

## **ANÁLISE DA QUALIDADE DE VIDA DOS ACADÊMICOS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA UNIVERSIDADE REGIONAL DO CARIRI – URCA**

Ana Paula Alves Ferreira (1), Jéssica Ramos Santana (2), José Ygo da Silva Oliveira (3), Naerton José Xavier Isidoro (4)

(Universidade Regional do Cariri-URCA, apalvesferreira@gmail.com)

### **RESUMO**

A qualidade de vida é um termo complexo, formado por um misto de conceituações amplas, que se adequam ao crescimento da sociedade, às suas crenças e às diferentes culturas. Este trabalho apresenta como objetivo geral: Analisar o nível de qualidade de vida de acadêmicos do curso de Educação Física da Universidade Regional do Cariri – URCA. Metodologicamente, classifica-se como um estudo descritivo, exploratório, bibliográfico e de campo. A população do presente estudo contemplou os acadêmicos do V e VI semestre do curso de licenciatura em Educação Física da Universidade Regional do Cariri. Participaram da pesquisa em questão 25 acadêmicos do sexo feminino e 25 acadêmicos do sexo masculino. Foram incluídos apenas indivíduos do V e VI semestre regularmente matriculados no curso. Utilizou-se de um questionário estruturado fundamentado na Escala de Qualidade de Vida de Flanagan com quinze perguntas apresentando opções de resposta que englobam desde o “ muito insatisfeito” (escore 1) até “ muito satisfeito” (escore 7) que relaciona qualidade de vida a partir de cinco dimensões: bem-estar físico e material, relações com outras pessoas, atividades sociais, comunitárias e cívicas, desenvolvimento pessoal e realização, e recreação. A maior média encontrada em ambos os sexos foi na dimensão “recreação”, mais especificamente no item “recreação passiva”, obtendo 6,12 para o grupo masculino e 6,52 para a amostra do sexo feminino. A menor média encontrada em ambos o sexo foi na dimensão “ relação com outras pessoas” no item “ter e criar filhos” com escore médio 0,44 para o sexo masculino e 1,44 para o grupo feminino. Os acadêmicos pesquisados apresentaram satisfatórios níveis de qualidade de vida expressos nos altos escores obtidos das cinco dimensões analisadas. A média geral dos escores ficou em 6,32.

**Palavras-chave:** Qualidade de vida, Alunos, Educação Física.

## 1. INTRODUÇÃO

A qualidade de vida é um termo complexo, formado por um misto de conceituações amplas, que se adequam ao crescimento da sociedade, às suas crenças e às diferentes culturas. Suas diferentes definições passam por modificações ao longo do tempo, envolvendo processos multáveis relacionados à área da saúde, educação, arquitetura, urbanismo, esporte, lazer, novas tecnologias e tudo aquilo que compreende o homem, a cultura e o meio.

A Organização Mundial da Saúde (1995) destaca que a qualidade de vida está relacionada com a percepção do indivíduo acerca da sua posição em aspectos da vida como moradia, saúde, autoestima, educação, lazer, família, afetividade, transporte, considerando, também, sua cultura, sistema de valores, e os seus objetivos.

De acordo com Minayo et al. (2000, p.10)

Qualidade de vida é uma noção eminentemente humana, que tem sido aproximada ao grau de satisfação encontrado na vida familiar, amorosa, social e ambiental e à própria estética existencial. Pressupõe a capacidade de efetuar uma síntese cultural de todos os elementos que determinada sociedade considera seu padrão de conforto e bem-estar. O termo abrange muitos significados, que refletem conhecimentos, experiências e valores de indivíduos e coletividades que a ele se reportam em variadas épocas, espaços e histórias diferentes, sendo, portanto, uma construção social com a marca da relatividade cultural.

O termo “Qualidade de Vida” engloba muitos significados que refletem o indivíduo como um todo, seus conhecimentos, experiências vivenciadas, valores adquiridos, histórias de várias épocas determinadas pelo padrão de conforto e bem estar. Qualidade de vida é uma construção social marcada pela condição cultural. A sociedade é construída por cada indivíduo, os comportamentos, os costumes e os hábitos são adquiridos pelas circunstâncias no meio em que o homem vive.

A qualidade de vida está relacionada ao modo, condições e estilos de vida, desenvolvimento sustentável, democracia, direitos e deveres humanos. Segundo Meeberg (1993) qualidade de vida envolve um sentimento global de satisfação de vida, influenciado pela história pessoal e familiar, pelas perspectivas futuras, assim como pela mídia e pela propaganda de massa.

