

Análise da percepção da Qualidade de Vida e Atividade Física dos alunos de Pedagogia da FAH

EVAN BONFIM

RODRIGO OLIVEIRA

RESUMO

OBJETIVO: O intuito deste estudo foi analisar a percepção da qualidade de vida e nível de atividade física dos alunos de Pedagogia da Faculdade Adventista de Hortolândia (FAH). **MÉTODOS:** Este estudo foi do tipo qualitativo, A amostra foi composta por 52 universitários, regularmente matriculados no segundo semestre de Pedagogia da FAH. Para a avaliação do nível de qualidade de vida utilizou-se o instrumento desenvolvido pela Organização Mundial da Saúde – WHOQOL-Bref (versão curta) e para análise do nível de atividade física foi utilizado o instrumento IPAQ. **RESULTADOS:** Os dados obtidos pelos domínios do WHOQOL-Bref foram satisfatórios, sendo os domínios físico: 65,18; psicológico: 64,17; social: 63,54 e o meio ambiente: 50,55. Já nos índices de atividade física os dados apresentam que 45% são ativos, 31% irregularmente ativos, 16% muito ativos e 8% sedentários. **CONCLUSÕES:** Os dados obtidos pelo WHOQOL-Bref sobre a percepção do nível de qualidade de vida dos alunos de Pedagogia da FAH apresentam subsídios que, apesar de satisfatórias, alertam para uma maior atenção para esses indivíduos, pois, apresentaram médias inferiores em comparação a outros estudos de discentes de características parecidas. No entanto, em analogia ao nível de atividade física dos alunos, percebe-se que a maioria dos pesquisados estão entre ativos e muito ativos (somando ambos equivalem a 61%), portanto, porcentagem de sedentários e irregularmente ativos representa 39%, necessitando, assim, uma atenção para esse grupo, para prevenir futuras doenças causadas pelo baixo nível de atividade física e pelo sedentarismo. Propõe-se que mais pesquisas em torno de qualidade de vida e níveis de atividade física sejam realizadas e com uma amostragem maior principalmente de Pedagogia, para melhor análise dos dados e,

consequentemente, maior confiabilidade na análise crítica. **PALAVRAS-CHAVE:** Pedagogia; universitários; qualidade de vida e atividade física

1 INTRODUÇÃO

A avaliação do nível de qualidade de vida e os níveis de atividade física cresceram muito ultimamente devido à preocupação de muitos profissionais de diversas áreas da saúde, com a população que, cada vez mais, deixa de ter hábitos saudáveis e passa a possuir rotinas sedentárias oriundas do comodismo e de má alimentação, principalmente com o consumo exacerbado de *fast foods* e a falta de atividades físicas no cotidiano.

Esclarecer o conceito de Qualidade de Vida é uma tarefa complicada, levando em consideração sua postura subjetiva, sua complexidade e suas dimensões. A qualidade de vida de um indivíduo está sujeito a fatores intrínsecos e extrínsecos, dependendo de pessoa para pessoa e estando subordinado à influências de seu cotidiano, de onde residem, seus hábitos e estilo de vida (RUGISKI; PILATTI e SCANDELARI, 2005).

A qualidade de vida é definida, segundo Alves *et al* (2010, p.92) como a “percepção do sujeito em relação a sua posição individual na vida e no contexto de sua cultura e sistema de valores em que está inserido, bem como em relação à seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações”. Fleck (1999), conclui certificando que o conceito de qualidade de vida é subjetivo e multidimensional e possui subsídios de avaliação de forma positiva e, também, negativa.

As autoras Kawakame e Miyadahira (2005) complementam afirmando que, a questão da qualidade de vida é constituída de seis domínios: físico, psicológico, nível de independência, relações sociais, meio ambiente e a espiritualidade. Ainda de acordo com as autoras, a qualidade de vida aparece como uma meta a ser atingida por várias áreas da Saúde. Dessa forma, “qualidade de vida é definida como a sensação de bem-estar de uma pessoa que deriva da satisfação ou insatisfação com as áreas da vida que são importantes para ela” (KAWAKAME; MIYADAHIRA, 2005, p. 166).

Em resumo, a noção de qualidade de vida transita em um campo semântico polissêmico: de um lado, está relacionada a modo, condições e estilos de vida. De outro, inclui as idéias de desenvolvimento sustentável e ecologia humana. E, por fim, relaciona-se ao campo da democracia, do desenvolvimento e dos direitos humanos e sociais. (MINAYO, 2000, p.4)

Oliveira de Andrade *et al* (2011, p.131-132) aponta que a questão da “qualidade de vida pode ser vista como um fator de transcendência em relação à saúde, sendo incluídos outros aspectos que influenciam a vida e sua qualidade”.

