Resumo expandido

IMPACTO DA PANDEMIA DA COVID 19 NO ESTILO DE VIDA DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS- COMPARAÇÃO DO ESTILO DE VIDA DOS ULTIMOS DEZ ANOS

Luana Isabeli Novaes da Silva [1,2]
Sérgio Roberto Adriano Prati [1,2]

[1]Universidade Estadual do Paraná – Unespar, Campus de Paranavaí, Paraná, Brasil; [2]Grupo de Pesquisa PAFIDH – Apoio Fundação Araucária[1], Paraná, Brasil

RESUMO

A pandemia da COVID19 causou graves problemas à saúde geral das populações mundiais. Mudanças drásticas no modo de viver determinaram consequências até hoje não estimadas em diferentes populações, dentre elas os estudantes. A perda do convívio social, a adoção de aulas remotas, associadas ao receio de se contrair o vírus contribuíram para elevar outros riscos à vida. O objetivo deste trabalho é verificar a evolução do estilo de vida de universitários de uma instituição de ensino superior ao longo de dez anos, sendo culminado com o ano da pandemia da COVID19. Serão estudados o banco de dados acumulado durante um período de quatro (2011, 2016, 2019 e 2021). Todos responderam ao questionário padronizado Estilo de Vida Fantástico (Anez; Reis; Petroski, 2008) e dados serão analisados a partir da estatística descritiva com valores em médias, desvio padrão e percentual de casos.Os resultados mostram que com a pandemia houve uma piora no estilo de vida

Palavras-chave: Comportamento de risco[1]. Estudantes[2]. Saúde geral[3]. Estudo transversal[4].

1. INTRODUÇÃO

O estilo de vida(EV) compreende a maneira na qual as pessoas interagem com o mundo em que vivem, sendo que as formas podem ser consideradas mais seguras e saudáveis quando o estilo de vida é positivo, contudo, do contrário, pode contribuir para elevar riscos de acidentes, doenças e instabilidades no meio social em que as pessoas se relacionam (Prati; Porto; Ferreira, 2020). Na sociedade contemporânea, as transformações econômicas, sociais e tecnológicas têm levado as pessoas muitas vezes a ter maior facilidade no cotidiano, como o uso de smartphones, computadores, serviços e compras via internet, entre outras situações que facilitam a vida, mas, por outro lado, essas condições podem comprometer as condições físicas do indivíduo. Isso se deve, pois essas mesmas condições de facilitações favorecem com que as pessoas tenham diminuição de acesso às condições mais básicas de vida, a diminuição de

emprego, favorecimento do trabalho informal, e, no meio educacional restringe muito o acesso a informação de qualidade e científica quando nem todas as pessoas conseguem usufruir da tecnologia disponibilizada (Göttems; Mollo, 2020; carvalho et al., 2021).

Já faz várias décadas que os órgãos de saúde mundiais e nacionais tem indicado que casos de doenças possivelmente evitáveis como obesidade, diabetes, hipertensão e cardiopatias têm sido as maiores causas de mortes e morbidades na sociedade, em parte, devido às facilitações tecnológicas, hábitos de vida mais sedentários, má alimentação, assim como condições de estresse elevado e uso de tabaco, álcool e drogas pelas pessoas (Abbade, 2021; Verly Junior et al., 2021.). No meio universitário, o jovem que sai de um ambiente mais controlado no ensino médio passa a ter aparente maior liberdade quando acessa o ensino superior, assim, pode, para se integrar ao novo meio social ficar suscetível a riscos que essa vida adulta oportuniza. Desse modo, aliado aos atributos da vida acadêmica, de caráter muito mais autônomo, mudanças na rotina como hábitos alimentares, compromissos de estágios relacionados às áreas de estudo e atuação e adoção de vida social mais agitada, certas vezes regada ao uso de substâncias nocivas (bebidas alcoólicas, tabaco, drogas), podem levar o estudante universitário a modificar seu estilo de vida expondo a maior risco de doenças físicas, sociais e mentais (Çetinkaya; Sert, 2021; Rodrigues et al., 2021. Coutinho; Mota; Silva, 2022).