Nahas (2006) conceitua qualidade de vida como uma “[...] condição humana resultante de um conjunto de parâmetros individuais e socioambientais, modificáveis ou não, que caracterizam as condições em que vive o ser humano”.

Os parâmetros individuais relacionam-se ao estilo de vida e a hereditariedade, já os parâmetros socioambientais estão associados à educação, moradia, assistência médica, lazer, ambiente, condições financeiras.

Observa-se, portanto, que os significados atribuídos à qualidade de vida compreendem o homem e sua relação com a sociedade, diferenciando-se em função de determinada idade e público alvo. Um dos fatores que merece destaque na qualidade de vida é o estilo de vida do, tido como um fator determinante na saúde do indivíduo, grupos e comunidades, sendo fundamental na promoção da saúde e na redução da mortalidade.

Nahas (2001) define estilo de vida, como o conjunto de ações habituais que refletem as atitudes, os valores e as oportunidades na vida das pessoas, valorizando elementos como o bem-estar, a prática regular de atividade física, a alimentação, cuidados preventivos com a saúde e o relacionamento interpessoal.

Os cuidados com a saúde refletem um estilo de vida ativo e saudável. A prática regular de atividade física tem como um dos objetivos favorecer o bem-estar e a satisfação pessoal, assim como contribui para a promoção de saúde e melhora na qualidade de vida.

Segundo Caspersen (1985) a atividade física é definida como qualquer movimento corporal produzido pelos músculos esqueléticos que resulta em gasto energético maior do que os níveis de repouso. Conceitua-se exercício físico como uma atividade física planejada, estruturada e repetitiva, com a intenção de melhorar ou manter um ou mais elementos da aptidão física, ou seja, o conjunto de características possuídas ou adquiridas pelo indivíduo, relacionada com a capacidade de realizar atividades físicas (CASPERSEN et. al., 1985 CITADO POR MAZO, 2008).

O aumento da expectativa de vida para adultos jovens está fortemente interligado com a prática de atividade física, fator este recomendado para prevenir doenças crônicas. Já para idosos, verifica-se que a atividade física combate fatores de vulnerabilidade, diminuindo a inabilidade e aumentando a funcionalidade do organismo. (Spirduso & Cronin, 2001)

O presente estudo tem como objetivo: Analisar o nível de qualidade de vida de acadêmicos do curso de Educação Física da Universidade Regional do Cariri – URCA.

## **2. METODOLOGIA**

### **2.1 Tipo de Pesquisa**

A presente pesquisa apresenta-se como um estudo descritivo, exploratório, bibliográfico e de campo, tendo como público-alvo acadêmicos do curso de educação física da Universidade Regional do Cariri - URCA.

## 2.2 População e amostra

A população do presente estudo contempla os acadêmicos do curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Regional do Cariri. Participaram do estudo 50 acadêmicos do quinto e semestre do curso em questão.

## 2.3 Cenário

A pesquisa em questão foi desenvolvida no curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Regional do Cariri – URCA através do Núcleo de Pesquisa, Estudo e Extensão em Educação Física- NUPEF. O referido curso acadêmico é composto por cerca de 250 estudantes.

## 2.4 Questões éticas

Os participantes assinaram um termo de consentimento livre e esclarecido – TCLE, constando quais os objetivos, local e horários da pesquisa, bem como o instrumento que seria utilizado para realização da mesma, ficando cientes acerca da liberdade para participar ou não da pesquisa, podendo desistir a qualquer momento, sem que isso lhes ocasionasse prejuízo algum.

## 2.5 Instrumentos da Pesquisa

Este estudo utilizou-se de um questionário estruturado fundamentado na “Escala de Qualidade de Vida de Flanagan” que relaciona qualidade de vida a partir de cinco dimensões: bem-estar físico e material, relações com outras pessoas, atividades sociais, comunitárias e cívicas, desenvolvimento pessoal e realização e recreação.

## 2.6 Critérios de inclusão

Foram incluídos acadêmicos do curso de Educação Física da URCA regularmente matriculados.

## 2.7 Procedimentos de Coleta de Dados

Foram analisadas as cinco dimensões de vida a partir da Escala de Qualidade de Vida de Flanagan utilizando um questionário com quinze perguntas apresentando opções de resposta que englobam desde o “ muito insatisfeito” (escore 1) até “ muito satisfeito” (escore 7).

## 3. ANÁLISE E DISCUSSÃO

A tabela 1 apresenta a caracterização dos participantes da pesquisa em questão, observando o sexo e o estado civil.

