Resumo expandido

USO DE SUBSTÂNCIAS NOCIVAS COMO TABACO E DROGAS SE ELEVA NO ESTILO DE VIDA DE UNIVERSITÁRIOS DURANTE A PANDEMIA

Maria Isadora Bonfim Neves[1,2,3]

Sérgio Roberto Adriano Prati[1,2]

[1]Universidade Estadual do Paraná – Unespar, Campus de Paranavaí; [2]Grupo de Pesquisa PAFiDH; [3]Apoio Fundação Araucária, Paraná, Brasil

RESUMO

O objetivo do trabalho foi verificar e comparar as características do estilo de vida (EV) de estudantes universitários em momentos com e sem pandemia, mais especificamente aos hábitos de uso de tabaco, drogas, álcool e hábitos de segurança/estresse/sono. Foram investigados universitários em dois momentos, sendo em 2019 (n=286) e 2021 (n=2018). Todos responderam ao questionário Estilo de Vida Fantástico com 25 questões sendo subdivididos em nove dimensões. Dentre elas estão as dimensões relacionadas ao uso de tabaco/drogas (TD), álcool (AL), segurança, estresse e sono (SS), foco desta pesquisa. Respostas são em escala *likert* de 0 a 4 pontos, mais alta a resposta, mais saudável e seguro é o EV. Resultados apontaram que o EV geral não se alterou nos períodos, contudo ao se observar comportamentos relacionados ao uso de tabaco/drogas e álcool, na pandemia houve maior prevalência de usuários dessas substâncias, sendo o feminino mais preocupante. Quanto à segurança, estresse e sono observou-se que na pandemia os universitários tendem a comportamento mais seguro. Sabe-se que não há níveis seguros de uso de substâncias nocivas (AL e TD), todavia na pandemia o uso dessas substâncias foi elevado. Por outro lado, observa-se melhora nos aspectos segurança, estresse e sono nos universitários.

Palavras-chave: Coronavírus[1]; Estudantes[2]; Modo de vida[3]; Substâncias nocivas[4].

1. INTRODUÇÃO

Os anos de 2020 e 2021 transformaram as formas com que as pessoas predominantemente agiam no mundo. A pandemia da COVID19 promoveu inúmeras, e muitas vezes dramáticas mudanças no modo de vida das populações. Isolamento social, cuidados melhorados com a higiene pessoal, uso de máscaras de proteção, bem como adoção de novas

formas de se relacionar com as pessoas, inclusive com familiares, amigos, colegas e em relação a outras pessoas em seu meio social determinaram em diferentes momentos nesses dois anos como as pessoas deveriam agir em proteção à disseminação da coronavírus. Além disso, também foram modificadas as formas de agir dos estudantes e professores da escola e da universidade (Haleem; Javaid; Vaishya, 2020).

A vida universitária acarreta uma drástica mudança na vida da maioria dos jovens, pois adolescentes saem de um ambiente escolar do ensino médio mais controlado, de certa forma com mais cuidado, para um ambiente mais autônomo e muitas vezes com moradias fora do convívio familiar, junto ao momento da pandemia, essas mudanças tiveram acentuadas ocorrências transformando assim o modo de viver dessas pessoas (Malta et al., 2020).

Hábitos como o uso de álcool e tabaco, substâncias nocivas ao organismo humano, contudo proibidas ao uso e aquisição por parte de menores de dezoito anos no Brasil, são mais facilmente acessadas em momentos da vida universitária. Além dessas substâncias, em algumas vezes pode-se ter acesso e uso de forma restrita ou contínua (no caso do vício) de drogas, entorpecentes, narcóticos, estimulantes, enfim, substâncias psicoativas que contribuem para agravamento e comprometimento da saúde física e mental, bem como para a perturbação social e emocional dos usuários diretamente e de pessoas que se relacionam de forma indireta (Fonseca; Prati, 2021).