Segundo Rugiski, Pilatti e Scandelari (2005) houve a necessidade de criar um instrumento para avaliar os parâmetros de qualidade de vida e que pudesse realizar isso num contexto mundial. Dessa maneira, um dos métodos de avaliar o nível de qualidade de vida é o questionário criado pela Organização Mundial da Saúde (OMS). Esse questionário é conhecido como *World Health Organization Quality of Life* ou apenas WHOQOL, sendo utilizado por inúmeros pesquisadores em todo mundo.

No ambiente universitário, para o graduando, a experiência universitária, muitas vezes, representa para o mesmo, uma transição para a vida adulta. Submetido a novas experiências e responsabilidades, um momento aonde ele irá se desenvolver pessoalmente e profissionalmente e isso acarreta um grande impacto onde passará por uma nova realidade e exigências onde o deslocará para longe de sua zona de conforto (ROSA *et al*, 2012).

Estudos apresentam uma perspectiva desfavorável à qualidade de vida de universitários, pelo fato de ter de se adaptar a esse momento da vida, propenso a correr riscos financeiros, familiares e de saúde. Essas expectativas podem favorecer o surgimento de sentimentos negativos, tais como o medo, a ansiedade, o estresse, etc. (ROSA *et al*, 2012).

A partir de todos estes conceitos, surge um grande interesse em busca da qualidade de vida do indivíduo, com reflexo de longo prazo e a procura de meios para melhorar baixos índices.

Uma das vertentes da qualidade de vida é o emprego da atividade física no cotidiano. Segundo Silva *et al* (2007), várias pesquisas realizadas em solo norte-americano, apontam que a prática de sistemáticas de atividades físicas está correlacionada com a carência ou baixos níveis de depressão e ansiedade.

Não foi a partir de 2007 que pesquisadores tiveram ciência dos benefícios que a atividade física regular pode proporcionar aos indivíduos, desde os primórdios da história humana, sabe-se da importância de movimentar-se.

A prática de atividades físicas é entendida como parte integrante e fundamental para o desenvolvimento de aspectos positivos atrelados à saúde. Níveis baixos de atividade física estão comumente associados a várias doenças como a diabetes, câncer, obesidade, infarto do miocárdio, doença arterial coronariana entre muitos outros (FONTES; VIANNA, 2009).

Complementando a afirmação acima, Silva *et al* (2007) alegam que a atividade física é rotulada, além de outros fatores, como um meio de promover saúde e a qualidade de vida. Os autores afirmam que o sedentarismo ou a falta de exercícios físicos, associados com o tabagismo e uma dieta pobre em nutrientes são fatores de risco relacionados ao estilo de vida, o que aponta a um conceito de aumento substancial na capacidade de desenvolver ou agravar várias doenças, inclusive as de condição crônico-degenerativas.

Diversos estudos comprovam os benefícios dos exercícios regulares e controlados para a promoção da saúde do ser humano. A minoração dos níveis de ansiedade, estresse e depressão, favorece o humor, melhora no bem estar físico e psicológico, melhora no funcionamento fisiológico e orgânico, maior rendimento no trabalho, melhora nas capacidades físicas e mentais entre muitos outros benefícios associados ao cuidado de praticar atividades físicas adequadas e regulares (SAMULSKI; NOCE, 2000).

Dentre os meios de avaliar o nível de atividade física encontra-se o Questionário Internacional de Atividade Física (*International Physical Activity Questionnaire*), ou conhecido simplesmente como IPAQ.

De acordo com Silva *et al* (2007), o IPAQ apresentou rendimentos satisfatórios em inúmeras pesquisas e em populações distintas. Apesar da

relevância do questionário e de vastas populações analisadas, atualmente, existem pouquíssimas pesquisas sobre nível de atividade física com acadêmicos, tanto de alunos de graduação, quanto de pós-graduação, que constituem um fundamental grupo da sociedade., não tem sido devidamente avaliado.

Em um estudo desenvolvido por Souza (2011) para analisar o nível da inatividade física entre universitários, indica que os universitários apresentam índices culminantes de inatividade física ou baixos níveis de atividade física.