**Tabela 1-** Caracterização dos participantes da pesquisa.

<b>Dados de identificação</b>	N	%
<b>Sexo</b>		
Feminino	25	50%
Masculino	25	50%
<b>Total</b>	50	100%
<b>Estado Civil</b>		
Solteiro	43	86%
Casado	7	14%
Viúvo	0	0
<b>Total</b>	50	100%

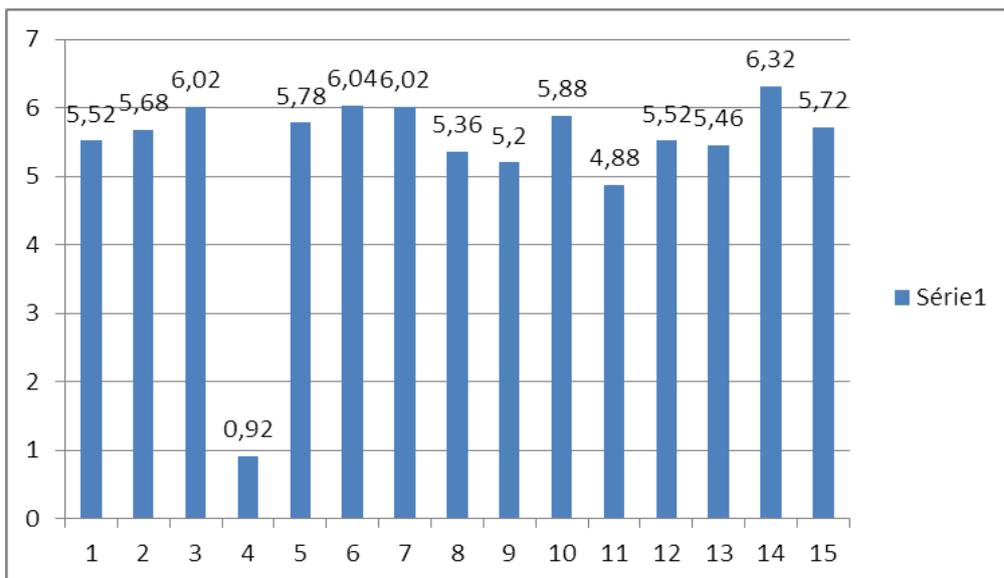
Na Tabela 2, estão as médias e desvios-padrão das amostras masculina e feminina dos 15 itens da Escala de Flanagan sobre qualidade de vida obtidos neste estudo. A maior média encontrada em ambos os sexos foi na dimensão “recreação”, mais especificamente no item “recreação passiva”, obtendo 6,12 para o grupo masculino e 6,52 para a amostra do sexo feminino. A menor média encontrada em ambos os sexos foi na dimensão “relação com outras pessoas” no item “ter e criar filhos”, obtendo um escore médio de 0,44 para o sexo masculino e 1,44 para o sexo feminino.

**Tabela 2** – Escores médios e desvios-padrão relativos aos 15 itens da Escala de Qualidade de Vida de Flanagan verificado entre os idosos do estudo.

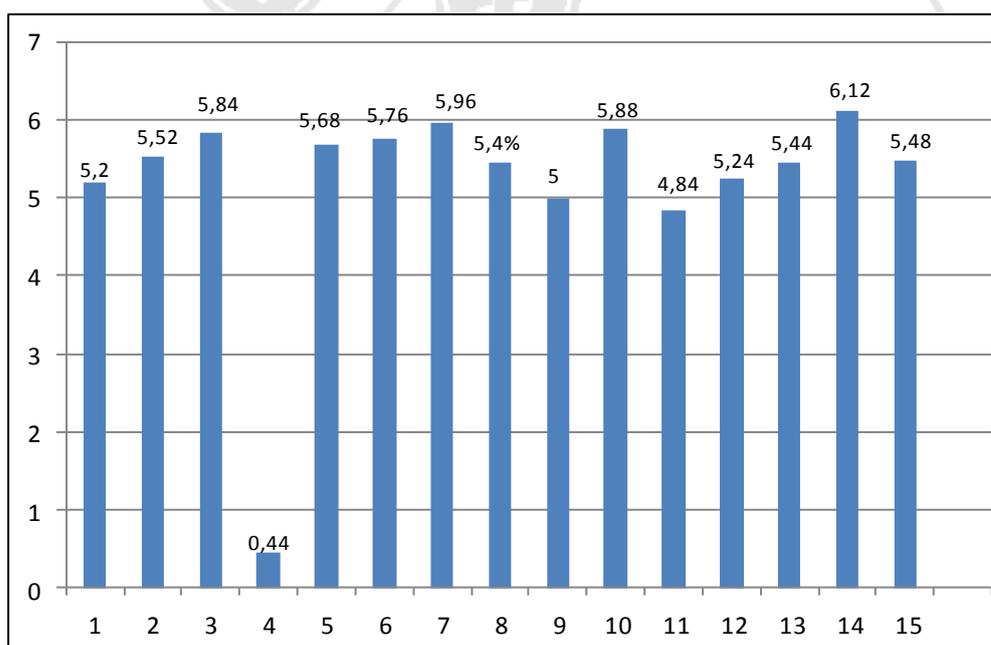
<b>Dimensões/ Itens</b>	<b>Masculino(</b>	<b>Feminino</b>
	<b>n=25)</b>	<b>(n=25)</b>
	<b>Média (±dp)</b>	<b>Média (±dp)</b>
<b>1. Bem estar físico e material</b>		
Conforto material	5,2 (±1,18)	5,84 (±1,01)

