVES, Marcouse Santana; SERAFIM, Gisella Maria Lustoza. Análise da qualidade de vida dos discentes do curso de graduação em Fisioterapia da Universidade Estadual do Piauí, através do WHOQOL-BREF. **Fisioterapia Brasil**, v. 15, n. 1, p. 10-15, 2014.

JUNIOR, Guanis de Barros Vilela et al. Relação do nível de qualidade de vida e atividade física em acadêmicos de educação física. **Fitness & Performance Journal**, v. 6, n. 6, p. 357-361, 2007.

LEITE, Ana Caroline Branco et al. Qualidade de vida e condições de saúde de acadêmicos de nutrição. **Espaço para a Saúde**, v. 13, n. 1, p. 82-90, 2011.

MATSUDO, Sandra Mahecha; MATSUDO, Victor Keihan Rodrigues; BARROS NETO, Turíbio Leite. Atividade física e envelhecimento: aspectos epidemiológicos. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 7, p. 2-13, 2001.

MENDES-NETTO, Raquel Simões et al. Nível de atividade física e qualidade de vida de estudantes universitários da área de saúde. **Revista de Atenção à Saúde**, v. 10, n. 34, 2012.  
CATUNDA, Maria AP; RUIZ, Valdete M. Qualidade de vida de universitários. **Pensamento plural**, v. 2, n. 1, p. 22-31, 2008.

MOURA, Ionara Holanda de et al. Qualidade de vida de estudantes de graduação em enfermagem. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 37, 2016.

Padilha LA, Ribas CJ, Ecave, C, Menarim D, Cellarius PF, Junior, GBV. Qualidade de vida dos alunos das escolas públicas. *Revista CPAQV - Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida* 2009;1(2):1-5.

PIRES, Cláudia Geovana da Silva et al. Prática de atividade física entre estudantes de graduação em enfermagem. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 26, p. 436-443, 2013.

SALES, Gabriela Prando; FERREIRA, Thatiana Fiorentini. Aplicação do questionário "Whoqol-Bref" para avaliação da qualidade de vida nos participantes do projeto de promoção

em saúde corra pela vida de São Roque do Canaã/ES. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício (RBPFE)**, v. 5, n. 28, p. 9, 2011.

Saupe R, Nietche EA, Cestari ME, Giorgi MD, Krahl M. Qualidade de vida dos acadêmicos de enfermagem. *Rev Latino-Am Enfermagem*. 2004;12(4):636-42