Na pandemia, em decorrência da vida social das pessoas, e em especial dos jovens universitários terem sofrido um comprometimento nas formas de se relacionar, o uso de abuso de substâncias nocivas pode ter sido mais evidenciado. Nesse sentido, elevando riscos à saúde e segurança dessa população, aumentando condições de estresse e promovendo situações de fadiga, perda do sono e transtornos psíquicos e sociais, comprometendo de certa forma também a saúde mental dos estudantes (Prati; Porto; Ferreira, 2020; Esteves et al., 2021).

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). Esse trabalho foi aprovado 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 de um campus da cidade de Paranavaí-PR em dois momentos diferentes, sendo o primeiro em 2019 (sem pandemia) e o segundo de 2021 durante a pandemia da COVID19. A amostra compreendeu 286 estudantes no primeiro momento de diagnóstico e 218 durante o ano da pandemia. Todos 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 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, estresse e sono (SS), Tipo de comportamento (T), Introspeção (I) e Carreira (C). Para esse estudo foram utilizados como referência a saúde mental aspectos relativos ao uso de Tabaco e Drogas (TD), uso de Álcool (A) e situações de Segurança, Estresse e Sono (SS), além de variáveis independentes como sexo e ano de curso. No ano de 2019 os dados foram coletados presencialmente em sala de aula, já no ano da pandemia as respostas foram dadas por meio da plataforma eletrônica *Google forms*. Como critério de análise dos dados coletados foram utilizados o valor total do estilo de vida de cada participante compreendendo de 0 a 100 pontos, e, em um segundo momento foram dicotomizados os resultados a partir de um critério na qual observar-se-á os estados de estilo de vida mais seguros e saudáveis (respostas 3 e 4 de cada questão) e dos menos seguros e saudáveis (respostas 0, 1 e 2 de cada questão) nas dimensões do estilo de vida relativas a Tabaco e Drogas (TD), Álcool (A) e Segurança, Estresse e Sono (SS). Os testes estatísticos paramétrico (teste "t") e não paramétrico (Qui-quadrado) foram usados para análises estatísticas com nível de confiança de 95%.

3. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Tabela 01 – EV dos universitários e estratificado por sexo. Resultados do EV geral e em domínios do EVF antes e durante a pandemia da COVID-19. Valores em média e % de casos inadequados (menos seguros/saudáveis). Confiança de 95%*.

2019						**2021**					
Todos	M	F	%InG	%InM	%InF	**Todos**	M	F	%InG	%InM	%InF

	(n=286)	(n=81)	(n=205)	(n=193)	(n=50)	(n=143)	(n=218)	(n=64)	(n=154)	(n=139)	(n=36)	(n=103)
EV	64,2	65,5	63,6	67,4%	61,7%	69,7%	64,8	66,7	64,1	63,7%	56,2%	66,8%
TD	13,6*	13,2	13,8*				13,0*	12,8	13,0*			
AL	10,2*	9,6	10,4*				9,7*	9,5	9,8*			
SS	12,7*	13,4	12,4				13,4*	14,3	13,0			

Legenda: EVF (Estilo de Vida Fantástico); n (Amostra); M (Masculino); F (Feminino); %InG (Porcentagem de casos inadequados no geral); %InM (Porcentagem de casos inadequados no masculino); %InF (Porcentagem de casos inadequados no feminino); EV (Estilo de Vida); TD (Tabaco e drogas); AL (Álcool); SS (Segurança e estresse).

O estilo de vida, conceitualmente, é entendido como um conjunto de fatores individuais e socioambientais, no qual abrangem a alimentação, relacionamento, hábitos preventivos e atividade física (Nahas, 2017). Observa-se na tabela 1 que, em média, não houve diferença estatística no estilo de vida (EV) de universitários nos períodos com e sem pandemia (2019=64,2±11,4; 2021=64,8±11,6, P=0,51). Pode-se observar também que em ambos os períodos, em média, o EV geral foi considerado menos seguro e saudável (mais seguro e mais saudável quando ≥70pts) (pts=pontos).