Saúde	5,52 ( $\pm 0,95$ )	5,84 ( $\pm 1,04$ )
2. Relação com outras pessoas		
Relação com Parentes	5,84 ( $\pm 0,98$ )	6,2 ( $\pm 0,79$ )
Ter e criar filhos	0,44 ( $\pm 0,79$ )	1,4 ( $\pm 2,51$ )
Intimo	5,68( $\pm 1,19$ )	5,88 ( $\pm 1,32$ )
Amigos	5,76 ( $\pm 1,24$ )	6,32 ( $\pm 0,99$ )
3. Atividades Sociais Comunitárias e Cívicas		
Ajuda	5,96 ( $\pm 0,70$ )	6,08 ( $\pm 1,33$ )
Participação	5,44( $\pm 1,14$ )	5,28 ( $\pm 1,61$ )
4. Desenvolvimento Pessoal e Realização		
Aprendizagem	5 ( $\pm 1,75$ )	5,4 ( $\pm 1,47$ )
Auto conhecimento	5,88( $\pm 0,94$ )	5,88 ( $\pm 1,10$ )
Trabalho	4,84( $\pm 1,45$ )	4,92 ( $\pm 1,75$ )
Comunicação	5,24( $\pm 1,46$ )	5,8 ( $\pm 1,45$ )
5. Recreação		
Socialização “Fazer amigos”	5,44 ( $\pm 1,97$ )	5,48 ( $\pm 1,92$ )
Recreação Passiva	6,12( $\pm 0,99$ )	6,52 ( $\pm 0,49$ )
Recreação Ativa	5,48( $\pm 1,15$ )	5,96 ( $\pm 1,03$ )

O gráfico 1 apresenta as médias dos escores obtidos pelos participantes (n=50) nos quinze itens pesquisados. A média geral dos itens pesquisados foi 6,32, valor este que expressa satisfatório nível de qualidade de vida entre os acadêmicos.



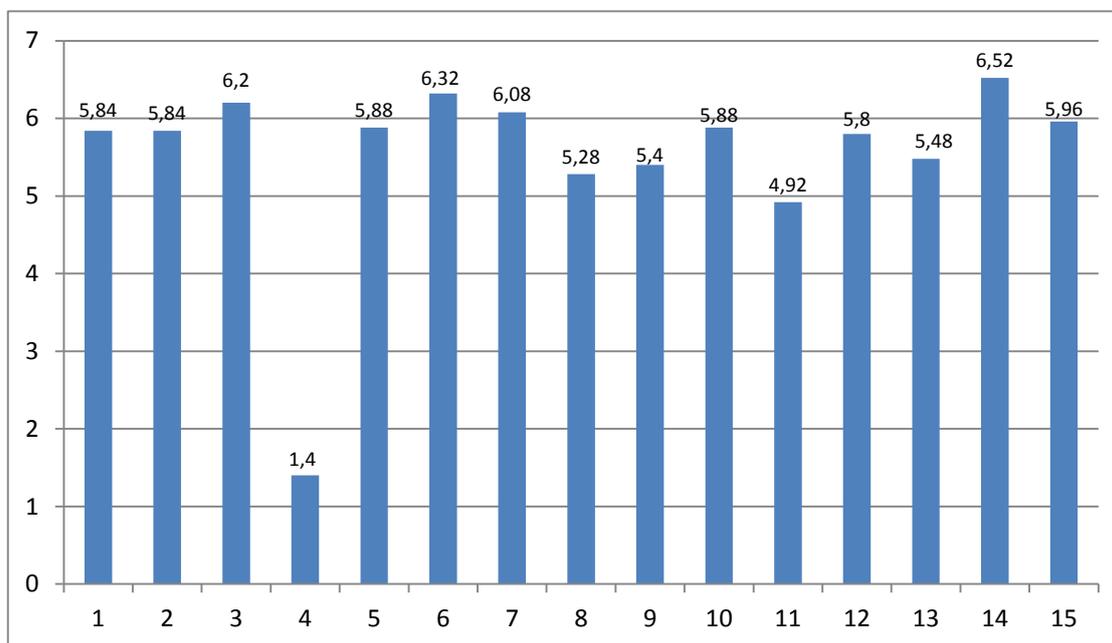
**Gráfico 2** – Médias dos escores masculino obtidos nos quinze itens pesquisados.



