

**NÍVEL SOCIOECONÔMICO E ESTILO DE VIDA DAS UNIVERSITÁRIAS
DE UMA REDE PRIVADA DE ENSINO**

Luana de Oliveira Corbelli¹, Vanessa Cristina de Souza Peron¹, Gabriela Amorim Pereira Sol¹
 Victor Neiva Lavorato¹, Luciano Bernardes Leite², Renata Aparecida Rodrigues de Oliveira¹

RESUMO

O nível socioeconômico interfere de diversas formas no estilo de vida das universitárias, seja nos hábitos alimentares, na prática de atividade física, no consumo de álcool ou no uso de tabaco. Diante disso, a pesquisa teve por objetivo avaliar o estilo de vida das universitárias e comparar de acordo com a classe socioeconômica em que estão inseridas. Trata-se de um estudo descritivo transversal, realizado em uma rede privada de ensino, em que participaram 92 mulheres, na faixa etária de 20 e 30 anos. A coleta de dados se deu por meio dos questionários sociodemográfico; socioeconômico, através dos questionários de Classificação Econômica Brasileira (CCEB); International de Atividade Física (versão curta); seguida do questionário de marcadores de consumo alimentar do Sistema Nacional de Vigilância Alimentar. Os resultados revelaram que mulheres de classe econômica mais baixa (C1 e C2) apresentaram maior consumo de bebida alcóolica (80,4%) quando comparadas a classe mais alta (B1 e B2) (58,7%). A prática de atividade física não apresentou diferenças significativas entre as classes econômicas, no entanto a maioria das mulheres foram classificadas como “ativas” e “muito ativas”. Entre os marcadores de consumo alimentar, mais de 60% das mulheres realizavam suas refeições assistindo à TV, no computador e/ou celular. Além disso, o consumo de marcadores de alimentação não saudável foi elevado em ambos os grupos. Dessa forma, conclui-se que as universitárias analisadas apresentaram estilos de vida com características distintivas e que o consumo de bebida alcóolica foi influenciado pela classe socioeconômica.

Palavras-chave: Estilo de vida. Nível socioeconômico. Universitárias.

E-mail dos autores:

luanacorbelli@hotmail.com
 psivanessaperon@hotmail.com
 gabriela.pereira@unifagoc.edu.br
 victor.lavorato@unifagoc.edu.br
 luciano.leite@ufv.br
 renata.oliveira@unifagoc.edu.br

ABSTRACT

Socioeconomic level and lifestyle of university students in a private education network

Socioeconomic status affects the lifestyle of female college students in many ways, whether in terms of eating habits, physical activity, alcohol consumption or tobacco use. In view of this, the aim of this study was to assess the lifestyle of female college students and compare them according to their socioeconomic class. This is a descriptive cross-sectional study conducted in a private school system, involving 92 women aged between 20 and 30 years. Data collection was carried out using sociodemographic questionnaires; socioeconomic questionnaires, using the Brazilian Economic Classification (CCEB); International Physical Activity Questionnaire (short version); followed by the food consumption markers questionnaire from the National Food Surveillance System. The results revealed that women from lower economic classes (C1 and C2) had higher alcohol consumption (80.4%) when compared to the higher classes (B1 and B2) (58.7%). There were no significant differences in physical activity among socioeconomic classes, but most women were classified as “active” and “very active.” Among the food consumption markers, more than 60% of women ate their meals while watching TV, using the computer and/or cell phone. In addition, the consumption of unhealthy eating markers was high in both groups. Thus, it is concluded that the university students analyzed presented lifestyles with distinctive characteristics and that alcohol consumption was influenced by socioeconomic class.

Key words: Lifestyle. Socioeconomic level. University students.

1 - Curso de Nutrição, Centro Universitário Governador Ozanam Coelho (UNIFAGOC), Ubá, Minas Gerais, Brasil.

2 - Departamento de Educação Física, Universidade Federal de Viçosa, Viçosa, Minas Gerais, Brasil.

INTRODUÇÃO

Dados mais recentes disponibilizados pelo Censo da Educação Superior (Brasil, 2022a) mostram que a população universitária cresceu significativamente nas últimas décadas.

Percebe-se que, entre 2012 e 2022, o número de universitários nos cursos de graduação aumentou em 33,8% no total de matrículas.

Ainda, de acordo com o Questionário do Estudante do Exame Nacional de Desempenho dos Estudantes (Brasil, 2022b), predominam entre os estudantes: mulheres (59,6%), com renda familiar entre 1,5 e 4,5 salários-mínimos (69%) e que trabalham 40 horas semanais ou mais (51,4%).

