

AVALIAÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA DE UNIVERSITÁRIOS DURANTE A PANDEMIA DE SARS-COV-2¹

Abdiel Guedes Dourado,

Faculdade Araguaia (FARA)

Euler Alves Cardoso,

Faculdade Araguaia (FARA)

Camila Grasielle Araújo de Oliveira,

Faculdade Araguaia (FARA)

RESUMO

Este trabalho tem objetivo de avaliar condições de vida dos universitários do estado de Goiás. A metodologia segue abordagem quantitativa em um estudo transversal analítico, assim a coleta dos dados aconteceu de forma remota utilizando um questionário feito pelos autores e questionários geral em saúde com 12 perguntas voltado para autoestima, autoeficácia e depressão. Concluímos que a pandemia da SARS-CoV-2 gerou diversos prejuízos para saúde. Dessa forma, pandemia e falta de exercícios de físico de forma regular gerou também agravos para saúde mental dos universitários.

PALAVRAS-CHAVE: Qualidade de Vida; Universitários; Depressão.

INTRODUÇÃO

O objetivo deste trabalho é apresentar possíveis prejuízos da qualidade de vida (QV) de universitários do estado de Goiás. Assim, A síndrome respiratória aguda grave do coronavírus 2 (SARS-CoV-2, do inglês Severe Acute Respiratory Syndrome-coronavirus-2) surgiu na China no ano de 2019 na cidade de Whuan (BARBOSA et al, 2020). Esse vírus trouxe agravos para saúde e gerou uma pandemia mundial (XU et al, 2020). Estudos recentes indicam que a transmissão é fácil e rápida, e ocorre por meio de gotículas de saliva, secreção respiratória e aerossóis expirados por indivíduos infectados (BARBOSA et al, 2020). A maioria dos casos de infecção de SARS-CoV-2 apresentaram alterações fisiológicas e psicológicas agressivas no corpo humano (AHMAD; RATHORE, 2020).

Dessa forma, existe diversos estudos mostrando que pandemia SARS-CoV-2 apresentou baixo índice qualidade de vida na população de adultos devido ao o isolamento

¹ O presente trabalho não contou com apoio financeiro de nenhuma natureza para sua realização.

social, assim gerando agravos por conta de estresse e tensões sobre a doença e a falta de interação social (RAIOL 2020). No Brasil evidenciou que a qualidade de vida está sendo afetada negativamente durante a pandemia, gerando baixos índices de qualidades de vida (ALVARENGA et al, 2020). Alvarenga et al (2020), afirmaram que durante o isolamento social teve uma diminuição da interação social e de exercício físico, tais situações correlacionou com baixos índices de qualidade de vida na população adulta brasileira, com isso, mais um agravo da pandemia.

Há grande relevância compreender melhor a qualidade de vida de universitários. (CASTRO; FRACOLLI, 2013). Oliveira et al. (2014), chama atenção para a necessidade de estudos com a população de universitários sobre qualidade de vida e problemas psicológicos. Assim, Castro; Fracolli, (2013) mostra que, a literatura precisa aprofundar as discussões, uma necessidade de fazer avaliações constantes e busca meios de políticas públicas para intervenção.

Diante da relação significativa entre qualidade de vida e saúde dos universitários, precisamos estimular reflexões e mudanças comportamentais dos estudantes para uma promoção da saúde e melhora na qualidade de vida (SOARES; PEREIRA; CANAVARRO, 2014; OLIVEIRA et al, 2014). Nesse sentido o objetivo dessa pesquisa foi de avaliar a qualidade de vida de universitários durante a pandemia de SARS-CoV-2 por meio do questionário geral de saúde (QGS-12) feito de forma remota.

Esse estudo foi realizado com 103 universitários do estado de Goiás, sendo 58 (56,32%) de estudantes do gênero feminino e 45 (43,68%) do gênero masculino com idade média 27,19 anos.

Sobre os dados demográficos do presente estudo, destaca-se que a maior parte da amostra, 97,08% responderam “NÃO” para tabagismo e 2,91% responderam “SIM” para tabagismo. Assim, Scapim (2021) apresentou um estudo realizado com estudantes do curso de Medicina apresentou baixa prevalência no tabagismo sendo de 4,8%. Já pesquisa feita com estudantes do curso de Educação Física mostrou que número superior de fumantes (12,15%) (FLÔR et al, 2020).

Sobre a prática do exercício físico, 22,33% da amostra responderam que “NÃO” pratica de exercício físico e 26,21% praticam de 1 a 2 vezes por semana. Yamada; Polis (2020) recomenda-se 60 minutos de atividade física durante isolamento social para melhora e

manutenção da imunidade. Segundo a OMS, (2020) recomenda em adultos atividade física moderada de 150 a 300 minutos ou de 75 a 150 minutos de atividade física intensa.

A redução da atividade física esteve relacionada com qualidade de vida durante a pandemia do COVID-19 (PUCCINELLI et al, 2021). Assim, Puccinelli et al (2021), apresentou associação significativa da inatividade física com a saúde mental, os maiores sintomas apresentado foram depressão e ansiedade.

