

36 - PERCEPÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA RELACIONADA A SAÚDE (QVRS) DE UNIVERSITÁRIOS DO AMAZONAS

Alex Barreto de Lima
Mestre em Atividade Física e Desporto, UMA, Portugal
Membro do Laboratório de Biociências do Movimento Humano – LABIMH/UFRJ

Ademar Pinezi Junior
IFPR Campus Foz do Iguaçu

Fabio André Castilha
Membro do Laboratório de Biociências do Movimento Humano – LABIMH/UFRJ
IFPR Campus Foz do Iguaçu

doi:10.16887/92.a1.36

PERCEPTION OF THE HEALTH-RELATED QUALITY OF LIFE OF UNIVERSITY STUDENTS IN THE AMAZON REGION

ABSTRACT

Introduction: The Health-Related Quality of Life (HRQoL), a subjective and multidimensional variable, has intrigued researchers in the contemporary world, as it is a determinant in the health promotion of any population. Thus, this study aimed to verify the perception of quality of life among university students in the state of Amazonas, Brazil. **Methodology:** This is a descriptive cross-sectional study with a quantitative approach, involving 600 students (272 men and 328 women), aged between 18 and 37 years (25.54 ± 5.36). The instrument used to assess HRQoL was the SF-36, an instrument that assesses physical and mental concepts encompassed in eight distinct domains. Data were analysed using simple descriptive statistics, with determination of means, medians and standard deviations, with a significance level of 5% ($p \leq 0.05$). **Results:** The evaluated domains that were satisfactory were functional capacity (84.0), pain (41.0), vitality (56.8) and mental health (65.4). The domains limitation in physical aspects (72.2), general health status (48.1) and limitation in emotional aspects (62.2) presented unsatisfactory values. When comparing genders, no significant differences were found. **Conclusion:** The HRQoL level of the sample was classified as satisfactory, but with domains such as limitation due to physical aspects, mental health, vitality and emotional aspects not very satisfactory, especially because they are university students with low average age, which reinforces the need of researching the factors that have negatively influenced the general quality of life of this population, which requires more attention from researchers and public managers in the area of preventive health.

Keywords: Quality of Life, University Students, Preventive Health.

PERCEPCIÓN DE LA CALIDAD DE VIDA RELACIONADA CON LA SALUD (QVRS) DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS EN AMAZONIA

Introducción: La Calidad de Vida Relacionada con la Salud (CVRS), variable subjetiva y multidimensional, ha intrigado a los investigadores del mundo contemporáneo, ya que es un factor determinante en la promoción de la salud en cualquier población. Así, este estudio buscó verificar la percepción de la calidad de vida entre los estudiantes universitarios del estado de

Amazonas, Brasil. **Metodología:** Estudio descriptivo transversal con enfoque cuantitativo, que involucró a 600 estudiantes (272 hombres y 328 mujeres), con edades entre 18 y 37 años ($25,54 \pm 5,36$). El instrumento utilizado para evaluar la CVRS fue el SF-36, un instrumento que evalúa conceptos físicos y mentales englobados en ocho dominios distintos. Los datos fueron analizados mediante estadística descriptiva simple, con determinación de medias, medianas y desviaciones estándar, observándose un nivel de significancia del 5% ($p \leq 0.05$). **Resultados:** Los dominios evaluados que resultaron satisfactorios fueron capacidad funcional (84,0), dolor (41,0), vitalidad (56,8) y salud mental (65,4). Los dominios limitación por aspectos físicos (72,2), estado de salud general (48,1) y limitación por aspectos emocionales (62,2) presentaron valores insatisfactorios. Al comparar sexos, no se encontraron diferencias significativas. **Conclusión:** El nivel de CVRS de la muestra fue catalogado como satisfactorio, pero con dominios como limitación por aspectos físicos, salud mental, vitalidad y aspectos emocionales no muy satisfactorios, sobre todo por tratarse de estudiantes universitarios con edad media baja, lo que refuerza la necesidad de investigar los factores que han influido negativamente en la calidad de vida general de esta población, mereciendo mayor atención por parte de investigadores y gestores públicos en el área de salud preventiva.

Palabras clave: Calidad de vida, Estudiantes universitarios, Salud preventiva.