Destaca-se que, com a inserção no ensino superior, além da rotina que concilia trabalho, família e tarefas domésticas, as universitárias adquirem novas responsabilidades com os estudos.

Assim, essa busca por melhores condições de vida pode interferir na saúde da mulher de modo geral, influenciando diretamente em seu estilo de vida (Leite e colaboradores, 2011).

De acordo com a World Health Organization (2004), estilo de vida refere-se ao conjunto de costumes e hábitos que sofrem influências no decorrer da vida pelo processo de socialização.

A transição para a vida acadêmica faz com que o estilo de vida passe por mudanças, principalmente em relação aos hábitos alimentares, prática de atividade física e consumo de álcool e tabaco (Tavares e colaboradores, 2019).

Assim, na busca por praticidade e rapidez, o estudante moderno frequentemente se depara com alternativas alimentares menos nutritivas.

Produtos industrializados, ricos em calorias e pobres em nutrientes essenciais, ganham espaço na rotina, enquanto hábitos saudáveis como consumo de frutas, legumes, verduras e a prática de atividade física são deixados de lado (Linhares, 2012).

Este último é pontuado sobretudo pela falta de tempo, oportunidade e interesse dos estudantes (Martins e colaboradores, 2010).

Além disso, dados do I Levantamento Nacional sobre o Uso de Álcool, Tabaco e Outras Drogas entre Universitários das 27 Capitais Brasileiras (Brasil, 2011) evidenciam

que mais da metade das universitárias que compunham a amostra fizeram uso do álcool e tabaco nos últimos 30 dias de suas vidas.

O mesmo estudo revela que os universitários apresentam maior consumo e frequência de drogas lícitas do que as outras parcelas da população.

Ademais, o uso dessas substâncias precocemente pode promover problemas de saúde ou dependência, que serão desencadeados na vida adulta (Brasil, 2010).

Outro fator que interfere no bem-estar é a classe socioeconômica, que influencia na qualidade de vida de todos. Promete o funcionamento humano de diversas formas, principalmente nos processos de desenvolvimento no decorrer do ciclo de vida, na saúde física e psicológica. Por isso, para a saúde e bem-estar do indivíduo ao nível físico e mental, pode-se considerar que a classe econômica seja fator de risco (Gaspar e colaboradores, 2010).

Dados evidenciam que há relação entre a renda familiar e a prática de exercícios físicos. Fatores como o custo e a possibilidade de dispor de tempo livre afastam os universitários do exercício físico regular (ANDIFES, 2018).

A pesquisa aponta que estudantes que fazem mais refeições diárias possuem maior poder aquisitivo (pessoal ou familiar) e os que fazem uma ou duas refeições diárias pertencem a um estrato socioeconômico mais baixo.

Além de interferir nos hábitos alimentares e na prática de atividade física, o fator socioeconômico também influencia na ingestão de bebida alcoólica e uso de tabaco.

No III Levantamento Nacional sobre o Uso de Drogas pela População Brasileira (Brasil, 2017), das 70.076 mulheres participantes do estudo, que faziam o consumo de álcool, tabaco e outras drogas, a maioria (27.131) possuía renda familiar entre R\$ 750,00 a R\$ 1.500,00 reais mensais, pertencentes às classes sociais mais baixas.

Diante do exposto, considerando que fatores sociodemográficos influenciam significativamente a qualidade de vida de estudantes do sexo feminino e que intervenções voltadas para a promoção de hábitos saudáveis podem gerar mudanças positivas, este estudo tem como objetivo avaliar o estilo de vida das universitárias e compará-lo de acordo com a classe econômica em que estão inseridas.

MATERIAIS E MÉTODOS

Amostra e Tipo de Estudo

Trata-se de um estudo descritivo, com delineamento transversal, em que as informações foram obtidas por meio de questionários semiestruturados.

A pesquisa foi conduzida com 92 mulheres matriculadas nos cursos de Nutrição, Educação Física, Psicologia, Odontologia e Estética, de faixa etária entre 20 e 30 anos, graduandas de uma universidade privada em Ubá-MG.

Os dados foram recolhidos no decorrer do intervalo entre as aulas, e toda a operação foi realizada sob a supervisão de duas avaliadoras, que receberam o devido treinamento. Para compor a amostra, foram adotados os seguintes critérios de inclusão: a) ter assinado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido; b) ser mulher, universitária, entre 20 e 30 anos; e como critérios de exclusão: a) participantes que não completaram todo o questionário.