Guedes *et al* (2006) apresentam fatores que podem determinar o nível de atividades físicas dos discentes como, por exemplo, sexo, idade, nível econômico, moradia, jornada de trabalho, indicadores sócio-demográficos, do sobrepeso e do tabagismo **entre outros pretextos que possam desempenhar um momento crítico no comportamento do universitário.**

Em um estudo elaborado por Sant'Anna *et al* (2006), é analisado o perfil dos graduandos em pedagogia. Nesta pesquisa é revelada a faixa etária que corresponde a 40% de 20 a 22 anos; 23% entre 17 e 19 anos; 23% entre 23 e 25 anos; e 14% com alunos acima de 26 anos de idade.

Em outra pesquisa desenvolvida por Gatti (2010) cerca de 35% tinham até 24 anos de idade, 21% correspondia a uma idade entre 25 a 29 anos e 26% entre 30 e 39 anos, apresentando que a maioria dos alunos são jovens com idade inferiores a 25 anos, assim como a pesquisa de Sant'Anna *et al* (2006).

Outro dado interessante na pesquisa é que em relação ao trabalho, 23% alegam que não trabalham fora, 11% trabalham no comércio ou em indústria, 16% trabalham na área administrativa, 19% prestam serviços e 31% trabalham na área pedagógica (SANT'ANNA, *et al*, 2006).

Analisando os dados obtidos, percebe-se que a maioria dos alunos atuam em alguma área ou trabalham., Essa condição atrapalharia numa rotina de atividades físicas regulares em busca de uma qualidade de vida e a idade também influenciaria nesta questão, pois, em outra pesquisa desenvolvida por Gutierrez, *et al* (2012), 97,17% dos discentes de pedagogia era constituído por mulheres, contra 2,83% de homens.

Segundo os dados da pesquisa desenvolvida por Gutierrez *et al* (2012), a maioria dos estudantes são solteiros (69%) sendo que (65,51%) não possuem filhos. Estes dados, segundo os autores, representam a perspectiva da mulher na sociedade contemporânea: a prorrogação do casamento e da maternidade, com o intuito de, primeiramente, construir a carreira e estabilizar-se profissionalmente antes de estabelecer uma família.

Apesar de, a maioria, não terem tarefas domiciliares e preocupações com filhos, o tempo restante para as atividades físicas e a procura de um bem-estar fica cada vez mais distante em decorrência da jornada de trabalho aliada com os estudos na universidade e fora dela.

Assim como na qualidade de vida, são escassas as pesquisas sobre o nível de atividade física em acadêmicos de Pedagogia e de outros acadêmicos de cursos de licenciatura, salvo em exceção, aos alunos dos cursos de Educação Física, que apresentam uma vasta coleção de estudos a cerca de qualidade de vida e atividade física, por implicação de seus atributos.

Portanto, esta pesquisa visa analisar a percepção sobre o nível de atividade física e qualidade de vida de universitários discentes do curso de Pedagogia.

2 METODOLOGIA

Para a elaboração desta pesquisa, foi utilizada uma amostra constituída por uma pesquisa realizada no ano de 2012 com 52 acadêmicos do segundo semestre do curso noturno de Pedagogia da Faculdade Adventista de Hortolândia – FAH.

Este estudo tem caráter qualitativo exploratório, segundo Minayo (2010) esse modelo de pesquisa:

se preocupa, nas ciências sociais, com um nível de realidade que não pode ser quantificado. Ou seja, ela trabalha com o universo de significados, motivos, aspirações, crenças, valores e atitudes, o que corresponde a um espaço mais profundo das relações, dos

processos e dos fenômenos que não podem ser reduzidos à operacionalização de variáveis (MINAYO, 2010, p.21).

Todos os participantes estavam regularmente matriculados na instituição e preencheram voluntariamente e adequadamente o termo de consentimento formal para a realização desta pesquisa. Os indivíduos foram informados sobre a pesquisa e após receberem todas as informações necessárias, ele teria total liberdade de escolha em relação a sua participação na pesquisa.

Para análise e comparação dos dados obtidos foi utilizado protocolo de avaliação WHOQOL–Bref (*World Health Organization Quality of Life*) e o questionário IPAQ. O primeiro protocolo, segundo Fleck (2000), contém 26 questões, duas sobre qualidade de vida e o restante são divididas em quatro agrupamentos (físico, psicológico, relação social? pessoal e ambiente).