PERCEPTION DE LA QUALITÉ DE VIE LIÉE À LA SANTÉ (QVRS) DES ÉTUDIANTS UNIVERSITAIRES EN AMAZON

Introduction: La qualité de vie liée à la santé (QVLS), variable subjective et multidimensionnelle, a intrigué les chercheurs du monde contemporain, car elle est un facteur déterminant dans la promotion de la santé dans toute population. Ainsi, cette étude a cherché à vérifier la perception de la qualité de vie chez les étudiants universitaires de l'État d'Amazonas, au Brésil. **Méthodologie:** Etude transversale descriptive avec une approche quantitative, impliquant 600 étudiants (272 hommes et 328 femmes), âgés entre 18 et 37 ans ($25,54 \pm 5,36$). L'instrument utilisé pour évaluer la HRQoL était le SF-36, un instrument qui évalue les concepts physiques et mentaux englobés dans huit domaines distincts. Les données ont été analysées à l'aide de statistiques descriptives simples, avec détermination des moyennes, des médianes et des écarts types, en observant un niveau de signification de 5% ($p \leq 0,05$). **Résultats:** Les domaines évalués qui étaient satisfaisants étaient la capacité fonctionnelle (84,0), la douleur (41,0), la vitalité (56,8) et la santé mentale (65,4). La limitation des domaines due aux aspects physiques (72,2), l'état de santé général (48,1) et la limitation due aux aspects émotionnels (62,2) présentaient des valeurs insatisfaisantes. En comparant les sexes, aucune différence significative n'a été trouvée. **Conclusion:** Le niveau de HRQoL de l'échantillon a été classé comme satisfaisant, mais avec des domaines tels que la limitation due aux aspects physiques, la santé mentale, la vitalité et les aspects émotionnels pas très satisfaisants, notamment parce qu'il s'agit d'étudiants universitaires avec une moyenne d'âge faible, ce qui renforce le besoin de rechercher les facteurs qui ont influencé négativement la qualité de vie générale de cette population, méritant plus d'attention de la part des chercheurs et des gestionnaires publics dans le domaine de la santé préventive.

Mots-clés: Qualité de vie, Étudiants universitaires, Santé préventive.

PERCEPÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA RELACIONADA A SAÚDE (QVRS) DE UNIVERSITÁRIOS DO AMAZONAS

RESUMO

Introdução: A Qualidade de Vida Relacionada a Saúde (QVRS), variável subjetiva e multidimensional, tem intrigado pesquisadores do mundo contemporâneo, por ser determinante na promoção de saúde de qualquer população. Desta forma, este estudo buscou verificar a percepção sobre qualidade de vida de universitários do estado do Amazonas, Brasil. **Metodologia:** Estudo descritivo de corte transversal e abordagem quantitativa, envolvendo 600 alunos (272 homens e 328 mulheres), com idades entre 18 e 37 anos ($25,54 \pm 5,36$). O instrumento utilizado para avaliação da QVRS foi o SF-36, instrumento que avalia conceitos físicos e mentais englobados em oito domínios distintos. Os dados foram analisados por meio da estatística descritiva simples, com determinação de médias, medianas e desvios-padrão, observando-se o nível de significância de 5% ($p \leq 0,05$). **Resultados:** Os domínios avaliados que se apresentaram satisfatórios foram capacidade funcional (84,0), dor (41,0), vitalidade (56,8) e saúde mental (65,4). Já os domínios limitação por aspectos físicos (72,2), estado geral de saúde (48,1) e limitação por aspectos emocionais (62,2) apresentaram valores insatisfatórios. Na comparação entre gêneros, não foram encontradas diferenças significativas. **Conclusão:** O nível de QVRS da amostra foi classificado como satisfatório, mas com domínios como limitação por aspectos físicos, saúde mental, vitalidade e aspectos emocionais não muito satisfatórios, especialmente por tratar-se de universitários com baixa idade média, o que reforça a necessidade de se pesquisar os fatores que têm influenciado negativamente a qualidade de vida geral desta população, merecendo mais atenção por parte de pesquisadores e gestores públicos da área da saúde preventiva.

Palavras-chave: Qualidade de Vida, Universitários, Saúde Preventiva.

INTRODUÇÃO

A universidade é o ambiente onde reconhecidamente os sujeitos iniciam suas carreiras profissionais e encontram novas possibilidades, expectativas de vida e responsabilidades (ARTIGAS, MOREIRA E CAMPOS, 2017). É também um ambiente favorável para o desenvolvimento de valores relacionados à sua futura vida profissional e pessoal (DA SILVA ET AL, 2021). Ademais, trata-se de um estágio da vida frequentemente associado à mudanças e adaptações peculiares à adolescência e idade adulta e que, desta forma, é classificada como complexa e multidimensional (ARTIGAS, MOREIRA E CAMPOS, 2017), pois percorre um caminho de busca de conhecimentos científicos e de metodologias de ensino e aprendizagem, a fim de bem desenvolver a profissão escolhida com dedicação e competência (DA SILVA ET AL, 2021).