Primeiramente, a pesquisa foi divulgada às universitárias, que receberam explicações detalhadas sobre os objetivos e o método do estudo.

Em seguida, para aquelas que concordaram em participar e atendiam aos critérios estabelecidos, foram aplicados o termo de consentimento e os questionários que abordavam aspectos como dados sociodemográficos, classe econômica, hábitos alimentares e prática de atividade física.

As participantes deram permissão para a realização da pesquisa ao assinarem o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, garantindo que aceitaram participar voluntariamente.

Todas as etapas do estudo foram conduzidas de acordo com as diretrizes da Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde. Além disso, o projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos do Centro Universitário Governador Ozanam Coelho (UNIFAGOC), sob o número do CAAE 64469322.2.0000.8108 e Parecer 5.767.789.

Instrumentos

O questionário sociodemográfico aplicado continha questões relacionadas ao sexo, idade, raça, ocupação, consumo de

álcool e tabagismo. Além disso, as voluntárias preencheram o questionário de Classificação Econômica Brasileira (CCEB) da Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa (ABEP, 2022).

A base dessa metodologia consiste em identificar objetos de conforto que tenham uma relação forte com a renda familiar. Ao encontrar esses objetos que são determinantes da renda, busca-se criar um sistema de pontuação (ou pesos) que, ao serem atribuídos à posse (e, às vezes, à quantidade de itens possuídos), ao nível de escolaridade do chefe da família e ao acesso aos serviços públicos, possibilitarão a obtenção da pontuação total de cada pessoa ou família. Dessa forma, conforme a pontuação obtida, é viável classificar em qual estrato cada indivíduo ou família pesquisada se encaixa (A, B1, B2, C1, C2, D, E).

Foi aplicada também a versão reduzida do questionário internacional de Atividade Física, que inclui questões sobre as atividades realizadas em uma semana típica, abrangendo o trabalho, lazer, deslocamento, tarefas domésticas e tempo gasto sentado.

Esse questionário calcula o tempo semanal dedicado a atividades físicas de intensidade moderada, vigorosa e caminhada. Com base nas respostas do IPAQ (2005), o participante é classificado como "sedentário", "insuficientemente ativo A e B", "ativo" ou "muito ativo".

Os dados sobre consumo alimentar foram obtidos por meio do Formulário de Marcadores de Consumo Alimentar do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN), cujo objetivo principal é monitorar o estado nutricional e as características do consumo alimentar dos indivíduos (Brasil, 2015).

O formulário contém perguntas de "sim", "não" e "não sei", relacionadas ao padrão alimentar do participante, com o objetivo de investigar a ingestão, no dia anterior à pesquisa, de alimentos saudáveis (como feijão, verduras, legumes e frutas frescas) e não saudáveis (hambúrgueres e/ou embutidos; bebidas açucaradas; macarrão instantâneo, salgadinhos ou biscoitos salgados; e bolachas recheadas, doces ou guloseimas).

Análise estatística

Todas as análises estatísticas foram conduzidas no software SPSS, versão 21.0 (Chicago, EUA). As variáveis contínuas foram apresentadas em média e desvio padrão, e as

variáveis categóricas em valores absolutos e relativos.

O teste de Kolmogorov-Smirnov foi utilizado para verificar a normalidade das variáveis contínuas. A comparação das médias de idade entre os grupos analisados foi realizada através do teste de Mann Whitney; enquanto o teste Qui-Quadrado de Pearson foi empregado para comparar prevalências. Para todas as análises, um nível de significância de 5% foi adotado.

RESULTADOS

A Tabela 1 apresenta as características do estilo de vida das participantes de acordo com a classe econômica. Observa-se que o consumo de bebidas alcoólicas foi mais frequente entre as mulheres das classes C1 e C2 (80,4%) em comparação às participantes das classes B1 e B2 (58,7%), com diferença estatisticamente significativa entre os grupos ($p = 0,041$). Já as variáveis idade e hábito de fumar não apresentaram diferenças significativas entre as classes econômicas.

Tabela 1 - Características do estilo de vida das avaliadas, de acordo com a classe econômica, Ubá-MG, 2023.

