

Qualidade de vida em estudantes de nutrição no início e final do curso: avaliação pelo SF 36 v2

Quality of life in nutrition students at the beginning and end of the course:
evaluation by SF 36 v2

Calidad de vida en estudiantes de nutrición al inicio y al final del curso:
evaluación por SF 36 v2

Danielle Abreu Souza

Viviane Belini Rodrigues

RESUMO:

São escassos estudos comparando a qualidade de vida dos estudantes de nutrição no início e no final do curso. Esses estudos são necessários, pois os estudantes de nutrição serão propulsores de saúde quando iniciarem a carreira de trabalho, ou até mesmo dentro das Universidades. O objetivo deste trabalho é investigar as diferenças na percepção da qualidade de vida dos estudantes do primeiro e último ano do curso de nutrição. Trata-se de uma pesquisa transversal descritiva quantitativa, com 46 estudantes pertencentes aos primeiros (24%) e aos últimos semestres (76%). Para isso, foi utilizado o questionário SF-36 (Short-Form Health Survey) segunda versão, em português para colher as informações, estas foram transformadas em números e calculadas no Planilhas Google e a análise comparativa das diferenças de escores entre as dimensões foram realizadas com o software SPSS, versão 16.0. Ambos os grupos se sobressaíram em quatro domínios de oito. O que chamou a atenção foi a média baixa destes alunos se comparado com outros estudos e o baixo desempenho dos alunos dos semestres finais nos domínios que se trata de questões mentais.

Palavras-chave: Qualidade de vida, Saúde mental, Universidade.

ABSTRACT:

There are few studies comparing the quality of life of nutrition students at the beginning and at the end of the course. These studies are necessary, as nutrition students will be health drivers when they start their working career, or even within Universities. The objective of this work is to investigate the differences in the perception of quality of life of students in the first and last year of the nutrition course. It is a cross-sectional quantitative research, with 46 students belonging to the first (24%) and the last semesters (76%). For this, the questionnaire SF-36 (Short-Form Health Survey), second version, in Portuguese was used to collect the information, these were transformed into numbers and calculated in Google Spreadsheets and the comparative analysis of the differences in scores between the dimensions was performed with SPSS software, version 16.0. Both groups excelled in four domains of eight. What drew

attention was the low average of these students compared to other studies and the low performance of students in the final semesters in the domains that deal with mental issues.

Keywords: Quality of life, Mental health, University.

RESUMEN:

Existen pocos estudios que comparen la calidad de vida de los estudiantes de nutrición al inicio y al final del curso. Estos estudios son necesarios, ya que los estudiantes de nutrición serán impulsores de la salud cuando inicien su carrera laboral, o incluso dentro de las universidades. El objetivo de este trabajo es investigar las diferencias en la percepción de la calidad de vida de los estudiantes en el primer y último año del curso de nutrición. Se trata de una investigación cuantitativa transversal, con 46 alumnos pertenecientes al primer (24%) y al último semestre (76%). Para ello, se utilizó el cuestionario SF-36 (Short-Form Health Survey), segunda versión, en portugués para recolectar la información, estos fueron transformados en números y calculados en Google Spreadsheets y se realizó el análisis comparativo de las diferencias en puntajes entre las dimensiones. con el software SPSS, versión 16.0. Ambos grupos sobresalieron en cuatro dominios de ocho. Lo que llamó la atención fue el bajo promedio de estos estudiantes en comparación con otros estudios y el bajo rendimiento de los estudiantes en los últimos semestres en los dominios que tratan los problemas mentales.

Keywords: Calidad de vida, Salud mental, Universidad.

INTRODUÇÃO

Apesar de se ouvir muito o termo “qualidade de vida”, o conceito deste ainda é bastante discutido na literatura. Por se ter essa dificuldade de conceituar, frequentemente outras palavras são utilizadas erroneamente como sinônimos deste termo, estas são: saúde, bem estar e estilo de vida. A falta de um conceito aceito por todos prejudica sua avaliação e seu uso em pesquisas científicas, porém deve ser superado considerando as diferentes abordagens propostas de acordo com as distintas perspectivas da ciência¹.