A associação destes e de outros fatores pode causar alterações no nível de qualidade de vida de pessoas, uma vez que a qualidade de vida relacionada à saúde (QVRS) refere-se às

percepções de um indivíduo ou grupo de indivíduos sobre sua saúde física e mental ao longo do tempo (SILVA, CAICERO ROA, GALVÃO, 2017).

Apesar de amplamente popular, a expressão QVRS pode assumir os mais diversos significados, de acordo com o contexto em que a mesma é utilizada, devido ao seu caráter complexo, ambíguo e evasivo (CLAUMANN ET AL., 2017). A Organização Mundial da Saúde (OMS) define QVRS como “a percepção da posição das pessoas na vida no contexto da cultura e sistemas de valores em que vivem e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões, e preocupações” (WHO, 1995), ou seja, é um conceito amplo, multidimensional e polissêmico que é afetado de maneira complexa pela saúde física, estado psicológico, grau de independência da pessoa, relações sociais e relações com características salientes do ambiente do indivíduo (WHO, 1993).

A QVRS é extremamente importante e deve ser estudada em diferentes ambientes, seja para melhorar a qualidade de vida pessoal, seja para buscar maior interação social ou maior satisfação e motivação, aumentando a produtividade (COSTA, DA SILVA E MACHADO, 2018).

É sabido que inúmeros fatores podem afetar a relação entre as necessidades humanas específicas e a satisfação percebida com cada uma delas, tais como capacidade mental, contexto cultural, informação, educação e temperamento (CLAUMANN ET AL., 2017). Dito isso, torna-se relevante que o ambiente universitário compreenda a QVRS de seus universitários ao longo dos períodos acadêmicos (STROUS, ET AL., 2012), a fim de potencializar a transformação do desenho curricular, além de promover a saúde física e mental dos alunos.

Nessa perspectiva, entende-se que o ingresso no ensino superior é um dos eventos que mais repercute na vida das pessoas que passam por essa experiência (TEIXEIRA ET AL., 2008). A vivência no meio acadêmico pode ser potencialmente prejudicial à qualidade de vida, principalmente nos primeiros semestres, quando o aluno precisa se adaptar à uma nova realidade, o que inclui a necessidade de desenvolver responsabilidade e autonomia e melhor gestão do tempo para atender às exigências da universidade (TEIXEIRA ET AL., 2008; PIMNHO ET AL., 2015).

Ademais, levando-se em conta cursos universitários de formação de docentes, tais como Educação Física, Matemática, Pedagogia, Biologia, Geografia, dentre outros, o reconhecimento da percepção da QV de futuros professores, profissionais que atuarão diretamente na formação de inúmeras profissões e que, portanto, supostamente deveriam manter sua QVRS em níveis satisfatórios, para desempenhar satisfatoriamente sua função laboral (CASTILHA, DE LIMA, PINHEIRO, 2018) é também de extrema importância.

Desta forma, entende-se a necessidade do desenvolvimento de estudos que possam auxiliar numa melhora progressiva no nível de saúde da população em geral. Para tanto, o

diagnóstico de variáveis positivas e negativas relacionadas à saúde é fator crucial para o planejamento de tais intervenções.

Sendo a qualidade de vida uma variável que interfere diretamente na saúde global de indivíduos, esta investigação objetivou verificar e avaliar o nível de QVRS de universitários de cursos mediados por tecnologia de Educação Física, Matemática, Gestão Pública, Recursos Pesqueiros, Pedagogia, Biologia, Geografia, Logística e Letras da Universidade do Estado do Amazonas (UEA) por meio do instrumento Questionário SF-36, caracterizando assim o objeto deste estudo.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo observacional de corte transversal, de natureza descritiva e abordagem quantitativa. De acordo com De Mattos (2017), a pesquisa descritiva tem como características observar, registrar, analisar descrever e correlacionar fatos e fenômenos sem manipulá-los, procurando descobrir com precisão a frequência em que um fenômeno ocorre e sua relação com os outros fatores.