	Classe B1 e B2 (n=46)	Classe C1 e C2 (n=46)	p valor
Idade	22,41±2,65	21,96±2,18	0,725*
Fumo			
Nunca	32 (69,6%)	39 (84,8%)	
Não	13 (28,3%)	6 (13,0%)	0,195§
Sim	1 (2,2%)	1 (2,2%)	
Consumo de Bebida			
Não	19 (41,3%)	9 (19,6%)	
Sim	27 (58,7%)	37 (80,4%)	0,041*

*Teste Mann Whitney; §Teste Qui Quadrado de Pearson; *Teste Qui Quadrado com correção de continuidade.

Em relação ao nível de atividade física das participantes, a Figura 1 mostra que a maioria das mulheres, independentemente da classe econômica, foi classificada como ativa ou muito ativa.

Além disso, observa-se que a distribuição dos níveis de atividade física foi semelhante entre os diferentes grupos socioeconômicos, sem diferenças expressivas na amostra analisada.

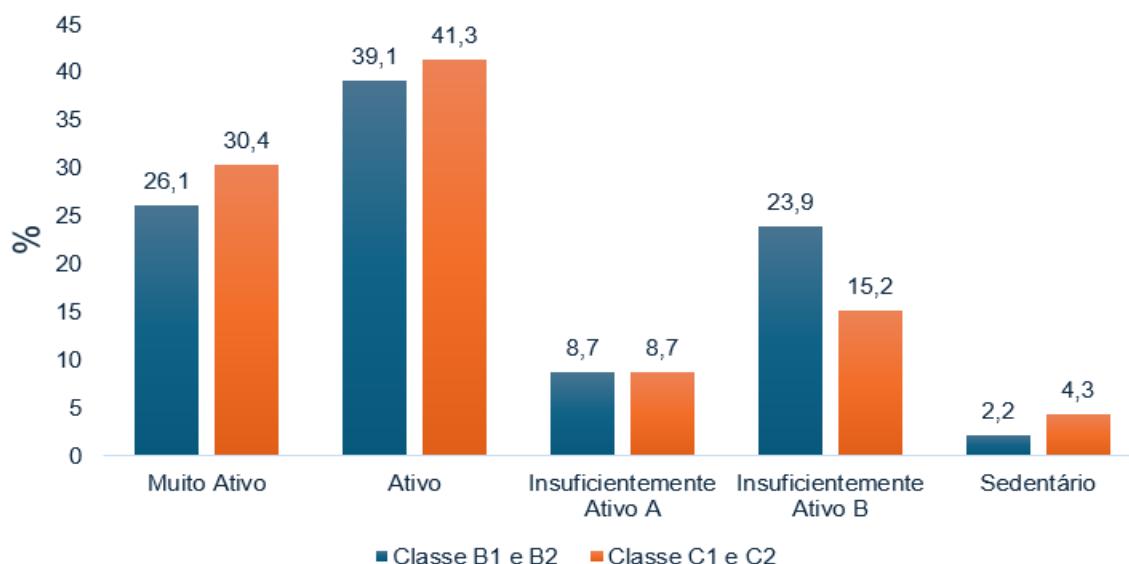


Figura 1 - Nível de atividade física das avaliadas, de acordo com a classe econômica, Ubá-MG, 2023

A Tabela 2 apresenta a comparação dos hábitos alimentares entre indivíduos pertencentes a diferentes classes econômicas. Nenhuma das variáveis analisadas apresentou diferença estatisticamente significativa entre os grupos, sugerindo que os hábitos alimentares das participantes são semelhantes, independentemente da classe econômica. No entanto, observou-se que um percentual elevado de mulheres em ambas as classes

relatou realizar refeições assistindo à TV, utilizando o computador e/ou celular, comportamento presente em mais de 60% das participantes.

Além disso, o consumo de bebidas adoçadas, biscoitos recheados, doces e guloseimas foi alto em ambos os grupos, indicando uma elevada ingestão de açúcares e ultraprocessados, independentemente do nível socioeconômico.

Tabela 2 - Características do consumo alimentar das avaliadas, acordo com a classe econômica, Ubá-MG, 2023.

