

PERFIL DA QUALIDADE DE VIDA EM ACADÊMICOS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA CIDADE DE QUIXADÁ/CE

Régia Carla Nogueira Torres Gomes¹

Messias Bezerra de Oliveira¹

Francisco Jeci de Holanda¹

Francisca Nimara Inácio da Cruz¹

Ana Paula Vasconcelos de Oliveira Tahim^{2,3}

Jose Airton Freitas Pontes Junior^{1,3,4}

Rubens Vinícius Letieri^{1,5}

¹Faculdade Católica Rainha do Sertão, Brasil

²Faculdade Cearense, Brasil

³Universidade Federal do Ceará, Brasil

⁴Universidade do Minho, Portugal

⁵Universidade de Coimbra, Portugal

RESUMO

O estudo tem como objetivo avaliar o perfil da qualidade de vida (QV) de acadêmicos do curso de Educação Física da cidade de Quixadá/CE. A pesquisa tem um caráter quantitativo, com delineamento descritivo e transversal. Utilizou-se o questionário da Organização Mundial da Saúde (OMS): o Whoqol-bref, com parâmetros para a avaliação da QV. O questionário foi aplicado a 104 acadêmicos, dos quais 62 eram homens e 42 mulheres. O teste de Kolmogorov-Smirnov com nível de significância de 0,05 foi efetivado para verificar a normalidade dos dados. Para analisar a consistência interna da amostra nos domínios Físico, Psicológico, Relações Sociais e Meio ambiente, além da QV geral, foi adotado o coeficiente α de Cronbach, que apresentou uma consistência interna de 0,79. Na ausência de normalidade, para realizar comparações dentro de cada domínio, o teste não paramétrico de Mann-Whitney foi utilizado para comparar os escores obtidos nos diferentes domínios do Whoqol-bref entre os alunos do sexo masculino e feminino. Os resultados para a QV em geral para ambos os gêneros foi bom, contudo, o domínio físico foi o único que apresentou resultados significativos, ou seja, 0,026, sendo que os demais apresentaram bons valores, porém não significativos. Os homens apresentaram os melhores resultados comparados com as mulheres, praticamente em todos os domínios, principalmente no físico. O estudo mostrou novas possibilidades de pesquisas no campo da QV, corroborando com a ideia de que a mesma é um fenômeno complexo onde há interação de muitas variáveis que interferem na QV.

Palavras-chave: Qualidade de vida. Acadêmicos. Whoqol-Bref.

PROFILE OF THE QUALITY OF LIFE IN HIGHER EDUCATION STUDENTS OF PHYSICAL EDUCATION COURSE OF QUIXADÁ/CE CITY

ABSTRACT

The study aims to evaluate the profile of the physical education students' quality of life (QL) of the Physical Education course from Quixadá/CE city. The research has a quantitative approach with descriptive and cross-sectional design. It was used The World Health Organization (WHO): the WHOQOL-BREF, with parameters for the assessment of QL. The questionnaire was administered to 104 students, who 62 were men and 42 women. The Kolmogorov-Smirnov test with 0.05 significance level was effected to verify the normality of the data. To analyze the internal consistency of the sample in the areas Physical, Psychological, Social Affairs and Environment, as well as overall QL, it was adopted Cronbach α coefficient, which showed an internal consistency of 0.79. In the absence of normality, to make comparisons within each domain, the nonparametric Mann-Whitney test was used to compare the scores obtained in the different domains of WHOQOL-bref among male and female students. The results for QoL overall for both genders were good, although the physical domain was the only one with significant results, ie 0.026, while the others showed good values, but not significant. Men showed the best results compared to women in almost all areas, especially in the physical one. The study showed new possibilities of research in the field of QoL, corroborating the idea it is a complex phenomenon, where there is an interaction of many variables which affect the quality of life.

Keywords: Quality of life. Higher education students. Whoqol-Bref.

INTRODUÇÃO

O termo Qualidade de Vida (QV) aponta para parâmetros objetivos e subjetivos de descrição e avaliação. A avaliação subjetiva dos pesquisados não depende diretamente das condições objetivas que os rodeiam, tais como: renda, emprego ou desemprego, população abaixo da linha de pobreza, alimentação, acesso a saneamento básico, qualidade do ar, entre outras situações mensuráveis. Estes critérios são importantes, mas não devem direcionar com exclusividade uma pesquisa nesse âmbito, assim, os parâmetros subjetivos de QV são ainda mais relevantes, pois dizem respeito à percepção pessoal do indivíduo em relação à sua vida, sobre o que pensa ou sente independente dos componentes materiais que servem de base para qualificá-la (VIANA, 2004).

A QV pode ser definida pelo o que o indivíduo percebe sobre posições da vida em seu contexto cultural, atribuição de valores, objetivos, aspirações, cuidados e preocupações, modelos ou padrões (SILVEIRA, 2007; CIESLAK et al., 2011). Seis domínios principais são incluídos nessa definição: saúde física, estado psicológico, níveis de independência, relacionamento social, características ambientais e padrão espiritual (RAMOS-DIAS et al., 2010).

Segundo Ghorayeb e Barros Neto (2004), QV é a capacidade de não apresentar limitações de aptidão para a realização de esforços da vida diária. Esse conceito implica nas capacidades de realizar diversos atos motores envolvidos nas atividades do cotidiano, mantendo a homeostase sem causar grandes alterações fisiológicas durante os esforços mais comuns na realização de trabalhos que exijam força durante uma intensidade necessária para o movimento.