**LEGENDA:** 1 – Conforto material; 2 – Saúde; 3 – Relação com parentes; 4 – Constituir família; 5 – Relacionamento íntimo; 6 – Amigos; 7 – Ajuda; 8 – Participação em associações; 9 – Aprendizagem; 10 – Autoconhecimento; 11 – Trabalho; 12 – Comunicação; 13 – Recreação ativa; 14 – Ouvir música; 15 – Socialização.

Os gráficos 2 e 3, apresentam as médias dos escores masculinos e femininos obtidos nos quinze itens pesquisados. Em ambos os gráficos, a maior média contemplou a dimensão recreação, especificamente no item 14; ouvir música, fazer leitura e entretenimentos.

**Gráfico 3** – Médias dos escores feminino obtidos nos quinze itens pesquisados.



LEGENDA: 1 – Conforto material; 2 – Saúde; 3 – Relação com parentes; 4 – Constituir família; 5 – Relacionamento íntimo; 6 – Amigos; 7 – Ajuda; 8 – Participação em associações; 9 – Aprendizagem; 10 – Autoconhecimento; 11 – Trabalho; 12 – Comunicação; 13 – Recreação ativa; 14 – Ouvir música; 15 – Socialização

No estudo realizado por Saupe (2002) em Maringá, utilizando também a escala de Flanagan com 86 alunos do curso de Enfermagem (92% do sexo feminino e 8% do sexo masculino) apresentou o maior escore de qualidade de vida na dimensão “bem estar físico e material” com 61,7. O escore de nível mais baixo foi na dimensão “Atividades Sociais Comunitárias e Cívicas” com 29,1.

A pesquisa em questão buscou oferecer subsídios para os estudos sobre a qualidade de vida de jovens do sexo masculino e feminino, apresentando como limitações o número reduzido de participantes pesquisados assim como a participação somente de indivíduos do quinto e sexto semestre do curso de educação física. Perspectiva-se ampliar este estudo, incluindo também outros semestres.

#### 4 CONCLUSÃO

Os acadêmicos pesquisados apresentaram satisfatórios níveis de qualidade de vida, expressos nos altos escores obtidos das cinco

dimensões analisadas: bem-estar físico e material, relações com outras pessoas, atividades sociais, comunitárias e cívicas, desenvolvimento pessoal e realização, e recreação. A média geral dos escores ficou em 6,32.

## 5 REFERÊNCIAS

CASPERSEN, C. J.; POWELL, K. E., CHRISTENSEN, G. M. Physical activity, exercise, and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research. **Public Health Reports**, 100:126–131. 1985.

GONÇALVES, L.H.T; DIAS, M.M; LIZ, T.G. **Qualidade de vida de idosos independentes segundo proposta de avaliação de Flanagan**. Mundo Saúde jul./ago.;23(4):214-20. 1999.  
MEEBERG, G. **Quality of life: a conceptual analysis**. Jour. Adv. Nurs. Schoo, v. 18, p.32-8, 1993.

MINAYO, M. C. S.; HARTZ, Z. M. A.; BUSS, P. M. Qualidade de Vida e saúde: um debate necessário. **Ciência & Saúde Coletiva**. Rio de Janeiro, v. 5, n.1, p. 7-18. 2000.

MIRANDA, C.; SAUTHIER, J. Evasão: um estudo preliminar. **Rev. Bras. de Enf., Brasília**, DF, v. 42, n°.1,2,4, p. 134-140, jan./dez. 1989.

NAHAS, M.V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida**. 4.ed. Londrina: Midiograf, 2001

NAHAS, M.V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida**. 4.ed. Londrina: Midiograf, 2006.

OMS, Organização Mundial da Saúde. **Envelhecimento Ativo: Uma política de saúde**. p.14. 2005.

SAUPE, R.; GEIB, L.T.C. Programas tutoriais para os Cursos de Enfermagem. **Rev. Latino-am Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 10, n°.5, p. 721-6, set./out., 2002.

SPIRDUSO, W.W. E CRONIN, D.L. Exercise dose-response effects on quality of life and independent living in older adults. **Medicine and Science in Sports and Exercise**, v.33, n.6, p.598-608, 2001.