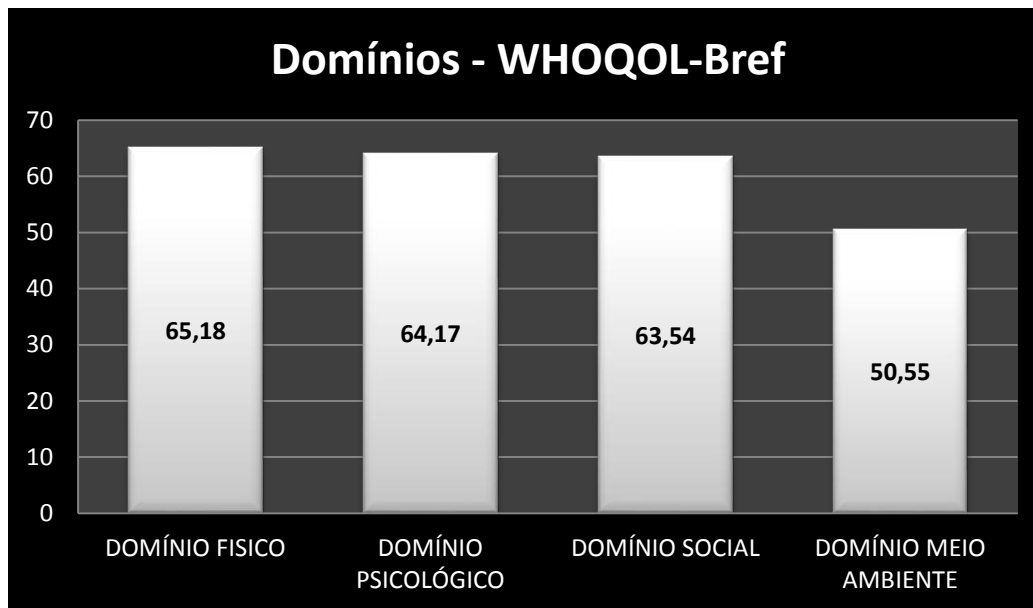
Como forma de observar o nível de atividade física dos graduandos, foi utilizado o IPAQ (*International Physical Activity Questionnaire*), este questionário, segundo Benedetti, Mazo e Barros (2004) é um instrumento que pode estipular o tempo utilizado na semana de atividades de moderadas a rigorosas em atividades do cotidiano.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

3.1 Análises do WHOQOL-Bref

Analisando os dados da pesquisa o índice apresentado de domínio físico equivale a 65,18, enquanto no domínio psicológico encontra-se em 64,17. O domínio social é de 63,54 já no domínio do meio ambiente resulta em 50,55.

Gráfico 1. Médias dos Domínios



Os componentes do domínio físico se caracteriza pelas competências de dor e desconforto; sono e repouso; atividades de vida cotidiana; dependências de medicamentos e tratamento; capacidades de trabalho. O grupo pesquisado apresentou numa escala de 0 a 100 o resultado de 65,18 pontos, esse dado representa que os estudantes não estão satisfeitos com sua qualidade de vida. Levando em consideração que a maioria dos pesquisados são do sexo feminino e tem entre 18 e 40 anos, sobrecarrega a responsabilidade de outras tarefas no seu cotidiano, com o ofício diário (trabalho profissional) e o trabalho de casa, assumindo muitas jornadas, portanto, numa análise empírica o sujeito pesquisado acredita que não tem boas condições de qualidade de vida nesse domínio. (PETRINI; MARGATO e MARTINS, 2011).

Em relação ao domínio psicológico caracterizado pelas competências de sentimentos positivos, pensar, aprender, memória e concentração, autoestima, imagem corporal e aparência, sentimentos negativos, espiritualidade, religião e crenças pessoais, numa escala de 0 a 100 o resultado foi 64,17. Esse domínio representa o quanto o entrevistado está satisfeito com sua vida cotidiana, seja em aspectos positivos ou negativos.

Segundo Petrini, Margato e Martins (2011) os resultados abaixo de 70 pontos no domínio psicológico não representam uma boa qualidade de vida. Lembrando que na pesquisa realizada foi obtido o resultado de 64,17 pontos,

portanto, esse dado representa que os estudantes não estão satisfeitos com suas condições de vida pessoal.

No domínio social que se caracteriza com as relações pessoais, suporte social e atividade sexual. Os dados obtidos são baixos, numa escala de 0 a 100 esse domínio ficou em 63,54.