A amostra foi obtida por conveniência, composta por 600 alunos (272 homens e 328 mulheres), com idade igual ou acima de 18 (dezoito) anos, dos cursos mediados por tecnologia em Educação Física, Matemática, Gestão Pública, Recursos Pesqueiros, Pedagogia, Biologia, Geografia, Logística e Letras da Universidade do Estado do Amazonas - UEA.

Como critérios de inclusão, foram observados: os alunos regularmente matriculados nos cursos mediados por tecnologia da universidade; e alunos que não apresentassem qualquer comorbidade ou distúrbio de ordem psicológica. Desta forma, foram excluídos os alunos que manifestaram apresentar quaisquer problemas neurológicos e / ou psicológicos que pudessem comprometer a coleta de dados, a qual foi realizada entre os meses de Agosto de 2016 e Junho de 2017.

Para determinar o nível de Qualidade de Vida da amostra, foi utilizado protocolo *Short Form* (SF) 36 do instrumento Medical Outcomes Study 36-item Short Form Health Survey (SF-36) foi usado para avaliar a QVRS, desenvolvido por Ware e Sherbourne (1992) e traduzido e validado para o português por Ciconelli et al. (1999).

O SF-36 é um questionário composto por 36 itens que abordam conceitos físicos e mentais englobados em oito domínios: Capacidade funcional, Aspectos físicos, Dor, Estado Geral de Saúde, Vitalidade, Aspectos Sociais, Aspectos Emocionais e Saúde Mental. Cada item tem seus resultados tabulados em um escore, que pode variar entre 0 e 100, onde 100 indica o melhor nível de QVRS e 0 o pior (MARTINEZ, 1999; CICONELLI, ET AL, 1999).

Todos os avaliados foram informados acerca dos objetivos e procedimentos do estudo por meio do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, reservando-se o direito de desistência da pesquisa, reiterando o anonimato dos nomes e dados, e que eles seriam utilizados tão somente para o tratamento estatístico desta pesquisa. Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade do estado do Amazonas – UEA, parecer nº 2.172.470.

Na tabulação dos resultados e análise dos dados, utilizou-se a estatística descritiva simples, com determinação de médias, medianas e desvios-padrão (min e máx). Em todas as análises, foi observado o nível de significância de 5% ($p \leq 0.05$). Para o tratamento estatístico, utilizou-se o software Microsoft Office Excel® 2013.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Neste momento são apresentados os resultados da pesquisa tanto em forma de tabelas quanto gráficos para melhor visualização dos dados.

A Tabela 01 caracteriza a idade da amostra, apresentando valores médios tanto em geral quando divididos por sexo.

Tabela 01: Caracterização dos discentes de acordo com sexo e idade.

Sexo	N	Média / DP	Mín	Máx
Masculino	272	26,44 ± 5,67	18	37
Feminino	328	24,79 ± 4,97	18	37
Total	600	25,54 ± 5,36	18	37

Observou-se que a amostra, apesar de ser aleatória, foi composta por indivíduos relativamente jovens, com média de idade inferior a 30 anos.

A tabela 02 apresenta os valores médios da amostra em geral para cada um dos 08 domínios avaliados pelo instrumento.

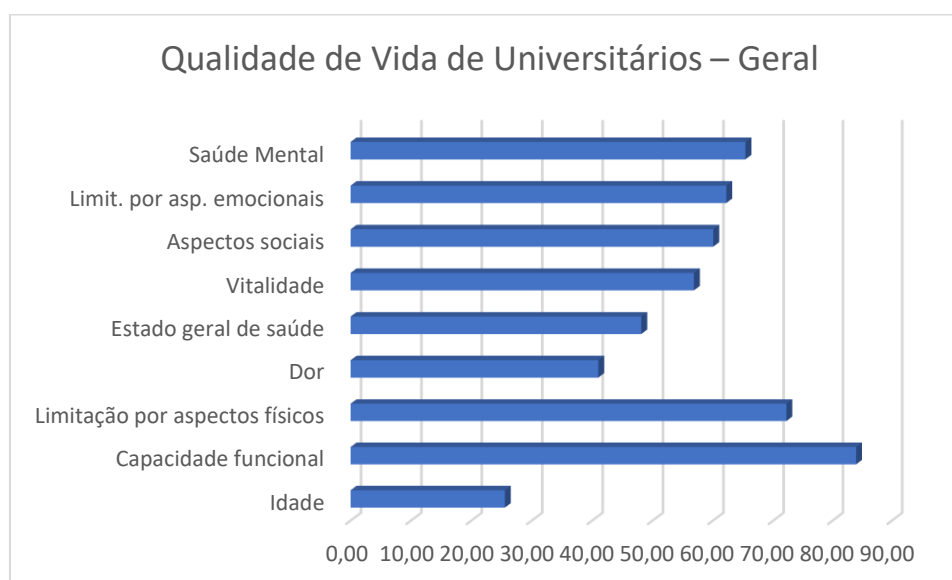
Tabela 02: Valores médios para QV dos universitários – geral