Nos anos de 2020 e 2021, principalmente, em todo o mundo, a pandemia da COVID19 atingiu diretamente a forma de vida das pessoas. Para evitar riscos de contágio, disseminação do vírus, adoecimento e óbitos, as pessoas passaram a ter muito mais cuidado em se relacionar pessoalmente uns com os outros, além de passar a adotar formas de higiene mais rigorosas (Malta et al., 2021). E isso também atingiu fortemente a vida dos estudantes em todos os níveis de ensino. Aulas remotas, com limitações para alguns em assistir aulas via telefones celulares ou computadores (Gomes et al. 2020), dificuldades financeiras devido ao fechamento e restrições de uso de serviços e ambientes de uso comum dentro e fora das instituições de ensino e obviamente as restrições nas atividades físicas que algumas vezes podem ter contribuído para elevação no número de casos de sedentários, obesos e doenças relacionadas à hipocinesia humana.

Considerando que ao longo dos anos já havia indicativos de que o estilo de vida das pessoas vinha se modificando e contribuindo para elevar maiores riscos à saúde geral das populações, durante a pandemia da COVID19 as condições necessárias naquele momento podem também ter contribuído para elevação nos riscos. Assim, essa pesquisa buscou verificar de forma transversal a tendência do estilo de vida em universitários e o impacto que a pandemia

da COVID19 teve nessas características nos estudantes de uma mesma instituição de ensino superior.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

A pesquisa é descritiva, exploratória e de corte transversal na qual identifica o perfil de características de uma população em um tema ainda pouco explorado e estratificado em diferentes momentos de análise (Thomas; Nelson; Silveman, 2012). A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de ética em pesquisa da Universidade Estadual do Paraná (CAAE 44914221.9.0000.9247, Parecer nº. 4.640.672). A população foi composta por todos os estudantes universitários matriculados em um campus da cidade de Paranavaí, de uma universidade pública, em quatro momentos diferentes, sendo o primeiro em 2011, o segundo em 2016, o terceiro em 2019 e o quarto momento durante a pandemia da COVID19, no ano de 2021. A amostra envolveu todos os alunos que responderam ao questionário aplicado durante a execução de pesquisas docentes ao longo dos anos citados na universidade, sendo que o banco de dados para análise da tendência do estilo de vida pertence ao próprio Grupo de pesquisa que propôs esse trabalho. Neste trabalho constam resultados correspondentes a 1287 (72% da população) estudantes de 2011, 1405 (70% da população) de 2016, 286 (20% da população) do ano de 2019 e 218 (20% da população frequente na pandemia) referentes ao ano da pandemia de 2021.

Todos os universitários componentes na amostra deste estudo responderam ao questionário padronizado Estilo de Vida Fantástico (EVF), validado para população brasileira por Añez, Reis e Petroski (2008) que compreende 25 questões, sendo 23 em escala likert com valores de 0 a 4 pontos e duas dicotômicas com valores de 0 e 4 pontos. O questionário apresenta a possibilidade de atingir de 0 até 100 pontos, na qual quanto mais alto o escore mais saudável e seguro é o estilo de vida. O instrumento contempla nove dimensões do estilo de vida, sendo Família e Amigos (FA), Atividade física (AF), Nutrição (N), Tabaco/Drogas (TD). Álcool (A), Segurança geral e estresse (SS), Tipo de comportamento (T), Introspecção (I) e Carreira (C). A coleta de dados foi realizada presencialmente em sala de aula com todos alunos presentes que se propuseram a responder ao questionário nos anos de 2011, 2016 e 2019. Duas importantes especificidades foram consideradas em dois momentos da coleta de dados. A primeira ocorreu no ano de 2019, na qual no lugar de se tentar que toda população de estudantes respondessem ao questionário em sala de aula como em 2011 e 2016, optou-se por definir uma amostragem da população que correspondeu a 20% do total (n=286 universitários) de matriculados em diferentes cursos da faculdade naquele ano. A outra condição especial ocorreu no ano da

pandemia de 2021, na qual em decorrência das condições sanitárias de isolamento social e aulas remotas a busca pelos estudantes para participar da pesquisa ocorreu via meios eletrônicos como e-mails, whatsapp e plataforma digital de comunicação com os estudantes. Considerando o total de matriculados no início do ano letivo de 2021, responderam ao questionário 218 estudantes (cerca de 20% dos matriculados e frequentadores regulares das aulas remotas).

Para melhor analisar as informações coletadas, quando observadas as dimensões do EV, os escores foram dicotomizados, sendo que valores de resposta 0, 1 e 2 foram considerados como "inadequados" (EV menos seguro e menos saudável) e respostas 3 e 4 como "adequadas" (EV mais seguro e mais saudável).

Os dados foram analisados a partir da estatística descritiva com valores em forma de média, desvio padrão e valores em percentual de casos estratificados em EV adequado (mais seguro e saudável) e inadequado (menos seguro e saudável). O teste estatístico paramétrico Análise de Variância (ANOVA) e o teste *post hoc Tukey* foram usados para comparação dos escores do estilo de vida ao longo dos anos e o nível de confiança adotado foi de 95%.