Luna et al. (2018) explicam que o que interfere no estilo de vida de jovens no período universitário é a questão da desmotivação, com inúmeras barreiras acabam adquirindo hábitos não saudáveis como tabagismo, uso de álcool e aumento de estresse, com isso, esses jovens acabam se tornando adultos com comprometimento na saúde. Em estudo com universitários de Rosa et al. (2022) percebeu-se que no sexo feminino os hábitos de vida ficaram mais comprometidos em relação ao masculino durante período da pandemia, em especial para comportamentos relacionados ao consumo de doces, elevação nos níveis de estresse e ansiedade, assim como na autoestima relacionado ao próprio corpo.

Quanto às dimensões do Estilo de Vida Fantástico (EVF), pode-se observar que houve diferenças estatísticas (P<0,05) quando analisados comportamentos relativos ao uso de substâncias nocivas como tabaco/drogas e uso de álcool, sendo que, na pandemia, em média, acentuou-se o uso dessas substâncias (TD, 2019=13,6±2,11; 2021=13,0±2,57, P=0,00; AL, 2019=10,2±2,47; 2021=9,7±2,31, P=0,05), importante considerar que quanto menor o valor menos seguro e saudável será o estilo de vida das pessoas. Por outro lado, ao se considerar a prevalência de casos com o EV considerado de maior risco, na pandemia observou-se que essa condição foi menor em relação ao ano com pandemia (2019= 67,4%In; 2021= 63,7%In).

Em um estudo de Jannuzzi (2021) que tinha como objetivo estimar a prevalência do consumo abusivo de bebidas alcoólicas entre universitários da UFOP, durante a pandemia de COVID-19, e os fatores associados, mostrou que durante a pandemia os estudantes passaram a consumir menos bebidas alcoólicas, todavia após a pandemia houve uma necessidade de atenção maior ao uso abusivo de álcool devido aos fatores estressores pós pandemia. Para Batista et al. (2022) o isolamento social durante a pandemia possibilitou elevação nos riscos e estado de depressão, estresse e ansiedade, podendo nesse sentido contribuir para elevação no uso de substâncias nocivas.

A COVID-19 desencadeou impactos negativos na saúde dos estudantes universitários, no qual os mesmos buscaram reorganizar a rotina, dar conta de atividades acadêmicas, trabalho, família, e adaptar-se às aulas remotas e novas tecnologias, gerando assim medos, insegurança, pânico, estresse e ansiedade nesses jovens (Malafaia; Martins, 2022). Entretanto, no período com pandemia (2021), o EV dos universitários possui diferenças estatísticas (P=0,02) nas dimensões de segurança/estresse, sendo que na pandemia os hábitos apresentaram resultado melhor em relação ao ano de 2019. Essa condição pode ter contribuído para a discreta diminuição na prevalência de casos considerados de maior risco (2019=67,4%; 2021=63,7%) observados entre os dois períodos letivos.

Ao se analisar os resultados diferenciando pelo sexo, no masculino não houve diferença estatística quanto ao EV geral e quanto ao uso de substâncias nocivas, no entanto, mesmo sabendo-se que não há níveis seguros e saudáveis para uso de tabaco, drogas e álcool, antes da pandemia, a média foi 13,2pts e no período pandêmico 12,8pts, ou seja, houve diminuição na média em relação ao uso dessas substâncias, sugerindo aumento no uso dessas substâncias. Na questão quanto a aspectos da segurança/estresse/sono não houve diferença estatística, todavia, em ambos os momentos os universitários apresentaram hábitos não seguros e saudáveis (2019=13,4; 2021=14,3, P<0,05) (mais seguro e mais saudável quando ≥15pts).

O período da pandemia pode levar ao uso abusivo do álcool, recaídas ou até mesmo desenvolvimento de transtorno por uso de álcool em indivíduos mais vulneráveis. A prevalência do uso de bebidas alcóolicas entre estudantes universitários no Brasil é de um nível elevado, podendo então ser elevado ainda mais durante o ano pandêmico, associando-se a menores notas, comportamento sexual de risco, casos de violência, evasão estudantil, entre outros (Januzzi, 2021). Para Menegaldi-Silva et al. (2022) o período da pandemia para os universitários foi

determinante para um maior comprometimento à saúde mental dessa população. Segundo eles, curiosamente houve associação positiva para maior comprometimento mental quando o nível sócio econômico era mais baixo (até 1 salário mínimo de renda), bem como quando o nível era mais alto (acima de 20SMs). Isso também ocorreu à medida que a idade era menor, bem como mais susceptível ao sexo feminino.