Domínios	Média	D P	Min	Max
Capacidade funcional	83.96	±15,33	20	100
Limitação por aspectos físicos	72,21	±33,37	0	100
Dor	41	±28,59	0	100

Estado geral de saúde	48,13	±15,83	5	90
Vitalidade	56,84	±15,48	5	95
Aspectos sociais	60,04	±22,20	12,05	100
Limitações por aspectos emocionais	62,20	±39,03	0	100
Saúde Mental	65,38	±15,82	24	100

Os resultados dos domínios capacidade funcional, dor, vitalidade e saúde mental apresentaram-se satisfatórios, em uma escala de 0 a 100. Entretanto, os domínios limitação por aspectos físicos, estado geral de saúde e limitação por aspectos emocionais apresentaram-se insatisfatórios. Tais resultados podem ser também visualizados no gráfico 02.

Gráfico 02: Qualidade de Vida de Universitários – Geral



Ao comparar os valores médios de cada um dos domínios avaliados pelo instrumento entre gêneros, não foram encontradas diferenças significativas.

Gráfico 02: Qualidade de Vida de Universitários - Homens

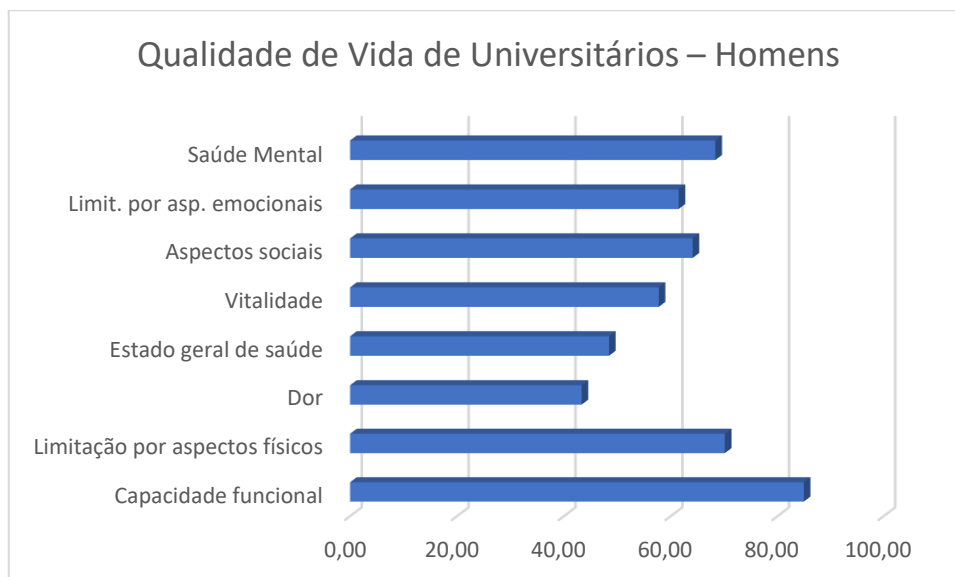
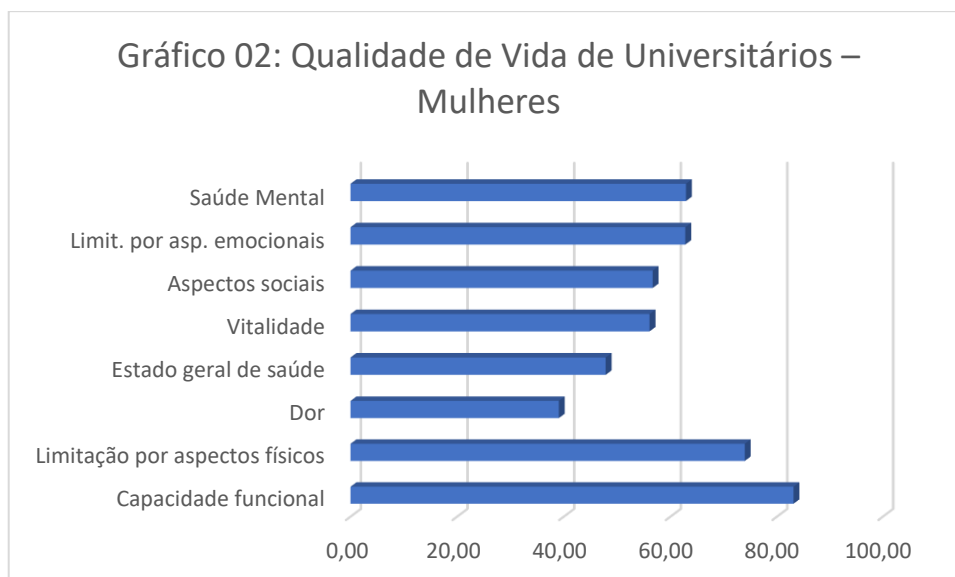