3. DISCUSSÕES

Tabela 01 – Comparação do Estilo de vida e dimensões ao longo dos anos em universitários de uma universidade pública. Análise de variância (ANOVA) com valores em média e nível de confiança de 95%* # :

Dimensão (critério seguro)	**2011** n=1287	**2016** n=1405	**2019** n=286	**2021** n=218
Estilo de Vida Geral (≥70pts.)	68,0 (±10,4)*	65,4 (±10,6)*#	64,2 (±11,4)*#	60,7 (±6,2)*#
Família e Amigos (≥6pts.)	6,4*	6,5*	6,3*	4,3*
Atividade Física (≥6pts.)	2,9	2,8*	2,9	3,2*
Nutrição (≥9pts.)	6,4#	5,9#	5,6*	6,3*
Tabaco e Drogas (≥13pts.)	14,0*#	13,8*	13,6*#	10,2*
Álcool (≥10pts.)	10,0	10,1	10,2	9,7
Segurança, Estresse (≥15pts.)	13,5*	13,1*	12,7*	13,4
Tipo de Comportamento (≥6pts.)	4,1*	3,9*	3,6*	4,0

Introspecção (≥9pts.)	7,6*#	7,3*#	6,5*	6,6*#
Carreira (≥3pts.)	2,6*	2,7*	2,3*	2,6*

Legenda: n – número de universitários participantes nos respectivos anos de análise;*#Quando P≤0,05

A tabela 01 mostra que o estilo de vida (EV) dos universitários foi diferente significativamente (P<0,01) ao longo dos anos, sendo que no período da pandemia da COVID19, em média se apresentou com menor escore (2021=60,7±6,2pts.) indicando um impacto negativo da pandemia na forma de vida dos universitários dessa instituição universitária. Importante identificar que estatisticamente pode-se observar que de duas formas o EV dos universitários foi impactado ao longo dos anos. Como já apresentado, durante a pandemia o EV foi menos seguro e saudável do que o EV dos universitários dos anos de 2011 (68,0±10,4pts.), 2016 (65,4±10,6pts.) e 2019 (64,2±11,4pts.), por outro lado também foi identificado que o EV dos universitários do início da década de 2010 eram também estatisticamente melhores (P=0,0008) do que o EV dos estudantes em todos os outros períodos estudados.

De outra maneira de observar os resultados quanto ao estilo de vida geral na tabela 01, considerando o critério estabelecido para identificar a condição mais segura e saudável do estilo de vida, na qual valores menores que 70pontos são considerados menos seguros e saudáveis, observou-se que em todos os períodos analisados o EV geral médio dos universitários é de maior risco, sendo o período progressiva piora do estado de EV com o passar dos anos (2011=68,0±10,4pts.; 2016=65,4±10,6pts.; 2019=64,2±11,4pts.; 2021=60,7±6,2pts.).

Segundo Çetinkaya e Sert, (2021) os alunos evidenciaram forma de agir menos responsáveis em relação à atividade física, responsabilidade à saúde e hábitos nutricionais.

Brito, Gordia, Quadros (2016), relataram em seu estudo que a “atividade física” e a “nutrição” estiveram entre os domínios com maior proporção de indivíduos pouco saudáveis em ambas as avaliações.

Neste sentido Coutinho e outros (2022), em sua investigação ressaltaram elementos pertinentes à saúde mental de estudantes universitários relacionados a coronavírus e aos tempos pandêmicos, perceberam uma probabilidade do agravamento da saúde mental, (ocasionado pelas medidas preventivas, como o distanciamento físico), também pelo medo do contágio pelo vírus, causar o óbito.

Souza e Prati (2021), expõe que o ingresso no ensino superior ocasiona em inúmeras alterações e com elas surgem as vulnerabilidades e as condutas de riscos dos acadêmicos.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

De forma transversal, ao longo de uma década e acompanhamento o estilo de vida de universitários de uma mesma instituição de ensino, o estilo de vida apresentou-se de forma decrescente, sendo pioradas as condições gerais ao longo dos anos e culminando com os índices mais preocupantes no ano da pandemia da Covid19. Percebeu-se também que no ano de 2011, início desse processo o estilo de vida geral era significativamente melhor do que em todos os outros momentos analisados.