Marcadores	Classe B1 e B2 (n=46)			Classe C1 e C2 (n=46)			p valor
	Sim	Não	Não Sabe	Sim	Não	Não Sabe	
Refeições assistindo à TV, no computador e/ou celular	28 (60,9%)	18 (39,1%)	0 (0%)	31 (67,4%)	15 (32,6%)	0 (0%)	0,664*
Feijão	39 (84,8%)	7 (15,2%)	0 (0%)	35 (76,1%)	11 (23,9%)	0 (0%)	0,430*
Frutas Secas	27 (58,7%)	19 (41,3%)	0 (0%)	31 (67,4%)	14 (30,4%)	1 (2,2%)	0,362§
Verduras e/ou legumes	39 (84,8%)	7 (15,2%)	0 (0%)	36 (78,3%)	10 (21,7%)	0 (0%)	0,591*
Hambúrguer e/ou embutidos	17 (37%)	29 (63%)	0 (0%)	22 (47,8%)	24 (52,2%)	0 (0%)	0,399*
Bebidas adoçadas	24 (52,2%)	22 (47,8%)	0 (0%)	22 (47,8%)	24 (52,2%)	0 (0%)	0,835*
Macarrão instantâneo, salgadinhos ou biscoitos salgados	8 (17,4%)	38 (82,6%)	0 (0%)	12 (26,1%)	34 (73,9%)	0 (0%)	0,448*
Biscoito recheado, doces ou guloseimas	23 (50%)	23 (50%)	0 (0%)	22 (47,8%)	24 (52,2%)	0 (0%)	1,000*

§ Teste Qui Quadrado de Pearson; *Teste Qui Quadrado com correção de continuidade.

DISCUSSÃO

O presente estudo teve como objetivo avaliar o estilo de vida de universitárias e compará-lo entre diferentes classes econômicas.

Os resultados mostraram que o consumo de bebidas alcoólicas foi maior entre as estudantes das classes C1 e C2, enquanto o hábito de fumar, a idade e o nível de atividade física não apresentaram diferenças significativas.

Da mesma forma, os hábitos alimentares foram semelhantes entre os grupos, destacando-se um alto consumo de bebidas adoçadas e ultraprocessados, além da frequência elevada de refeições realizadas com o uso de telas.

Inicialmente, a relação entre classe socioeconômica e consumo de álcool foi um dos principais achados deste estudo. Os dados indicam que as universitárias das classes C1 e C2 apresentaram maior consumo de bebidas alcoólicas em comparação às das classes B1 e B2.

Esse resultado corrobora o estudo de Monteiro e colaboradores (2018), que observaram um consumo mais elevado de álcool entre universitários pertencentes à classe C em uma instituição privada do Distrito Federal.

No entanto, esses achados contrastam com a maioria dos estudos disponíveis na literatura (Silva e colaboradores, 2016; Porto, Ferreira, Figueira, 2019; Barros, Costa, 2019; Silva, Tucci, 2016), que apontam maior prevalência do consumo de álcool entre

estudantes das classes A e B. Essa diferença pode ser explicada pelo maior poder aquisitivo, que facilita a aquisição da substância, além da participação mais frequente em eventos sociais que envolvem bebidas alcoólicas.

O impacto do consumo de álcool na vida acadêmica e pessoal dos estudantes universitários é amplamente documentado. Júnior e Gaya (2015) destacam que o uso frequente de álcool está associado a dificuldades sociais, financeiras e acadêmicas, afetando a rotina dos estudantes.

Nesse contexto, a literatura indica que o consumo excessivo pode levar a quedas no rendimento acadêmico, conforme observado por Camargo e colaboradores (2019), que relataram prejuízos no desempenho estudantil devido ao uso abusivo da substância.

Em relação à prática de atividade física, este estudo não encontrou diferenças significativas entre os grupos socioeconômicos.

Embora a maioria das participantes tenha sido classificada como ativa ou muito ativa, ainda foi identificado um percentual de universitárias sedentárias ou insuficientemente ativas, o que está em consonância com estudos prévios.

Martins e colaboradores (2010) verificaram que a maior parte dos estudantes de uma universidade no Piauí foi classificada como sedentária ou insuficientemente ativa, sendo as mulheres as mais inativas.

Couto e colaboradores (2019) encontraram resultados semelhantes entre universitários do Distrito Federal, onde mais da metade dos participantes não atingia os níveis recomendados de atividade física.

Apesar desses dados preocupantes, o fato de a maioria das participantes do presente estudo ter sido classificada como ativa ou muito ativa é um achado positivo.

Esse resultado reforça os achados de Costa e colaboradores (2022), que observaram uma prevalência semelhante entre universitárias de um centro universitário de Teresina.

A prática regular de atividade física é um fator essencial para a promoção da saúde e qualidade de vida, contribuindo para a prevenção de doenças crônicas e a melhoria do bem-estar físico e mental (Guedes, Legnani, Legnani, 2012).

No entanto, diversos fatores podem dificultar a adesão à prática esportiva, como carga acadêmica intensa, estágios, trabalhos e a pressão pela entrada no mercado de trabalho,

que acabam gerando estresse e reduzindo o tempo disponível para atividades físicas (Melo e colaboradores, 2016).