A percepção empírica dos pesquisados fora baixo, possivelmente, pelo fato de muitos estudantes migrarem de outras regiões e passarem a residir em um residencial interno da faculdade, desta forma, tendo que se adaptar aos costumes religiosos, regimento interno e ao convívio com pessoas diversas. Segundo Petrini, Margato e Martins (2011), a vida acadêmica promove um aumento no convívio com culturas distintas, provavelmente alguns alunos não conseguiram se encaixar nessa nova convivência.

No entanto, não há apenas alunos internos na universidade, mas, também, “externos”. Pressupõe-se que eles estão expostos a quase todas as condicionantes apresentadas acima, como o convívio de pessoas distintas ou até mesmo pelo fato de, no momento da realização da pesquisa, os indivíduos estarem no segundo semestre da graduação e, portanto, não terem terminado o primeiro ano letivo, possivelmente fez com que o vínculo com os colegas de sala ainda não ter sido solidificado e a relação social prejudicada até então.

No domínio meio ambiente as questões estão relacionadas à segurança física e proteção, ambiente no lar, recursos financeiros, cuidados com a saúde e participação em momentos de lazer e recreação, oportunidade de adquirir novas informações. Ambiente físico, poluição, ruído, trânsito, clima, e transporte.

Assim como, nas análises de Petrini, Morgato e Martins (2011) e Cieslak *et al* (2012) e Marconi *et al* (2004), o domínio do meio ambiente é inferior aos demais domínios, pois, abrangem fatores extrínsecos, tais fatores não são dependentes do agente, por exemplo, meios de transporte, poluição, ruídos, barulhos, entre outros fatores que interferem no ambiente de convívio.

Na pesquisa de caráter transversal elaborada por Cieslak *et al* (2012) foram investigados 178 universitários (83 do sexo masculino e 95 do sexo feminino) na cidade de Curitiba, Paraná – Brasil. Os estudantes pesquisados

pertenciam aos cursos de Administração (31), Biologia (36), Economia (8), Engenharias (63), Enfermagem (14), Farmácia (7) e Odontologia (19). A seleção dos alunos foi de ordem aleatória e o método de avaliação foi o WHOQOL-Bref.

Os dados obtidos pela pesquisa foram, segundo os autores, satisfatórios sobre qualidade de vida, embora nos domínios físicos, psicológicos e qualidade de vida geral tenham apresentado diferenças bastantes significativas entre os gêneros (masculino e feminino). No entanto, no domínio ambiental foram averiguados os piores níveis para os dois grupos. Entretanto, ambos apresentaram níveis satisfatórios de atividade física e, segundo o teste, a maioria dos participantes está alojada em um estilo de vida ativo, conquanto os universitários do sexo masculino apresentem dados mais superiores neste quesito em relação ao sexo feminino.

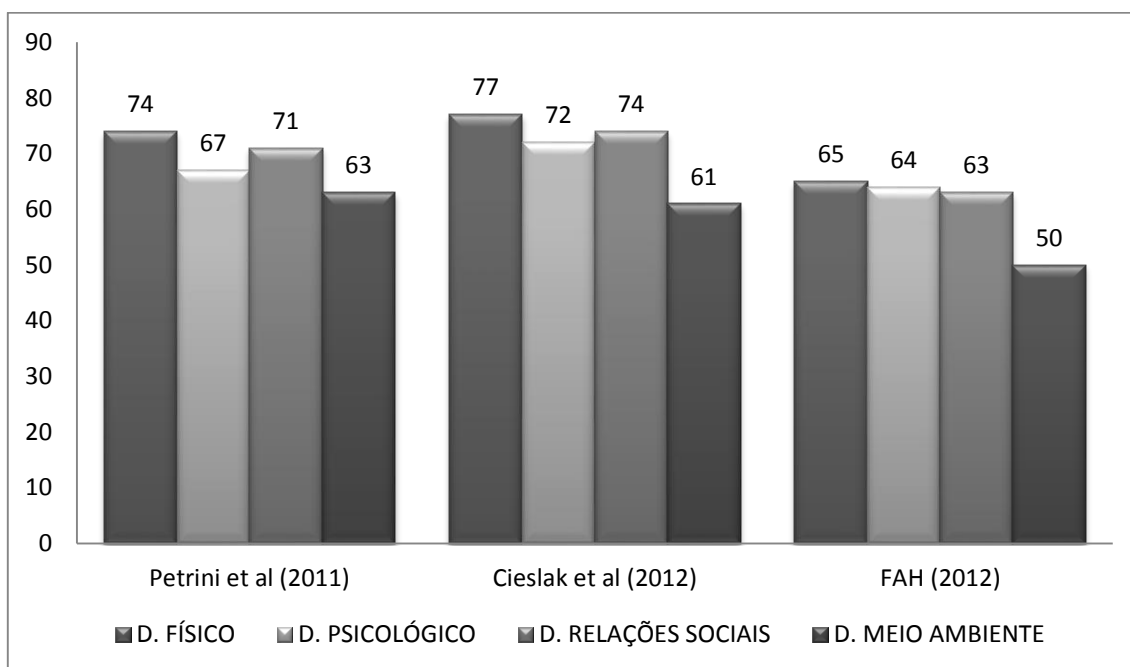
A investigação construída por Petrini, Morgato e Martins (2011), foi constituída em um estudo com delineamento analítico descritivo, onde teve a participação de 62 acadêmicos do segundo e terceiro ano das áreas da saúde e ciências humanas de uma universidade privada da cidade de Piracicaba, São Paulo – Brasil e também foi utilizado o WHOQOL-Bref para a avaliação da qualidade de vida dos discentes.