Segundo as Diretrizes Curriculares Nacionais do Curso de Graduação em Nutrição, o nutricionista deve visar a segurança alimentar e atenção dietética para a promoção, manutenção e recuperação da saúde, para que assim os indivíduos tenham uma melhor qualidade de vida². Desta forma se vê necessário conhecer a qualidade de vida destes estudantes uma vez que uma percepção positiva sobre qualidade de vida é capaz de beneficiar o desejo de aprendizado por parte dos acadêmicos e que estes serão propulsores de saúde.

Além disso, a carreira de nutricionista está crescendo consideravelmente nos últimos anos, propiciando o acúmulo de cargos ou horas excessivas de trabalho, o que causa sobrecarga, fadiga e exaustão, sintomas comuns em profissionais da saúde³. Porém são

poucos estudos sobre a qualidade de vida dos nutricionistas, mesmo sabendo que estes trabalham para promoção, prevenção e recuperação da saúde da população⁴.

Ainda na formação, o estudante lida com barreiras para uma boa qualidade de vida, pois a Universidade tem se configurado como um lugar gerador de situações de risco ou onde estas ocorrem⁵. Com isso, cabe às faculdades tentarem conter essas situações, mas ainda não há no Brasil uma política em nível nacional que tenha o objetivo da promoção da saúde em universidades, como se tem na Europa por exemplo. Entretanto, algumas universidades mostram preocupação com a qualidade de vida de seus discentes e buscam o título de Faculdades Promotoras da Saúde, para tal estas devem tratar a saúde como parte do seu projeto, estabelecendo políticas institucionais que promovam a saúde e a qualidade de vida da comunidade acadêmica⁶.

A Faculdade de Saúde da Universidade de Brasília no entanto recebeu no segundo semestre de 2016 o Certificado de Membro da Rede Ibero Americana de Universidades Promotoras de Saúde (RIUPS) da Direção do Centro Colaborador da Organização Mundial da Saúde - Organização PanAmericana da Saúde (OMS/OPAS), como Faculdade/Universidade Promotora de Saúde. Isso se deve a criação de espaços e a ações que esta vem desenvolvendo junto aos estudantes, como o trabalho com as ligas; criação do espaço Cora Coralina, para realizar refeições; criação da Academia Promotora de Saúde Prof. Dr. Elioenai Dornelles Alves; a sala Dona Marly, para estudos além da sala de aula; o redário criado para os profissionais da limpeza, porém utilizado por alunos também; os canteiros de hortas orgânicos e medicinais como forma de conscientizar sobre o meio ambiente; o comunica FS; mostras de estágio organizadas de forma horizontal em entre estudantes e professores; e a institucionalização do Sistema de Integração Ensino-Serviço-Comunidade⁷.

Considerando as dificuldades que o estudante de nutrição enfrenta durante o seu período na universidade e em razão do seu futuro como profissional de saúde que terá como uma de suas funções proporcionar uma melhor qualidade de vida para a população, o presente estudo visa investigar as diferenças na qualidade de vida de estudantes do primeiro e último ano do curso de nutrição.

Portanto o objetivo deste trabalho é investigar as diferenças na percepção da qualidade de vida dos estudantes do 2º, 3º, 4º, 7º e 8º semestres do curso de nutrição.

MÉTODO

Trata-se de uma pesquisa transversal descritiva quantitativa. De acordo com os alunos matriculados em algumas matérias, estima-se 136 alunos pertencentes ao 2º, 3º, 4º, 7º e 8º semestres, destes responderam 46 estudantes, sendo a maioria pertencente aos últimos semestres (76%)

Foram distribuídos 2 grupos de estudantes. No grupo 1 foram os estudantes matriculados no 2º, 3º e 4º semestre do curso de nutrição da Universidade de Brasília de acordo com o primeiro semestre de 2020. Já no grupo 2 estão os estudantes do 7º e 8º semestre do curso.