Durante a pandemia, as universitárias aderiram a um maior consumo no uso do álcool (AL, 2019=10,4; 2021=9,8, P<0,05). Não houve diferença estatística no uso de tabaco e drogas, todavia, em 2019 a média foi 13,8pts e 2021 foi 13,0pts. É importante enfatizar que não há níveis seguros para o uso/consumo dessas substâncias. De outro modo observado, no sexo feminino em 2019 havia prevalência de 30,2% de casos considerados adequados (estilo de vida mais seguro e saudável), já, em 2021 foi de 33,1%, percebendo-se que as universitárias nesse estudo durante a pandemia demonstram certa preocupação para com o estilo de vida, buscando de alguma forma tentar se prevenir frente ao problema de saúde pública vivenciado na época, corroborando com o estudo de Rosa et al. (2022). Por fim, quanto a aspectos sobre segurança, estresse e sono (dimensão SS do questionário EVF), não houve diferença estatística no EV das universitárias entre os períodos estudados, contudo os comportamentos adotados por elas, em média (2019=12,4pts; 2021=13,0pts, P>0,05) foi considerado menos seguro e saudável, salientando assim uma preocupação para com a saúde mental dessas pessoas (mais seguro e mais saudável quando ≥15pts), semelhante às considerações preventivas que Menegaldi-Silva et al. (2022) salientaram em seu trabalho.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estilo de vida (EV) dos universitários durante a pandemia da COVID19 retratou condições com maior risco à saúde em relação ao uso de substâncias nocivas, realçando uma preocupação para com o estilo de vida dessas pessoas.

No ano pandêmico, houve uma piora geral nos aspectos tabaco e drogas (TD) e álcool (AL), principalmente entre as universitárias.

Por fim, durante a pandemia os universitários apresentaram um cuidado maior nos aspectos relacionados à segurança e estresse (SS), contudo, em ambos os períodos apresentaram um estilo de vida menos seguro e saudável.

REFERÊNCIAS

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. J. et al. 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.

ESTEVES, C. S. et al. Avaliação de sintomas depressivos em estudantes durante a pandemia do COVID-19. **Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social**, v. 9, n. 1, p. 9-17, 2021.

FONSECA, H. S.; PRATI, S. R. A. Estilo de vida de universitários usuários de substâncias nocivas e associação com atividade física do cotidiano. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 3, p. e35710313427-e35710313427, 2021.

HALEEM, A.; JAVAID, M.; VAISHYA, R. Effects of COVID 19 pandemic in daily life**. Current medicine research and practice,** 2020.

JANNUZI, J. H. K. Fatores associados ao consumo abusivo de bebidas alcoólicas entre universitários durante a pandemia de COVID-19. **PROFSAÚDE Mestrado Profissional em Saúde da Família**, Ouro Preto, 2021.

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.

MALAFAIA, J. R., COSTA, A. F., MARTINS, M. G. T. Covid-19: Impactos psicológicos em estudantes universitários. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, 2022.

MALTA, D. C. et al. **Distanciamento social, sentimento de tristeza e estilos de vida da população brasileira durante a pandemia de COVID-19**. 2020.

MENEGALDI-SILVA, C. et al. Saúde mental e recursos de enfrentamento em estudantes universitários brasileiros em tempos de pandemia. **Avaliação: Revista da Avaliação da Educação Superior (Campinas)**, v. 27, n. 3, p. 632-650, 2022.

NAHAS, M. V. **Atividade Física, Saúde E Qualidade De Vida: Conceitos E Sugestões Para Um Estilo De Vida Ativo**. Florianópolis, ed. 7, 2017.

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.

ROSA, G. C. O. et al. Relação da percepção corporal e emocional com o consumo alimentar de universitários durante o distanciamento social na pandemia de covid-19. **RBONE-Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 16, n. 103, p. 701-709, 2022.

SOUSA, 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, p. e58610414432-e58610414432, 2021.

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