Noutro estudo arquitetado por Marconi et al (2004) foi realizado uma pesquisa com 150 alunas (portanto, não foram analisados alunos do sexo masculino), da UMESP (Universidade Metodista de São Paulo) na cidade de São Bernardo do Campo, São Paulo - Brasil, com média etária de 20,7 anos (idades variando de 18 e 29 anos), matriculados nos cursos de Nutrição e Psicologia. O protocolo utilizado, também, foi o WHOQOL-Bref.

A combinação das informações adquiridas é pertinente à pesquisa desenvolvida na FAH pela similaridade das características dos alunos dos cursos pesquisados.

No entanto os dados de Petrini, Morgato e Martins (2011) e de Cieslak *et al* (2012) apresentam dados muito superiores ao da investigação promovida pelos alunos de Pedagogia da FAH. O gráfico 2, mostra a disparidade entre as pesquisas.

Gráfico 2. Comparação da Média dos Domínios do WHOQOL-Bref



(as cores das barras estão confusas)

Percebe-se que as médias de todos os domínios da pesquisa realizada na FAH encontram-se muito inferiores em relação aos índices encontrados pelos outros autores.

A razão dessa discrepância pode estar relacionada à influência da região estudada (Piracicaba, Curitiba e Hortolândia) onde o IDH (Índice de Desenvolvimento Humano) é diferente em cada um deles e acarretarem em perspectivas e estilos de vida distintos, além da diferença amostral.

Outro fator muito importante, que se deve levar em consideração, é que o método de avaliação do WHOQOL-Bref é totalmente empírico, isto é, as informações são oriundas da percepção do avaliado. Se o pesquisado não souber se auto-avaliar, as informações poderão ter disparidades ou incoerências e, assim, prejudicar a avaliação. Porém, não se tem certeza de que isto teve influência no questionário realizado na FAH.

3.2 Análise do IPAQ

Analisando os dados da população pesquisada, quatro (8%) indivíduos encontram-se na qualificação de sedentários. Dezesesseis (31%) na designação de irregularmente ativos, já vinte e três (45%) equivalem aos ativos e apenas oito (16%) pessoas são considerados muito ativos na turma do segundo semestre do curso de Pedagogia da FAH, conforme o gráfico 3.

Esses índices são coerentes quando se avalia as características gerais dos estudantes de pedagogia. Os irregularmente ativos possivelmente estariam qualificados entre os estudantes com idade entre 30 e 39 anos supondo que a maioria seja pertencente ao sexo feminino é possível considerar compromissos familiares, como um trabalho que supra as despesas cotidianas, a atenção aos filhos e ao lar o que resultaria em menos tempo para se dedicar a atividades físicas.

Enquanto os sedentários seriam alunos com idade acima de 40 anos e ingresso tardio em um curso superior devido à falta de condições financeiras apropriadas, e com os recentes incentivos do governo para cursos de formação de professores e aumento de vagas em relação à competição haveria uma facilitação para o acesso a universidade.

Quanto aos ativos e muito ativos, corresponderiam aos alunos com faixa etária de até 30 anos, já que a média da idade para maternidade no Brasil para mulheres com escolaridade de nível superior, segundo o IBGE é acima dos 30 anos e para aquisição de laços matrimoniais é aproximadamente 25 anos (CARNEIRO, 2012) o que resultaria em maior flexibilidade nos horários, e uma preocupação mais acentuada quanto a manter hábitos saudáveis, e evitar doenças crônicas não degenerativas como diabetes tipo II e hipertensão arterial.