No que diz respeito aos hábitos alimentares, os resultados mostraram que não houve diferença significativa entre os grupos socioeconômicos.

No entanto, foi observada uma elevada frequência de refeições realizadas enquanto se assiste à TV ou se utiliza o computador e/ou celular. Esse comportamento pode impactar negativamente a qualidade da alimentação, uma vez que a distração visual reduz a percepção de saciedade e favorece o consumo excessivo de alimentos ultraprocessados (Penhalver, 2005).

Além disso, este estudo identificou um alto consumo de biscoitos recheados, doces e guloseimas entre as participantes, independentemente da classe econômica.

Achados semelhantes foram relatados por Oliveira e colaboradores (2019), que identificaram que 66,5% dos universitários de uma instituição do Piauí consumiam biscoitos regularmente, enquanto 43,4% faziam uso frequente de doces e guloseimas.

Perez e colaboradores (2016) também verificaram um elevado consumo de bebidas açucaradas entre graduandos de uma universidade pública, resultado compatível com os achados do presente estudo.

O consumo de bebidas açucaradas e ultraprocessados é um fator de risco para diversas doenças crônicas, incluindo obesidade e diabetes, conforme apontado pelo Guia Alimentar para a População Brasileira (Brasil, 2014).

A intensa rotina acadêmica pode contribuir para esse padrão alimentar inadequado, levando os estudantes a priorizarem alimentos rápidos e industrializados devido à praticidade e à falta de tempo para preparar refeições saudáveis (Bernardo e colaboradores, 2017).

Estudos como o de Oliveira e colaboradores (2017) também reforçam essa tendência, destacando que a carga horária elevada e a indisposição para cozinhar aumentam o consumo de ultraprocessados entre universitários.

Por outro lado, um achado positivo deste estudo foi a alta frequência de consumo de verduras, legumes e feijão entre as participantes.

De acordo com o Ministério da Saúde (Brasil, 2022c), esses alimentos são

fundamentais para uma dieta equilibrada e para a prevenção de doenças crônicas. O consumo elevado desses alimentos pode indicar que, apesar da ingestão de ultraprocessados, muitas universitárias ainda mantêm hábitos alimentares saudáveis.

Por fim, é importante destacar algumas limitações deste estudo. O delineamento transversal impede a análise de relações de causa e efeito, e a utilização de questionários pode gerar viés nas respostas, já que a recordação alimentar nem sempre é precisa.

Além disso, a amostra foi restrita a uma única universidade, o que pode limitar a generalização dos achados.

Outro ponto a ser considerado é o uso do IPAQ para avaliar o nível de atividade física, um instrumento subjetivo que pode levar a superestimação ou subestimação da prática de exercícios.

CONCLUSÃO

O estilo de vida das universitárias analisadas apresentou particularidades associadas à classe socioeconômica, com destaque para o maior consumo de álcool entre estudantes de menor poder aquisitivo.

Apesar da alta prevalência de atividade física e do consumo frequente de verduras e legumes, hábitos inadequados, como sedentarismo e ingestão excessiva de ultraprocessados, ainda são preocupantes.

Diante disso, recomenda-se a implementação de programas universitários voltados à educação alimentar e à promoção da atividade física.

Além disso, estudos futuros com amostras ampliadas poderão aprofundar a compreensão dos fatores que influenciam o estilo de vida das universitárias, contribuindo para estratégias mais eficazes de promoção da saúde.

REFERÊNCIAS

1-ABEP. Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa. Critério de Classificação Econômica Brasil-CCEB. 2022. Disponível em: <https://www.abep.org/criterio-brasil>. Acesso em: 4/05/2024.

2-ANDIFES. Pesquisa nacional de perfil socioeconômico e cultural dos (as) graduandos (as) das Ifes. Brasília, 2018. Disponível em: <https://www.andifes.org.br/2021/07/09/v->

pesquisa-nacional-de-perfil-socioeconomico-e-cultural-dos-as-graduandos-as-das-ifes. Acesso em: 17/03/2024.

3-Barros, M.S.M.R.; Costa, L.R. Perfil do consumo de álcool entre estudantes universitários. Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas. Vol. 15. Núm. 1. 2019. p. 4-13.

4-Bernardo, G.L.; Jomori, M.M.; Fernandes, A.C.; Proença, R.P.C. Food intake of university students. Revista de Nutrição. Vol. 30. Núm. 6. 2017.