Gráfico 03: Qualidade de Vida de Universitários – Mulheres



Os resultados ora apresentados demonstram similaridade entre os segmentos masculino e feminino, o que pressupõe que o nível de QVRS da amostra avaliada independe de gênero. Dentre os 8 (oito) domínios que o instrumento propõe avaliar, somente 4 (quatro) deles apresentaram índices satisfatórios, que são: Capacidade Funcional, dor, vitalidade e saúde mental, apesar de os três últimos apresentarem em uma linha tênue entre o nível satisfatório e insatisfatório, com scores pouco acima de 50.

Já os resultados dos domínios limitação por aspectos físicos, estado geral de saúde, dor e limitação por aspectos emocionais apresentaram-se insatisfatórios, merecendo um olhar mais atento ao primeiro citado, por ter apresentado um score final muito baixo, o que pode ser preocupante em se tratando de uma amostra relativamente jovem.

Domínios	Média	D P	Min	Max
Capacidade funcional	83,96	±15,33	20	100
Limitação por aspectos físicos	72,21	±33,37	0	100
Dor	41	±28,59	0	100
Estado geral de saúde	48,13	±15,83	5	90
Vitalidade	56,84	±15,48	5	95
Aspectos sociais	60,04	±22,20	12,05	100
Limitações por aspectos emocionais	62,20	±39,03	0	100
Saúde Mental	65,38	±15,82	24	100

Santos da Silva et al. (2021) pesquisaram universitários de Educação Física no Acre. A média geral da QVRS dos acadêmicos foi de 3,31 tornando assim uma qualidade de vida regular. Verificou-se melhor qualidade de vida nos domínios Social e Psicológico e pior nos domínios ambiental e físico.

Também Silva, Caicedo Roa e Galvão (2017) avaliaram a QVRS da população de Manaus com uma amostragem de 4001 pessoas. E no geral viram que a QVRS foi alta, mas principalmente maior entre os indivíduos que viviam em cidades do interior, homens e aqueles em classes sociais mais altas

Artigas, Moreira e Campos (2017) verificaram a QVRS de universitários entre 18 e 30 anos ($22 \pm 3,84$) em Curitiba/PR. Sendo as amostras semelhantes com a pesquisa aqui proposta, verifica-se que os domínios limitação por aspectos físicos, estado geral de saúde, dor e limitação por aspectos emocionais, realmente parecem estar abaixo do esperado. Porém, vale ressaltar que os universitários desse estudo eram exclusivamente do curso de Educação Física. Podendo representar diferença significativa entre o Nível de Atividade Física (NAF) nas amostragens dos estudos.

Uma variável muito importante que envolve diretamente a QVRS e pouco controlada nos estudos, é o nível de atividade física (NAF) do indivíduo, amplamente relatada na literatura. Pinezi Junior e Mosquer (2011) realizaram a comparação da QVRS de mulheres sedentárias e ativas fisicamente, de 40 a 60 anos de idade, e verificaram que as ativas fisicamente obtiveram vantagem em todos os escores dos domínios.

Ainda Mendes-Netto et al. (2013) verificaram a QVRS, NAF e Índice de Massa Corpórea (IMC) de universitários da área de saúde. E concluíram que quanto mais elevado o NAF, maiores

os escores de QVRS, principalmente nos aspectos físicos e psicológicos, e também quanto maior o IMC menores os escores, principalmente na qualidade de vida geral e do aspecto psicológico.

Também Cieslak et al. (2012) analisaram a QVRS e o NAF de estudantes universitários e de forma geral os universitários obtiveram escores satisfatório de qualidade de vida e que os que tinham um estilo de vida mais ativo fisicamente, tiveram resultados mais elevados.