Os estudantes foram convidados através de redes sociais (*facebook* do curso de nutrição, *instagram* e *whatsapp*) a participar da pesquisa. O questionário utilizado foi o *Short-Form Health Survey* (SF-36) segunda versão, em português. Este instrumento que avalia a qualidade de vida foi desenvolvido em 1992 por Ware e Sherbourne e foi validado no Brasil em 1999⁸. O SF-36 é composto por 36 perguntas, uma referente a auto avaliação sobre seu estado de saúde, outra que abrange o estado de saúde no período de um ano e não é empregada no cálculo das escalas, e as demais que são agrupadas em nove domínios (capacidade funcional, aspectos físicos, dor, estado geral de saúde, vitalidade, aspectos sociais, aspectos emocionais, saúde mental). As pontuações mais altas indicam melhor estado de saúde, enquanto as mais baixas o inverso.

O domínio de capacidade funcional é a melhor medida para saúde física e consiste em avaliar o quanto de atividades o indivíduo é capaz de executar no dia a dia; já o de aspectos físicos olha se há algum problema ocasionado pela saúde física; o de dor verifica se há dor e o quanto ela limita o participante; o estado geral de saúde é sobre como o indivíduo avalia sua saúde; o domínio de vitalidade é referente a como você se sente na maior parte do tempo: esgotado, cansado, com energia ou com vigor; o de aspectos sociais verifica se há a interferência de problemas físicos e mentais nas atividades sociais; já o de aspectos emocionais, olha a interferência de problemas emocionais nas atividades diárias; por fim o de saúde mental, o domínio que têm tido o melhor desempenho em diversos estudos para avaliar saúde mental, ele avalia como o participante tem sentido na maior parte do tempo (nervoso, deprimido, feliz, calmo ou tranquilo)⁹.

Este questionário foi escolhido devido a sua facilidade de aplicação, podendo ser auto aplicável garantindo o anonimato; pode ser aplicado de inúmeras formas e por meio de

diversas plataformas, por optar ser preenchido a distância por conta da pandemia foi escolhido o meio eletrônico para promoção deste; e também devido ao pouco tempo que é demandado para o preenchimento (5 a 10 minutos).

1.1 Análises dos dados

Os procedimentos de cálculo dos escores seguiram as recomendações dos desenvolvedores do SF-36¹⁰. Para cada domínio foi calculado média, intervalo de confiança de 95%, efeito chão, efeito teto e significância estatística, para esta foi adotado P menor que 0,05. O efeito chão e o teto consiste na porcentagem dos menores (0) e maiores (100) valores encontrados respectivamente em cada domínio. As análises de dados foram tabulados no Google Planilhas. Na análise comparativa as diferenças de escores entre as dimensões foram comparadas com o teste "t" não-pareado de *Student* e foram realizadas com o software SPSS, versão 16.0.

2. Aspectos Éticos

Este estudo foi aprovado pelo comitê de ética em seres humanos CEP-FS da UNB em março de 2020 sob o número de CAAE 27780620.1.0000.0030.

RESULTADOS

Os dois grupos apresentaram médias maiores em relação ao outro em diferentes domínios. Os alunos dos semestres iniciais se sobressaíram em: capacidade funcional, estado geral de saúde, aspectos emocionais e saúde mental. E já os demais do grupo 2: aspectos físicos, estado geral de saúde, vitalidade e aspectos sociais. (Tabela 1).

As médias dos domínios variaram de 48,6 até 78,6, sendo a menor referente a vitalidade e a maior pertencente ao domínio capacidade funcional, ambos dos alunos iniciantes.

Porém houve significância estatística apenas nos domínios de estado geral de saúde e aspectos emocionais relacionados aos períodos do curso.

Não houve nenhum domínio em que a porcentagem teto ou chão fosse maior que 50%, destaca-se a porcentagem chão do aspecto emocional (18,2 e 25,7) e a porcentagem teto do domínio aspectos físicos (36,4 e 45,7) em ambos os grupos (Tabela 1).