Os resultados referentes ao Questionário Geral de Saúde simplificado (QGS-12), a autoestima, com relação a questão de “se sentir útil” 24,26% responderam que sim, e 32,02% dos pesquisados relataram “se sentir uma pessoa sem valor”. Curiosamente, sobre ter “perdido a confiança em ti mesmo” 34,94% dos estudantes corroboram que não sente confiança. Assim, sobre a questão sobre esta “sentido feliz” apenas 26,21% afirmam que estão felizes.

Estudos mostraram correlação de índices baixos de autoestima com comportamento suicida e baixo desempenho nas atividades acadêmicas de estudantes universitários. (RIBEIRO et al, 2020). Assim, autoestima afetam o desempenho social e a forma de interação com a sociedade (RAIOL, 2020). Assim, pesquisa feita com estudantes do curso de Enfermagem apresentou 63,4% resultado médios de autoestima e 19,6% apresentou níveis baixos de autoestima (FUREGATO; SANTOS; SILVA, 2010).

Sobre a autoeficácia, com relação a “conseguido concentrar no que faz?” apenas 51,45% informaram que sim e 23,30% “menos que o de costume”. Sendo assim, 74,75% dos estudantes pesquisados existe uma queda na concentração. Estudo feito por Oliveira (2020), apresentou que 22,05% das amostras apresentam concentração muito pouco e 46,36% das amostras apresentou menos concentração, apresentando resultados semelhantes ao encontrado no presente estudo.

Esse momento pandêmico influenciou nos níveis de concentração nos universitários por utilização meio digitais, assim o ambiente influenciou bastante na concentração dos acadêmicos (OLIVEIRA, 2020). Dessa forma, as aulas assíncronas e síncronas, o trabalho em casa (home Office) e as atividades domesticas acumularam nesse momento dos alunos (RIBEIRO et al, 2020).

Assim, resultados relacionados a preditores de depressão, os resultados demonstraram que 30,09% dos indivíduos estão perdendo sono por preocupações “Mais o que de costume” e

25,24% “Muito mais que o de costume”, 55,33% com perda do sono e preocupações. Também, sobre se sentir sob pressão os resultados apresenta valor considerável 63,09%, sendo 30,09% “Mais o que de costume” e 33% “Muito mais que o de costume”.

Segundo estudo de Dominski; Brandt (2020), o sono houve declínio durante a pandemia e agravos na qualidade do sono, de forma que a pandemia impactou de forma negativa a qualidade de vida dos estudantes.

Outra informação que podemos observar é que os indivíduos na pergunta “Você tem sentido infeliz e deprimido?” 25,24% estão “Mais o que de costume” e 20,38% estão “Muito mais que o de costume”. Assim, teve um aumento de 45,62% dos indivíduos na percepção de “infeliz e deprimido”.

A pandemia do COVID-19 impactou de forma negativa a saúde das pessoas, assim o medo do acometimento foi capaz de aumentar níveis de ansiedade e depressão em indivíduos saudáveis e assim foi correlacionado com preocupação com contato humano, preocupação com os familiares e menor concentração nos estudos (ORNELL et al, 2020).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pandemia trouxe agravos a saúde geral dos estudantes universitários. Houve uma prevalência negativa nos estudantes universitários, apresentado resultados alarmantes.

De modo geral, a população tem praticado pouco exercícios físicos. Entretanto, o consumo de tabagismo e bebidas alcoólicas foram baixos. A pratica do exercício físico é um meio não farmacológico para a promoção da saúde e é recomendado por diversos órgão de saúde. Mesmo assim, mais da metade dos universitários não estão realizando a quantidade de tempo recomendada pela organização mundial da saúde. Com isso, uma intervenção ou um projeto de extensão com universitários pela faculdade seria uma alternativa para combater esses aspectos da saúde mental dos universitários.

A prática esportiva regular também pode melhora a autoeficácia, tomada de decisão e concentração e qualidade do sono. É importante incentivar ações voltado para saúde para mudança no estilo de vida na população universitária e intervenções para melhora da qualidade da saúde dos universitários.

Assim, através desse estudo pude adquirir um aprendizado para pesquisa científica, onde tive a oportunidade em apreender sobre teorias, métodos e protocolos da Educação Física voltada para promoção e cuidados com a saúde.

EVALUATION OF THE QUALITY OF LIFE OF UNIVERSITY STUDENTS DURING THE SARS-COV-2 PANDEMIC

ABSTRACT

This study aims to assess the living conditions of university students in the state of Goiás. The methodology follows a quantitative approach in an analytical cross-sectional study, so data collection took place remotely using a questionnaire made by the authors and general health questionnaires with 12 questions focused on self-esteem, self-efficacy and depression. We conclude that the SARS-CoV-2 pandemic caused several damages to health. Thus, the pandemic and lack of regular physical exercise also caused problems for the mental health of university students.