Correia Silva e Geralda Viana Heleno (2012) analisaram a Qualidade de Vida e Bem-Estar Subjetivo de Estudantes Universitários no estado de São Paulo. o domínio que apresentou a maior média foi o de relações sociais e a pior foi o de meio ambiente. Quanto ao bem-estar subjetivo foi encontrada maior média na frequência de afetos negativos. Os resultados indicaram que é necessário pensar em ações de prevenção e promoção da saúde e em uma ampliação da política de assistência ao estudante.

Lantyer et al. (2016) pesquisou sobre a Ansiedade e Qualidade de Vida entre Estudantes Universitários Ingressantes de cursos da área da saúde e concluiu que a população estudada apresentou níveis medianos de ansiedade estado e traço e escores aceitáveis de QVRS. E que programas para prevenção e promoção de saúde eram necessários para diminuir a ansiedade e manter ou elevar a QVRS.

BARROS et al. (2017) também avaliaram a QVRS de universitários da área da saúde. A amostra foi composta por 320 universitários e verificaram que os estudantes concluintes dos cursos de graduação da área da saúde, quando comparado aos ingressantes, apresentaram prejuízo em sua qualidade de vida nos domínios ambiental, psicológico e relação social. E os discentes do período noturno apresentaram prejuízo em sua QVRS, devido à rotina de trabalho e estudo.

CONCLUSÃO

Considerando o objeto deste estudo, as evidências apresentadas e a discussão com a literatura, conclui-se que:

- São inúmeras as pesquisas envolvendo o estudo da QVRS de diferentes grupos e categorias profissionais. Da mesma forma, existem também inúmeros instrumentos validados para a coleta e análise de dados, tal qual o utilizado para o desenvolvimento desta pesquisa. Entende-se que todas são de grande valia e podem contribuir de maneira considerável para o reconhecimento dos diversos fatores que podem influenciar o estilo de vida e o estado geral da saúde de uma determinada população.

- O nível de QVRS da amostra estudada foi classificado como satisfatório, mas com domínios como limitação por aspectos físicos, saúde mental, vitalidade e aspectos emocionais não muito satisfatórios, especialmente por tratar-se de universitários com baixa idade média, o que reforça a necessidade de se pesquisar os fatores que têm influenciado negativamente a qualidade de vida geral desta população, merecendo mais atenção por parte de pesquisadores e gestores públicos da área da saúde preventiva.
- Além disso, também verificamos algumas variáveis muito importantes para as devidas conclusões sobre a QVRS. Por ser influenciada por inúmeras variáveis, torna-se necessário o controle mais amplo para o devido diagnóstico.
- A partir dos resultados, verifica-se a importância do diagnóstico local periódico sobre a QVRS e outras variáveis pertinentes. Propondo intervenções pertinentes e reavaliar a eficácia das mesmas sobre a QVRS e focando na atenção primária, na prevenção e promoção em saúde de alunos universitários.

REFERÊNCIAS

ARTIGAS, J. S.; MOREIRA, N. B.; CAMPOS, W. Percepção Da Qualidade De Vida Em Universitários: Comparação Entre Períodos De Graduação. **Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR**, v. 21, n. 2, p. 85–91, 2017.

BARROS, M. J. de et al. Avaliação da qualidade de vida de universitários da área da saúde. **Revista Brasileira de Educação e Saúde**, v. 7, n. 1, p. 16, 1 jan. 2017. Disponível em: <<http://www.gvaa.com.br/revista/index.php/REBESDOI:http://dx.doi.org/10.18378/rebes.v7i1.4235>>.

BERNSTEIN, U. The World Health Organization quality of life assessment (WHOQOL): Position paper from the World Health Organization. **Social Science & Medicine**, v. 41, n. 10, p. 1403–1409, nov. 1995. Disponível em: <<https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/027795369500112K>>.

CICONELLI, Rozana Mesquita et al. Brazilian-Portuguese version of the SF-36. A reliable and valid quality of life outcome measure. **Rev Bras Reumatol**, v. 39, n. 3, p. 143-50, 1999.

CIESLAK, F. et al. Análise da qualidade de vida e do nível de atividade física em universitários. **Revista da Educação Física**, v. 23, n. 2, p. 251–260, 2012

CLAUMANN, G. S. et al. Qualidade de vida em acadêmicos ingressantes em cursos de educação física. **Journal of Physical Education (Maringá)**, v. 28, n. 1, p. 1–11, 2017.