Tabela 1 Medidas descritivas dos escores padronizados das oito escalas pertencentes ao 36-item Short Form dos alunos de nutrição da Universidade de Brasília segundo o período do curso.

| Semestre | CF | AF | Dor | EGS | VT | AS | AE | SM |
|------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 2º, 3º, 4º | | | | | | | | |
| Média | 78,6 | 70,5 | 67,0 | 55,0 | 48,6 | 54,5 | 60,6 | 52,4 |
| IC 95% | 74,7-82,6 | 52,8-88,1 | 59,2-74,8 | 47,2-62,8 | 42,3-55,0 | 40,8-68,3 | 39,4-81,9 | 41,5-63,2 |
| % chão | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 18,2 | 0,0 |
| % teto | 0,0 | 36,4 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 27,3 | 0,0 |
| 7º, 8º | | | | | | | | |
| Média | 71,3 | 77,1 | 76,3 | 53,0 | 50,4 | 61,4 | 49,5 | 50,7 |
| IC 95% | 66,6-76,0 | 68,3-86,0 | 68,0-84,6 | 47,9-58,2 | 46,2-54,7 | 51,6-71,3 | 37,7-61,3 | 44,2-57,3 |
| % chão | 0,0 | 0,0 | 2,9 | 0,0 | 0,0 | 2,9 | 25,7 | 0,0 |
| % teto | 0,0 | 45,7 | 34,3 | 0,0 | 0,0 | 20,0 | 17,1 | 0,0 |

Fonte: Autora

CF: capacidade funcional; AF: aspectos físicos; EGS: estado geral de saúde; VT: vitalidade;

AS: aspectos sociais; AE: aspectos emocionais; SM: saúde mental.

Tabela 2 Medidas descritivas dos escores padronizados das oito escalas pertencentes ao 36-item Short Form dos alunos de nutrição da Universidade de Brasília segundo o sexo.

| Sexo | CF | AF | Dor | EGS | VT | AS | AE | SM |
|-----------|-----------|-----------|------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| Feminino | | | | | | | | |
| Média | 72,9 | 75,6 | 72,5 | 54,1 | 49,6 | 60,0 | 53,3 | 50,3 |
| IC 95% | 68,7-77,1 | 66,9-84,3 | 65,3-79,7 | 49,7-58,6 | 46,0-53,3 | 51,5-68,5 | 42,4-64,3 | 44,7-55,9 |
| % chão | 0,0 | 0,0 | 2,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 22,5 | 0,0 |
| % teto | 0,0 | 45,0 | 22,5 | 0,0 | 0,0 | 15,0 | 20,0 | 0,0 |
| Masculino | | | | | | | | |
| Média | 74,2 | 75,0 | 84,7 | 51,3 | 52,5 | 58,3 | 44,4 | 56,7 |
| IC 95% | 66,4-81,9 | 53,1-96,9 | 68,9-100,4 | 34,7-68,0 | 39,4-65,6 | 28,9-87,8 | 12,1-76,7 | 35,0-78,3 |
| % chão | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 16,7 | 33,3 | 0,0 |
| % teto | 0,0 | 33,3 | 33,3 | 0,0 | 0,0 | 16,7 | 16,7 | 0,0 |

CF: capacidade funcional; AF: aspectos físicos; EGS: estado geral de saúde; VT: vitalidade; AS: aspectos sociais; AE: aspectos emocionais; SM: saúde mental.

Também foram observados diferenças entre homens e mulheres. Houve a colaboração de 40 mulheres e 6 homens, sendo 88% da amostra do sexo feminino. Estas obtiveram índices menores se comparadas aos homens em 4 domínios (capacidade funcional, dor, vitalidade e saúde mental) (Tabela 2). Porém não houve significância estatística em nenhum domínio.

DISCUSSÃO

Na Pesquisa Dimensões Sociais das Desigualdades (PDSO)¹¹ o SF 36 foi utilizado como um instrumento de estudo sobre a percepção de saúde pela idade e sexo dos participantes. Ao comparar os nossos resultados com essa pesquisa que investigou pessoas com até 24 anos, a faixa etária estimada da amostra, pode-se perceber que os estudantes de nutrição da UNB obtiveram médias inferiores em todos os domínios em relação à população geral da PDSO.

Quando comparamos os alunos dos primeiros semestres com os do últimos semestres do curso, verificamos que os iniciais sobressaíram nos domínios, aspectos emocionais e saúde mental, mas não foram estatisticamente significativos devido ao tamanho da amostra ser pequeno. Isto sugere que os alunos podem apresentar durante o curso maior vulnerabilidade em relação a esses aspectos. Além disso, 25,7% dos alunos prestes a se formar obtiveram um índice 0 no domínio aspectos emocionais, o que significa que esses apresentam dificuldade com o trabalho ou outras atividades diárias como consequência de problemas emocionais⁹.