KEYWORDS: *Quality of Life; College students; Depression.*

EVALUACIÓN DE LA CALIDAD DE VIDA DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DURANTE LA PANDEMIA SARS-COV-2

RESUMEN

Este estudio tiene como objetivo evaluar las condiciones de vida de los estudiantes universitarios del estado de Goiás. La metodología sigue un enfoque cuantitativo en un estudio analítico transversal, por lo que la recolección de datos se realizó de forma remota mediante un cuestionario elaborado por los autores y cuestionarios de salud general con 12 preguntas centradas en la autoestima, la autoeficacia y la depresión. Concluimos que la pandemia del SARS-CoV-2 causó varios daños a la salud. Así, la pandemia y la falta de ejercicio físico regular también causaron problemas para la salud mental de los estudiantes universitarios.

PALABRAS CLAVE: *Calidad de vida; Estudiantes universitarios; Depresión.*

REFERÊNCIAS

AHMAD, Imran; RATHORE, Farooq Azam. Neurological manifestations and complications of COVID-19: a literature review. *Journal of Clinical Neuroscience*, v. 77, p. 8-12, 2020.

ALVARENGA, Robson et al. Percepção da qualidade de vida de professores das redes públicas e privadas frente à pandemia do covid-19. *Revista CPAQV—Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida*, v. 12, n. 3, p. 2, 2020.

BARBOSA, Patricia Santos et al. PANDEMIA DE COVID-19 POR SARS-CoV-2: o que sabemos até agora?. *Revista Perspectiva: Ciência e Saúde*, v. 5, n. 2, 2020.

BULL, Fiona C. et al. World Health Organization 2020 guidelines on physical activity and sedentary behaviour. *British journal of sports medicine*, v. 54, n. 24, p. 1451-1462, 2020.

CASTRO, D.F.A; FRACOLLI, L.A. Qualidade de vida e promoção da saúde: em foco as gestantes. *O Mundo da Saúde*. 2013;37(2):159-165.

DOMINSKI, F. H; BRANDT, R. Do the benefits of exercise in indoor and outdoor environments during the COVID-19 pandemic outweigh the risks of infection? *Sport Sciences for Health*. 2020.

FLÔR, José Henrique Rinaldi; MARTINS, Raquel Sanches Slusarski; MATSUDO, Sandra Mahecha; ALMEIDA, Valeria Cristina Santos de; MUÑOZ, Juliana Weckx Peña; FUKUSHIMA, André Rinaldi. Correlação entre nível de atividade física e o hábito de tabagismo em universitários estudantes de educação física de um Centro Universitário no município de São Paulo. 2020.

FUREGATO, A.R.F; SANTOS, J. L. F; SILVA, E. C. Depressão entre estudantes de dois cursos de enfermagem: autoavaliação da saúde e fatores associados. *Rev Bras Enferm*. 2010;63(4):509 - [acesso em 10 de maio de 2021]. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/reben/a/cZC3jpxJZdbnRPL7xwTCR/?format=pdf&lang=pt>>.

OLIVEIRA, B. M; MININEL, V. A; FELLI, V. E. A. Qualidade de vida de graduandos de enfermagem. *Rev Bras Enferm*. 2011;64(1):130-35. [acesso em 29 de abril de 2021]. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/reben/a/VsFTKcGFKyxyb8fQctdkRwC/?lang=pt>>.

OLIVEIRA, R. A, CIAMPONE, M. H. T. Qualidade de vida de estudantes de enfermagem: a construção de um processo e intervenções. *Rev Esc Enferm USP*;42(1):57-65. 2008. acesso em 09 de abril de 2021. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v42n1/08.pdf>>.

ORNELL, FELIPE et al. Pandemia de medo e COVID-19: impacto na saúde mental e possíveis estratégias. *Revista debates in psychiatry*, v. 2020, 2020.

PUCCINELLI, Paulo José et al. Reduced level of physical activity during COVID-19 pandemic is associated with depression and anxiety levels: an internet-based survey. *BMC Public Health*, v. 21, n. 1, p. 1-11, 2021.

RAIOL, Rodolfo A. Praticar exercícios físicos é fundamental para a saúde física e mental durante a Pandemia da COVID-19. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 3, n. 2, p. 2804-2813, 2020.

RIBEIRO, Christiane Fernandes et al. Prevalência de Fatores Associados à Depressão e Ansiedade em Estudantes de Medicina Brasileiros. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 44, n. 1, 2020.

SCAPIM, João Pedro Resende; FERNANDES, Rita de Cássia Pereira; FORTES, Daniel Albuquerque; CUNHA, Carolina Martinho. Tabagismo, consumo de bebidas alcoólicas e os fatores associados em estudantes de medicina. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, n. AHEAD, 2021.

SOARES, Andreia Martins; PEREIRA, Marco; CANAVARRO, José Portocarrero. Saúde e qualidade de vida na transição para o ensino superior. *Psicologia, Saúde e Doenças*, v. 15, n. 2, p. 356-379, 2014.

XU, J. et al. Salivary glands: potential reservoirs for COVID-19 asymptomatic infection. *Journal of dental research*, v. 99, n. 8, p. 989-989, 2020.

YAMADA, André Katayama; PÓLIS, Luiz Otávio Barreto. COVID-19 e sistema imune: qual o papel do exercício físico e recomendações práticas? *Saúde em Revista*, v. 20, n. 52, p. 57-66.