Gráfico 3. Porcentagem de Atividade Física



A graduação para os docentes polivalentes do ensino infantil e dos anos iniciais do ensino fundamental, "pedagogia" foi instituída como critério obrigatório recentemente em 2006 (GATTI, 2010).

Entre os ingressantes do curso, atualmente, a maioria não cursou magistério, a população considera a pedagogia um ofício que pode ser exercido por homens e mulheres (PARGA, *et al.*, 2001), no entanto constata-se um maior índice de mulheres (ROS, *et al.* 2001), o que revigora o conceito inicial do magistério, presente no final do século XIX, que atribui a educação infantil como uma extensão dos atributos maternos, o que não se considera ao mencionar disciplinas específicas dos anos finais do ensino fundamental e do ensino médio (GATTI, 2010).

Em relação à idade dos alunos do curso de pedagogia, aproximadamente 35% tem até 24 anos, 21% entre 25 e 29 anos, e cerca de 26% tem entre 30 e 39 anos, o que não é comum em relação aos outros cursos de licenciatura específicos como matemática e química que apresentam índices de aproximadamente 50% de alunos de até 24 anos (GATTI, 2010).

A faixa salarial da família dos alunos de pedagogia é de no máximo 10 salários mínimo, o nível de escolaridade dos familiares é possível constatar-se

que entre a grande maioria os pais não cursaram ensino superior, o que não é comum quando se avalia cursos como medicina e psicologia (ROS, *et al.* 2001).

Provavelmente, os alunos pesquisados nessa pesquisa se encaixam nos perfis apontados por Ros, et al (2001); Gatti (2010); Parga et al (2005) e Carneiro (2012), pois, os dados apresentados pelos autores são similares e possuem coerência aos obtidos nesta pesquisa.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os dados obtidos pelo WHOQOL-Bref sobre a percepção do nível de qualidade de vida dos alunos de Pedagogia da FAH apresentam subsídios que, apesar de satisfatórias, alertam para uma maior atenção para esses indivíduos, pois, apresentaram médias inferiores em comparação a outros estudos de discentes de características parecidas.

No entanto, em analogia ao nível de atividade física dos alunos, percebe-se que a maioria dos pesquisados estão entre ativos e muito ativos (somando ambos equivale a 61%), portanto, porcentagem de sedentários e irregularmente ativos representa 39%, necessitando, assim, uma atenção para esse grupo, para prevenir futuras doenças causadas pelo baixo nível de atividade física e pelo sedentarismo.

Englobando ambas as pesquisas, surge a importância de se analisar cuidadosamente os elementos encontrados por essa população para promover políticas públicas para amenizar os efeitos do meio ambiente no sujeito e impulsionar a melhoria e a promoção de atividades físicas regulares para estudantes de graduação, para poder diminuir ainda mais a porcentagem de sedentários e irregularmente ativos.

Propõe-se que mais pesquisas em torno de qualidade de vida e níveis de atividade física sejam realizados e com maior número de indivíduos universitários, principalmente de Pedagogia, para melhor análise dos dados e, conseqüentemente, maior confiabilidade na análise crítica.

5 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALVES, J; et al. Qualidade de vida em estudantes de Medicina no início e final do curso: avaliação pelo WHOQOL-BREF. **Revista Brasileira de Educação Médica**. n.34, p. 91-96. 2010

BENEDETTI, T; MAZO, G; BARROS, M. Aplicação do Questionário Internacional de Atividades Físicas para avaliação do nível de atividades físicas de mulheres idosas: validade concorrente e reprodutibilidade teste-reteste. **Revista brasileira Ciência e Movimento**. Brasília v. 12 n. 1 p. 25-34. 2004

CARNEIRO, J. D.; **Trabalho, renda e estudo levam brasileiras a ser mãe mais tarde**. BBC Brasil, Rio de Janeiro, 2012.

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

FLECK, M. O instrumento de avaliação de qualidade de vida da Organização Mundial da Saúde (WHOQOL-100): características e perspectivas. **Ciênc. saúde coletiva** vol.5 no.1 Rio de Janeiro 2000.