Destaca-se no ano de 2015 houve um estudo com a finalidade de avaliar a qualidade de vida dos estudantes de nutrição da UNB ($n=40$) utilizando instrumento World Health Organization Quality of Life Instrument Bref, e verificaram que 82,5% dos estudantes consideraram sua qualidade de vida boa ou muito boa, porém mais da metade dos alunos relataram a presença de sentimentos negativos e a insatisfação com sono, energia para o dia a dia, capacidade de concentração e oportunidade de lazer¹². Os resultados diferem do que foi achado neste estudo utilizando o SF 36.

No estudo Qualidade de Vida de Estudantes de Enfermagem¹³, onde o SF 36 foi aplicado a fim de avaliar a qualidade de vida de estudantes de enfermagem de uma Universidade Pública de Dourados de acordo com o ano no curso e sexo, os alunos dos

últimos semestres obtiveram médias inferiores em 7 domínios, se sobressaindo apenas no domínio “dor”. Então ao se comparar os resultados observou-se uma semelhança na maioria dos domínios, exceto capacidade funcional, vitalidade e aspectos sociais. Neste estudo o domínio que alcançou a menor média foi aspectos emocionais e a maior em capacidade funcional assim como nos nossos participantes. Quando se compara os dois estudos em relação a sexo, há um resultado semelhante também, onde os homens se sobressaem na maioria dos domínios. Em relação aos alunos de nutrição da UNB o sexo masculino se sobressaiu em 4 domínios, já nos estudantes de enfermagem de Dourados as mulheres destacaram em 2 domínios de 8 (aspectos físicos e estado geral de saúde).

É preocupante que os alunos tenham atingido uma média tão baixa nestes domínios, mas temos que considerar que o questionário avaliou os estudantes em um momento bem singular no mundo. Por tanto pode ter influenciado os resultados, em especial, os alunos dos últimos semestres, pois houve uma ruptura nos planos para o futuro profissional e ao se verem um futuro bem incerto todos os sentimentos se intensificam.

Através de um questionário aplicado pelo Centro Acadêmico de Nutrição da UNB (CANUT) neste ano sobre o ensino remoto em momento de pandemia, pode-se observar uma grande dificuldade dos alunos em se adaptarem a esse novo formato. Dos 149 estudantes que responderam, 43% relataram não ter um acesso estável à internet, cerca de 56% relatou estar se adaptando ao ensino remoto com dificuldades, 34% falaram que ainda não conseguiram se adaptar e 70% relatou que se sentem sobrecarregados e isso afeta sua saúde mental¹⁴.

A UNB instituiu em 2019 a Diretoria de Atenção a Saúde (DASU), esta consiste em realizar ações de prevenção, promoção de saúde e atenção psicossocial. Neste momento de pandemia ela tem sido importante para levar esse apoio aos discentes mesmo que de forma remota, visto que oferece diversas atividades de apoio psicológico e promoção da saúde¹⁵.

Com as aulas remotas insere-se um novo desafio no cenário acadêmico, aumenta a dificuldade dos professores identificar ou captar sinais relacionados à saúde mental e emocional dos discentes, que nas aulas presenciais eram visíveis. Por parte dos discentes, o acesso remoto aos serviços disponibilizados pela instituição pode ser um obstáculo para alcance e adesão às terapias, bem como outros serviços de apoio disponibilizados pela instituição.

Este estudo traz um sinal de alerta à instituição na retomada das atividades, pois os discentes poderão retornar com aspectos emocionais e mentais sensibilizados, por tanto se faz

necessário capacitar e orientar os docentes e à comunidade acadêmica a lidar com as diversas situações.

CONCLUSÃO

Este estudo permitiu avaliar a qualidade de vida dos estudantes de nutrição e comparar os alunos no início e no final do curso. Ao comparar com outros estudos, pode-se perceber que de acordo com os dados coletados os alunos de nutrição da UNB estão com uma qualidade de vida baixa. Em relação a comparação do início com o final do curso e corroborando com outros estudos observou-se que os alunos dos últimos semestres apresentam médias menores nos domínios relacionados à saúde mental. Quanto ao sexo de acordo com os resultados encontrados e corroborando com outros estudos, as mulheres têm uma qualidade de vida inferior aos homens.