5-Brasil. Ministério da Educação. Censo da Educação Superior. Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais. Brasília: Ministério da Educação. 2022a. Disponível em: https://download.inep.gov.br/publicacoes/institucionais/estatisticas_e_indicadores/notas_estatisticas_censo_escolar_2022.pdf. Acesso em: 6/04/2024.

6-Brasil. Associação Nacional dos Dirigentes das Instituições. Exame Nacional do Desempenho dos Estudantes (ENAD). Brasília: Ministério da Educação. 2022b.

7-Brasil. Ministério da Saúde. Qual é a importância de frutas, verduras e legumes na manutenção do peso saudável? Brasília. 2022c. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-quero-me-alimentar-melhor/noticias/2022/qual-e-a-importancia-de-frutas-verduras-e-legumes-na-manutencao-do-peso-saudavel>. Acesso em: 12/09/2024.

8-Brasil. Ministério da Saúde. A saúde dos escolares e dos adultos jovens no Brasil: situação e tendências relacionadas aos fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis. Saúde Brasil 2010: uma análise da situação de saúde e de evidências selecionadas de impacto de ações de vigilância em saúde. Brasília: Ministério da Saúde. 2011.

9-Brasil. Ministério da Saúde. III Levantamento Nacional sobre o Uso de Drogas pela População Brasileira. Fundação Oswaldo Cruz. Instituto de Comunicação e Informação Científica e Tecnológica em Saúde. Rio de Janeiro. 2017. Disponível em: <https://www.arca.fiocruz.br/handle/icict/34614>. Acesso em: 6/04/2024.

10-Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Orientações para avaliação de marcadores de consumo alimentar na atenção básica. Brasília: Ministério da Saúde. 2015. p. 33.

11-Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira. 2. ed. Brasília. 2014. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf. Acesso em: 24/08/2024.

12-Brasil. Presidência da República. Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas. I Levantamento Nacional sobre o Uso de Álcool, Tabaco e Outras Drogas entre Universitários das 27 Capitais Brasileiras. Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas. Brasília: SENAD. 2010. Disponível em: <https://cetadobserva.ufba.br/es/publicacoes/i-levantamento-nacional-sobre-uso-de-alcool-tabaco-e-outras-drogas-entre-universitarios>. Acesso em: 6/06/2024.

13-Camargo, E.C.P.; Gonçalves, J.S.; Felipe, A.O.B.; Fava, S.M.C.L.; Zago, M.M.F.; Dázio, E.M.R. Uso e abuso de drogas entre universitários e a sua interface com as políticas públicas. SMAD, Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas. Vol. 15. Num. 4. 2019. p. 1-9. DOI: <https://doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2019.000364>.

14-Costa, M.V.C.; Neto, A.O.L.; Castro, L.K.M.M.; Carvalho, M.S.M.; Freire, M.V.; Oliveira, A.M. Correlação entre o nível de atividade física e o índice de ansiedade entre universitários da área da saúde. Research, Society and Development. Vol. 11. Núm. 4. 2022. p. 1-10.

15-Couto, D.A.C.; Martin, D.R.S.; Molina, G.E.; Fontana, K.E.; Jr, L.F.J.; Porto, L.G.G. Nível insuficiente de atividade física se associa a menor qualidade de vida e ao estudo noturno em universitários do Distrito Federal. Revista Brasileira de Ciências do Esporte. Vol. 41. Núm. 3. 2019.

16-Gaspar, T.; Matos, M.G.; Ribeiro, J.L.; Leal, L. Qualidade de vida em crianças e adolescentes: impacto da migração e estatuto socioeconômico. Brazilian Journal of Health. Vol. 1. Núm. 1. 2010. p. 80-92.

17-Guedes, D.P.; Legnani, R.F.S.; Legnani, E. Motivos para a prática de exercício físico em universitários e fatores associados. Revista Brasileira de Educação Física e Esporte. Vol. 26. Núm. 4. 2012. p. 679-89.

18-IPAQ. International Physical Activity Questionnaire. Scoring Protocol. 2005. Disponível em: <http://www.ipaq.ki.se/scoring.pdf>. Acesso em: 4/04/2024.

19-Júnior, G.A.; Gaya, C.M. Implicações do uso de álcool, tabaco e outras drogas na vida do universitário. Revista Brasileira em Promoção da Saúde. Vol. 28. Núm. 1. 2015. p. 67-74.

