



# ESTILO DE VIDA DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

JÉSSICA SALLES QUEIROZ<sup>1</sup>; FRANCIELLE SOUZA FERREIRA<sup>2</sup>; LUANA OLIVEIRA SANTOS<sup>3</sup>;  
ANDRÉIA SOPRANI DOS SANTOS<sup>4</sup>; ANDRESSA GARCIA NICOLE<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Graduanda em Enfermagem, Universidade Federal do Espírito Santo - UFES/São Mateus, jessica.s.queiroz@edu.ufes.br

<sup>2</sup>Graduanda em Enfermagem, Universidade Federal do Espírito Santo - UFES/São Mateus, francielle.ferreira@edu.ufes.br

<sup>3</sup>Graduanda em Enfermagem, Universidade Federal do Espírito Santo - UFES/São Mateus, luana.o.santos@edu.ufes.br

<sup>4</sup>Doutora em Epidemiologia, Universidade Federal do Espírito Santo - UFES/São Mateus, andrea.s.santos@ufes.br;

<sup>5</sup>Doutora em Ciências, Universidade Federal do Espírito Santo - UFES/São Mateus, andressa.nicole@ufes.br

## INTRODUÇÃO E OBJETIVO

O ambiente universitário pode influenciar comportamentos e impactar a saúde dos estudantes. Por isso, o objetivo deste estudo foi classificar o estilo de vida de estudantes universitários e verificar associação com fatores sociodemográficos.

## MÉTODO

Estudo quantitativo, transversal e analítico, realizado em uma universidade do Espírito Santo. Foram incluídos estudantes de graduação  $\geq 18$  anos e excluídos aqueles em mobilidade acadêmica/afastados. A coleta de dados ocorreu em novembro e dezembro/2022, empregando questionário com dados sociodemográficos e Estilo de Vida Fantástico (EVF). O EVF possui 25 itens, sendo 23 respondidos por meio de escala do tipo Likert com cinco graus (0 a 4 pontos) e dois itens com respostas dicotômicas (0 ou 4 pontos). O escore total é dado pela soma da pontuação dos itens e classificado em: Excelente (85 a 100), Muito bom (70 a 84), Bom (55 a 69), Regular (35 a 54) e Precisa melhorar (0 a 34). Aplicou-se estatística descritiva e inferencial, com auxílio do Stata 17.0. Parecer do CEP nº 5.668.961.

## RESULTADOS

Participaram 804 estudantes.

Na análise do estilo de vida, identificou-se que a média do escore geral foi de  $63,9 \pm 11,8$ , sendo classificado como “Bom”. A Tabela 1 apresenta a distribuição dos participantes de acordo com a classificação do EV.

Tabela 1 – Distribuição da classificação do EV dos estudantes universitários (n=804), de acordo com o Questionário Estilo de Vida Fantástico. Espírito Santo, Brasil, 2022.

Variável	n	%
Necessita melhorar	6	0,75
Regular	172	21,14
Bom	365	45,40
Muito bom	237	29,48
Excelente	24	2,99

Fonte: produção da própria autora.

Os resultados da comparação de médias do escore geral do EV de acordo com as características sociodemográficas estão delineados na Tabela 2.

Tabela 2 – Média, desvio padrão e p-valor das respostas ao Questionário de EV, de acordo com as características sociodemográficas dos estudantes universitários (n=804). Espírito Santo, Brasil, 2022.

Variável	Média	Dp*	p-valor
<b>Etnia</b>			
Branços	65,1	11,6	0,010
Não brancos	63,0	11,8	
<b>Gênero</b>			
Homens	65,6	11,9	0,001
Mulheres/outros	62,7	11,4	
<b>Orientação sexual</b>			
Heterossexual	65,1	11,2	0,000
Bissexual/outros	60,0	12,7	
<b>Possui religião</b>			
Sim	65,4	11,3	0,000
Não	60,9	12,1	
<b>Área de conhecimento CNPq</b>			
Ciências agrárias	66,0	12,3	0,001
Ciências da saúde	65,2	12,7	
Ciências exatas e da terra	64,8	11,0	
Ciências biológicas	63,9	9,3	
Engenharias	63,4	11,5	
Ciências humanas	60,6	12,6	

\*Dp: Desvio padrão

Fonte: produção da própria autora.

## CONCLUSÃO

O estilo de vida foi classificado como bom. Estudantes homens, brancos, heterossexuais, com religião e matriculados em cursos das ciências agrárias e da saúde apresentaram melhor estilo de vida.

## AGRADECIMENTOS

Agradeço ao Centro Universitário Norte do Espírito Santo (CEUNES/UFES - Campus São Mateus) pelo suporte técnico e infraestrutura para realização desta pesquisa; e à PRPPG pelo incentivo à iniciação científica.

## REFERÊNCIAS

PRATI, S. R. A; PORTO, W. J; FERREIRA, L. Estilo de vida de universitários: uma investigação sobre hábitos alimentares, atividade física e estresse. BIOMOTRIZ. DOI: <https://doi.org/10.33053/biomotriz.v14i2.30>.

AÑEZ, C. R. R; REIS, R. S; PETROSKI, E. L. Versão Brasileira do Questionário “Estilo de Vida Fantástico para Adultos Jovens”. Arquivos Brasileiros de Cardiologia, Florianópolis, 2008. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0066-782X2008001400006>.