Em virtude dos achados faz-se necessário a permanência das ofertas de apoio psicológico oferecidas pela faculdade e uma articulação para o aumento dessa rede, de forma que abranja mais alunos e chegue a todos. Visto que todos os domínios obtiveram médias baixas, é importante pensar em novas formas de apoio para melhorar a qualidade de vida dos discentes.

REFERÊNCIAS

1. Santos, A; Teixeira, CS; Pereira, EF. Qualidade de vida: abordagens, conceitos e avaliação. Rev. bras. Educ. Fis. Esporte. 2012 abr./jun; v.26, n.2: p.241-50.
2. Ministério da Educação. Diretrizes Curriculares Nacionais para Cursos de Graduação em Enfermagem, Medicina e Nutrição. 2001 [acesso em nov. 2019]. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/dmdocuments/ces1133.pdf>.
3. Gomes , APNMG; Salado, AG. Atuação profissional dos egressos do curso de nutrição de uma instituição de ensino superior no Paraná. Rev. Saúde Pesq 2008.
4. Trindade, NR; Santana, PO; Pinho, L. Qualidade de vida dos nutricionistas do norte de Minas Gerais. Rev. da Associação Brasileira de Nutrição, 2016, n. 2: p. 17-23.
5. Chaves, ECL; Iunes, DH; Moura, CC; Carvalho, LC; Silva, AM; Carvalho, EC. Ansiedade e espiritualidade em estudantes universitários: um estudo transversal. Rev Bras Enferm 2015; v. 68, n. 3: 504-509.
6. Oliveira, CS; A universidade promotora da saúde: uma revisão da literatura. Salvador. [Pós Graduação] - Universidade da Bahia. 2017.
7. Souza, MF. FS entra na Rede Ibero-americana de Universidades Promotoras de Saúde (RIUPS) Brasília, 2016. [acesso em: nov. 2019]. Disponível em: file:///C:/Users/Windows/Downloads/certificado_FSpromotora_de_saude.pdf.
8. Ciconelli, RM; Ferraz, MB. Tradução para o português e validação do questionário genérico de avaliação de qualidade de vida medical outcomes study 36-item short-form health survey (SF-36). São Paulo, 1997. Disponível em: <<http://repositorio.unifesp.br/handle/11600/15360>>. Acesso em: nov. 2020.
9. Cruz, LV. Medidas de qualidade de vida e utilidade em uma amostra da população em Porto Alegre. Porto Alegre. Tese [Doutorado em Epidemiologia] - Universidade Federal do Rio Grande do Sul. 2010.
10. Neurologia UFPR. Cálculo dos escores do questionário qualidade de vida. To Saúde Funcional [acesso em nov 2020]. Disponível em: <https://toneurologiaufpr.files.wordpress.com/2013/03/questionc3a1rio-de-qualidade-de-vida-sf-36-cc3a1culo-escores.pdf>.
11. Laguardia, J; Campos, MR; Travassos, C; Najar, AL; Anjos, LA; Vasconcellos, MM. Dados normativos brasileiros do questionário Short Form-36 versão 2. Rev. bras. epidemiol. 2013 vol.16 n. 4.
12. Beraldi, S; Bampi, LNS.; Pereira, MF; Guilhem, DB; Mariath, AB; Campos, ACO. Avaliação da qualidade de vida dos estudantes de nutrição. Trab. Educ. Saúde 2015, v. 13 n. 2: p. 515-531.
13. Araújo, MAN.; Filho, WDL; Leite, LRC; Ma, RTk; Silva, AA; Souza, JC. Qualidade de vida de estudantes de enfermagem. Rev Rene 2014; 15(6): 990-7.
14. Centro Acadêmico de Nutrição-UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA; Mapeamento de opinião - aulas e atividades remotas: estudantes de nutrição. Disponibilizado por diretório acadêmico de nutrição da UNB. [acesso: nov 2020].
15. Diretoria de Atenção à Saúde da Comunidade Universitária. Atividades ofertadas aos estudantes da UNB. [acesso em 2 de dezembro de 2020]. Disponível em: <http://dasu.unb.br/estudantes>.