_____. Aplicação da versão em português do instrumento de avaliação de qualidade de vida da Organização Mundial da Saúde (WHOQOL-100). **Revista de Saúde Pública**. n. 33 vol.02. p. 198-205, 1999

FONTES, A.; VIANNA, R. Prevalência e fatores associados ao baixo nível de atividade física entre estudantes universitários de uma universidade pública da região Nordeste – Brasil. **Revista brasileira de epidemiologia**. vol.12 n.1 São Paulo. 2009.

GATTI, B.; **Formação de professores no Brasil: Características e problemas; Educação e Sociedade**, v. 31, n. 113, Campinas, 2010.

GUEDES, D. et al. Estágios de mudança de comportamento e prática habitual de atividade física em universitários. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**. Vol.8. 2006. p. 5-15

GUTIERRES, J. et al. **O perfil dos alunos do curso de pedagogia da FURG**. Seminário de Pesquisa em Educação da Região Sul. IX ANPED SUL. 2012

KAWAKAME, P; MIYAHAHIRA, A. Qualidade de vida de estudantes de graduação em enfermagem. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**. 2005; n.39. p.164-72.

MARCONI, E; *et al.* **Qualidade de vida entre universitárias: Estudos preliminares com o WHOQOL - Bref**. Boletim Academia Paulista de Psicologia, vol. XXIV, núm. 3, setembro-dezembro, 2004, p. 47-57, Academia Paulista de Psicologia. Brasil

MINAYO, M. Qualidade de vida e saúde: um debate necessário. **Ciência & Saúde Coletiva**, n.5. p.7-18, 2000.

MINAYO, M (org). **Pesquisa social: teoria, método e criatividade**. Petrópolis: Vozes, 2010.

OLIVEIRA DE ANDRADE, K; et al. Qualidade de vida em estudantes de psicologia. **Psicólogo inFormação**, ano 15, n. 15. 2011

PARGA, E. J. S.; SOUSA, J. H. M. S.; COSTA, M. C.; Estereótipos e preconceitos de gênero entre estudantes de enfermagem da UFBA. **Revista Baiana de Enfermagem**, Salvador. v.14, Salvador 2001.

PETRINI, A.C; MARGATO,G; MARTINS, G. **Avaliação da qualidade de vida de estudantes universitários de diferentes períodos: noturno e diurno**. 9ª MOSTRA ACADÊMICA DA UNIMEP. 2011

ROS, S. Z.D.; WILL, D. E. M.; CERNY, R. Z; BAZZO, V. L.; Fala pedagogia: um estudo sobre o perfil acadêmico dos estudantes e suas opiniões sobre este curso da UFSC. **Reunião anual da ANPED**, Santa Catarina, 2001.

ROSA, C; et al. Qualidade de vida dos graduandos de enfermagem: análise da produção científica. **Revista brasileira de qualidade de vida**. Vol. 04, n. 02. 2012, p. 38-49

RUGISKI, M; PILATTI, L; SCANDELARI, L. WHOQOL-100 e sua utilização: uma pesquisa na Internet. **XXV Encontro Nacional de Engenharia de Produção**. Porto Alegre. 2005. p. 1928-1935

SAMULSKI, D; NOCE, F. A importância da atividade física para a saúde e qualidade de vida: Um estudo entre professores, alunos e funcionários da UFMG. **Revista brasileira Atividade Física & Saúde**. Vol. 05. n. 1. 2000. p. 5-21.

SANT'ANNA, M; et al. **Conhecendo o perfil do acadêmico do curso de pedagogia, unidade de formosa, GO**. 2006. Disponível em http://www.ceped.ueg.br/anais/lledipe/pdfs/conhecendo_o_perfil_do.pdf. Acesso em 01/09/2014.

SILVA, G; et al. Avaliação do nível de atividade física de estudantes de graduação das áreas saúde/biológica. **Revista Brasileira Medicina do Esporte** Vol. 13, nº 1. 2007

SILVA, R; et al. Atividade física e qualidade de vida. **Ciência & Saúde Coletiva**, n.15. p.115-120, 2010

SOUSA, T. Inatividade física em universitários brasileiros: Uma revisão sistemática. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, ano 9, nº 29, 2011

TORBOLATO, M. **Avaliação da qualidade de vida de estudantes universitários de diferentes períodos: noturno e diurno**. Pesquisa

apresentada ao programa de Pós-Graduação em Psicologia do Centro de Ciências da vida da Pontifícia Universidade Católica de Campinas. Orientado pelo Dra. Elisa Yoshida. 2005