REFERÊNCIAS

ABBADE, E. B. Evolução da obesidade e doenças crônicas não transmissíveis nas populações das capitais do Brasil entre 2006 e 2018. **Medicina (Ribeirão Preto)**, v. 54, n. 1, p. e171413- e171413, 2021.

AÑEZ, C. R. R; REIS, R. S; PETROSKI, E. L. Versão Brasileira do Questionário "Estilo de Vida Fantástico": Tradução e Validação para Adultos Jovens. **Arquivo Brasileiro de Cardiologia**. 91(2). 102-109, 2008.

BAPTISTA, C.; MATOS, H. F.; VIEIRA, L. K. L. COVID-19 e saúde mental: fatores associados à depressão, ansiedade e estresse em uma comunidade universitária. **Psico**, v. 53, n. 1, p. e41359-e41359, 2022.

BARRETTO, B. P.; MAURÍCIO, A. F. Isolamento social, ensino à distância e seus impactos no estudante universitário durante a pandemia de Covid-19. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 5, n. 2, p. 4506-4524, 2022.

BITENCOURT, M. F.; DA SILVA OLIVEIRA, N. S.; GOMES, S. E. R. O DIVÓRCIO NO BRASIL DURANTE O PERÍODO DA PANDEMIA DA COVID-19: UMA REVISÃO DO IMPACTO DO ISOLAMENTO SOCIAL NAS RELAÇÕES CONJUGAIS. **Revista IberoAmericana de Humanidades**, Ciências e Educação, v. 10, n. 5, p. 1932-1942, 2024.

BRITO, B. J. Q; GORDIA, A. P.; QUADROS, T. M. B. Estilo de vida de estudantes universitários: estudo de acompanhamento durante os dois primeiros anos do curso de graduação. **Medicina (Ribeirão Preto)**: 49(4):293-302, 2016.

ÇETINKAYA, S.; SERT, H. Comportamentos de estilo de vida saudável de estudantes universitários e fatores relacionados. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 34, 2021.

COUTINHO, H.; MOTA, D.; SILVA, Y. Saúde mental e estilo de vida em estudantes universitários durante a pandemia de covid-19 no Brasil. **CADERNOS DE PSICOLOGIA**, v. 3, n. 6, 2022.

COUTINHO, M. da P. de L. et al. Pandemia por Covid-19 e Saúde Mental de Estudantes Universitários: Uma Compreensão Psicossociológica. **Revista de Psicologia da IMED**, Passo Fundo, v. 14, n. 2, p. 1-17, dez., 2022.

DE CARVALHO, S. P. da S. et al. Determinantes socioeconômicos do diabetes mellitus em um contexto de desigualdades no nordeste brasileiro. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 13, n. 5, p. e6863-e6863, 2021.

GOMES, V. T. S. et al. A pandemia da covid-19: repercussões do ensino remoto na formação médica**. Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 44, n. 4, 2020.

GÖTTEMS, L. B. D.; MOLLO, M. de L. R. Neoliberalismo na América Latina: efeitos nas reformas dos sistemas de saúde. **Revista de Saúde Pública**, v. 54, 2020.

LUNA, A. A.; MOLARI, M.; PRIMO, S. H.; BISPO, N. N. C.; OSSADA, V. A. Y.; COSTA, V. S. P. Caracterização do estilo de vida de universitários do ensino superior a distância. **Journal of Health Sciences**, 20(1), 2018.

MALTA, D. C. et al. Uso dos serviços de saúde e adesão ao distanciamento social por adultos com doenças crônicas na pandemia de COVID-19, Brasil, 2020. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, p. 2833-2842, 2021.

PRATI, S. R. A.; PORTO, W. J.; FERREIRA, L. Estilo de vida de universitários: uma investigação sobre hábitos alimentares, atividade física e estresse. **BIOMOTRIZ**, v. 14, n. 2, p. 69-78, 2020.

RODRIGUES, R. M. et al. Evolução dos alimentos mais consumidos no Brasil entre 2008-2009 e 2017-2018. **Revista de Saúde Pública**, v. 55, 2021.

SOUZA, T. R.; PRATI, S. R A. Análise sobre o estilo de vida e comportamentos de risco dos universitários de Educação Física. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 4., 2021.

THOMAS, J; NELSON, J.; SILVERMAN, S. J. **Métodos de pesquisa em atividade física e saúde**. 6ª ed. São Paulo: Artmed Editora, 2012.

VERLY JUNIOR, E. et al. Evolução da ingestão de energia e nutrientes no Brasil entre 2008–2009 e 2017–2018. **Revista de Saúde Pública**, v. 55, 2021.