20-Leite, A.C.B.; Grillo, L.P.; Caleffi, F.; Mariath, A.B.; Stuker, H. Qualidade de vida e condições de saúde de acadêmicos de nutrição. Revista de Saúde Pública do Paraná. Vol. 13. Núm. 1. 2011. p. 82-90.

21-Linhares, A.S.L. Consumo alimentar fora de casa, seus fatores determinantes e associação ao padrão alimentar mediterrâneo. Trabalho de investigação. Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto. Porto. 2012. Disponível em: <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/68664/2/39770.pdf>. Acesso em: 6/4/2024.

22-Martins, M.C.C.; Ricarte, I.F.; Rocha, C.H.L.; Maia, R.B.; Silva, V.B.; Veras, A.B. Pressão arterial, excesso de peso e nível de atividade física em estudantes de universidade pública. Arquivos Brasileiros de Cardiologia. Vol. 95. Núm. 2. 2010. p. 192-199.

23-Melo, A.B.; Carvalho, E.M.; Sá, F.G.D.S.D.; Cordeiro, J.P.; Leopoldo, A.S.; Lima-Leopoldo, A.P. Nível de atividade física dos estudantes de graduação em educação física da Universidade Federal do Espírito Santo. Journal of Physical Education. Vol. 27. 2016.

24-Monteiro, L.Z.; Varela, A.R.; Carneiro, M.L.A.; Alves, L.R.; Góis, R.F.G.; Lima, T.B. Uso de tabaco e álcool entre acadêmicos da saúde. Revista Brasileira em Promoção da Saúde. Vol. 31. Núm. 1. 2018. p. 1-9.

25-Oliveira, I.K.F.; Machado, E.B.; Sousa, R.R.; Adriana, A.P. Consumo de alimentos ultraprocessados e obesidade abdominal em

adolescentes universitários. Revista Eletrônica Acervo Saúde. Vol. 11. Núm. 16. 2019.

26-Oliveira, J.S.; Santos, D.O.; Rodrigues, S.J.M.; Oliveira, C.C.; Souza, A.L.C. Avaliação do perfil sociodemográfico, nutricional e alimentar de estudantes de nutrição de uma universidade pública em Lagarto-SE. Revista da Associação Brasileira de Nutrição. São Paulo. Vol. 8. Núm. 2. 2017. p. 37-42.

27-Penhalver, A. Dieta e TV. In: Junior, L. (Org.). A vida com a TV: o poder da televisão no cotidiano. São Paulo. Editora Senac São Paulo. 2005. p. 45-46.

28-Perez, P.M.P.; Castro, I.R.R.; Franco, A.S.; Bandoni, D.H.; Wolkoff, D.B. Práticas alimentares de estudantes cotistas e não cotistas de uma universidade pública brasileira. Revista Ciência & Saúde Coletiva. Vol. 21. Núm. 2. 2016. p. 531-42.

29-Porto, N.T.; Ferreira, D.S.; Figueira, G.L.A. Comportamento de universitários em relação ao consumo de álcool, tabaco e outras drogas: subsídios para ações promotoras de saúde. Revista Educação e Cultura Contemporânea. Vol. 16. Núm. 42. 2019.

30-Silva, C.F.; Oliveira, A.P.; Mundim, F.L.; Alves, T.A.; Silva, A.N.; Silva, L.L.C.; Silva, J.; Melo, E.Q.; Caixeta, E.S.; Faria, M.K.; Silva, J.M.N.; Limongi, J.E. Consumo de álcool e fatores de risco associados entre estudantes de uma universidade federal brasileira. Revista Brasileira de Geografia Médica e da Saúde. Vol. 12. Núm. 23. 2016. p. 1-10

31-Silva, E.C.; Tucci, M.A. Padrão de consumo de álcool entre estudantes universitários (calouros) e diferença entre os gêneros. Sociedade Brasileira de Psicologia. Ribeirão Preto. Vol. 24. Núm. 1. 2016. p. 313-323.

32-Tavares, C.C.; Mendes, C.; Muriele, P.; Gaudenci, N.G.; Gaudenci, E.M.; José, H.V.; Kauchakje, P.; Aparecida, L. Saúde e qualidade de vida de universitários da área da saúde. Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social. Vol. 7. Núm. 1. 2019.

33-World Health Organization. A glossary of terms for community health care and services for older persons. WHO Centre for Health

Development, Ageing and Health Technical Report. Vol. 5. 2004.

Autor correspondente:
Renata Aparecida Rodrigues de Oliveira
renata.oliveira@unifagoc.edu.br

Recebido para publicação em 21/02/2025
Aceito em 11/06/2025