CORREIA SILVA, É.; GERALDA VIANA HELENO, M. Qualidade de Vida e Bem-Estar Subjetivo de Estudantes Universitários. **Revista Psicologia e Saúde**, p. 69–76, 1 jan. 2012. Disponível em: <<https://pssaucdb.emnuvens.com.br/pssa/article/view/126>>.

DE MATTOS, Mauro Gomes; JÚNIOR, Adriano José Rosseto; BLECHER, Shelly. **Metodologia da Pesquisa em Educação Física: construindo sua monografia, artigo científico e projeto**. - 4 ed. rev. atual. São Paulo: Phorte, 2017. 224p.

LANTYER, A. da S. et al. Ansiedade e Qualidade de Vida entre Estudantes Universitários Ingressantes: Avaliação e Intervenção TT - Anxiety and Life Quality among Freshmen College Students: Evaluation and Intervention TT - Ansiedad e y Calidad de Vida Entre Estudiantes Universitario. **Rev. bras. ter. comport. cogn**, v. 18, n. 2, p. 4–19, 2016. Disponível em: <<http://www.usp.br/rbtcc/index.php/RBTCC/article/view/880/476>>.

MARTINEZ, José Eduardo. Avaliação da qualidade de vida de pacientes com fibromialgia através do Medical Outcome Survey 36 Item Short-form Study. **Rev. bras. reumatol**, v. 39, n. 6, p. 312–316, 1999.

MENDES-NETTO, R. S. et al. Nível De Atividade Física E Qualidade De Vida De Estudantes Universitários Da Área De Saúde. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde - USCS**, v. 10, n. 34, p. 47–55, 2013.

PINEZI JUNIOR, A.; MOSQUER, B. A. da S. Comparação da qualidade de vida em mulheres praticantes e não praticantes de exercícios físicos regulares. **Revista Pleiade**, v. 5, n. 9, 2011.

PINHO, A. P. M.; DOURADO, L. C. D. C.; AURÉLIO, R. M.; BASTOS, A. V. B. A transição do ensino médio para a universidade: um estudo qualitativo sobre os fatores que influenciam este processo e suas possíveis consequências comportamentais. **Revista de Psicologia**, v. 6, n. 1, p. 33-47, 21 jul. 2015.

QUALITY, S.; APR, N. Study protocol for the World Health Organization project to develop a Quality of Life assessment instrument (WHOQOL). **Quality of Life Research**, v. 2, n. 2, p. 153–159, 1993.

SANTOS DA SILVA, P. J.; LIMA SIMÕES, R. L. de .; TEIXEIRA FERREIRA, C. R. .; BARBARY DE DEUS, M. B. .; CARDOSO LEITÃO, F. N. .; DEUS MORAIS, M. J. de. QUALIDADE DE VIDA DOS ACADÊMICOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO ACRE : Calidad de vida de estudantes de educación física en la Universidad Federal de Acre. **South American Journal of Basic Education, Technical and Technological** , [S. l.], v. 8, n. 2, p. 470–482, 2021. Disponível em: <https://periodicos.ufac.br/index.php/SAJEBTT/article/view/3634>. Acesso em: 14 dez. 2021.

SILVA, M. T.; CAICEDO ROA, M.; GALVAO, T. F. Health-related quality of life in the Brazilian Amazon: A population-based cross-sectional study. **Health and Quality of Life Outcomes**, v. 15, n. 1, p. 1–9, 2017.

STROUS, R. D. et al. Medical students' self-report of mental health conditions. **International Journal of Medical Education**, v. 3, p. 1–5, 2012.

TEIXEIRA, M. A. P. et al. Adaptação à universidade em jovens calouros. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 12, n. 1, p. 185–202, 2008.

VIEIRA COSTA, P. H. et al. NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E QUALIDADE DE VIDA DOS ESTUDANTES DE FISIOTERAPIA DE UMA INSTITUIÇÃO PRIVADA DE ENSINO SUPERIOR. **Revista Interdisciplinar Ciências Médicas**, [S. l.], v. 1, n. 2, p. 46-53, 2018. Disponível em: <http://revista.fcmmg.br/ojs/index.php/ricm/article/view/59/28>. Acesso em: 1 dez. 2021.

WARE, J. E.; SHERBOURNE, C. D. The MOS 36-Item Short-Form Health Survey (SF-36). **Medical Care**, v. 30, n. 6, p. 473–483, jun. 1992. Disponível em: <<http://journals.lww.com/00005650-199206000-00002>>.