Apesar de vários pressupostos que implicam no conceito de QV, não é simples uma definição, pois a mesma tem sido influenciada pelo avanço tecnológico e seu advento, como por exemplo: elevadores, escadas rolantes, controle remoto, computadores, jogos eletrônicos, internet, etc. Estas disposições afetam, sobretudo, o domínio físico e social da QV, já que o indivíduo deixa de praticar atividades físicas e relacionar-se pessoalmente, para estar atrás da tela do computador ou no conforto do sofá, principalmente, as crianças e adolescentes. A situação preocupa porque, geralmente, levam-se para a idade adulta os hábitos dessas fases, tanto positivos quanto negativos (BASTOS e SANTOS, 2010; MENDES, PICCOLI e QUEVEDO, 2014).

Sem poder negar os avanços e a importância da tecnologia, a humanidade se depara com o difícil desafio de tirar proveito dos avanços, do conforto, e conciliar com o que é saudável, sem que haja perda da QV, nem a médio e longo prazo (BASTOS e SANTOS, 2010).

De acordo com Zimmermann (2001), a QV é um constructo de conceitos que se edifica com a própria vida, isto é, uma construção constante que se elabora de acordo com os contextos sociais de cada um. Dessa forma, a QV vai muito além de saúde física ou mental, pois o equilíbrio dos domínios intelectual, social e espiritual é de suma importância para defini-la, porém, na visão subjetiva de quem a analisa.

Tendo em vista que o curso de Educação Física (Licenciatura) tem em sua maioria alunos que vieram do ensino médio, com uma perspectiva esportivista, de saúde e QV, é adequado pesquisar esta subjetividade através de respostas que emitam a percepção desses jovens e futuros professores sobre sua realidade acerca do que sentem sobre sua vida e o que aspiram de sua profissionalização. As investigações mostram que os profissionais desta área vêm enfrentando dificuldades e condições desfavoráveis e desmotivadoras no exercício da profissão, onde o risco iminente de depressão e desalento na época da aposentadoria é desencadeado devido ao acúmulo de trabalho, falta de tempo para o convívio social; o cansaço enfada e subtrai a força para uma vida ativa e saudável. Muitos desenvolvem doenças crônicas e sofrem de distúrbios do sono, adotam comportamentos alimentares inadequados e desenvolvem a obesidade (MOREIRA et al., 2010; SOUZA et al., 2014).

Para Eurich e Kluthcovsky (2008) é importante avaliar a QV em acadêmicos devido às características próprias. Os estudantes passam por muitas mudanças e adaptações que podem gerar nessa fase da vida, crises como: depressões, evasão escolar, problemas na aprendizagem, dificuldades nas relações interpessoais, tendência ao isolamento, rotina acadêmica, problemas financeiros acabam subtraindo o interesse e a motivação durante a jornada no ensino superior.

Ressalta-se, ainda, a relevância de pesquisas nesse âmbito devido a outro fator que as reforça, a escassez de publicações sobre o tema em questão (SOUZA et al., 2012) principalmente em estudantes universitários no Nordeste brasileiro. O estudo de Teixeira (2014) discute com profundidade sobre o comportamento de risco em universitários, dentre eles os aspectos relacionados a composição corporal e nível de atividade física em universitários em uma cidade no interior do Paraná. Letieri et al., (2013) apresenta vários resultados de estudos realizados no sul-sudeste, bem como os seus resultados na região centro-sul cearense. Estudos como esses podem contribuir na análise da situação e potencializar subsídios para a elaboração de políticas públicas, além de esclarecimentos para a população sobre os indicativos de

qualidade de vida. Dessa forma, o presente estudo objetiva avaliar o perfil da qualidade de vida (QV) de acadêmicos do curso de Educação Física da cidade de Quixadá/CE.

MÉTODOS

A pesquisa teve um caráter quantitativo, caracterizando-se de um delineamento descritivo e transversal. Participaram 104 voluntários de um curso de licenciatura em Educação Física de uma Instituição de Ensino Superior (IES) particular, localizada na cidade de Quixadá/CE, dos quais 42 eram mulheres e 62 eram homens. O único critério adotado para que os acadêmicos pudessem participar da pesquisa foi o de estar regularmente matriculado na IES.

Foi utilizado o questionário WHOQOL-bref da Organização Mundial da Saúde - OMS como ferramenta de pesquisa. (FLECK et al., 1999; 2000). O WHOQOL-bref contém 26 questões: duas gerais que não entram no cálculo do escore dos domínios, e 24 distribuídas em quatro domínios: físico, psicológico, relações sociais, e meio ambiente. Os escores finais de cada domínio consideram as respostas de cada questão que compõe o domínio, resultando numa escala de 4 a 20, que podem ser transformadas em 0 a 100, medidos em direção positiva. Escores mais altos indicam melhor avaliação da QV. Este questionário foi aplicado em dias estratégicos onde a assiduidade era maior, diminuindo assim, as chances de alguém não respondê-lo. Com o intuito de melhorar a credibilidade do trabalho foram coletadas algumas informações complementares como gênero, idade e estado civil.

Os dados foram analisados por meio da estatística descritiva (média, desvio-padrão e coeficiente de variação dos diferentes domínios entre os gêneros). A análise inferencial foi realizada pelo pacote estatístico SPSS versão 22.0 (*Statistical Package for the Social Science*). O teste de Kolmogorov-Smirnov com nível de significância de 0,05 foi efetivado para verificar a normalidade dos dados. Além disso, para analisar a consistência interna da amostra nos domínios Físico, Psicológico, Relações Sociais e Meio ambiente, além da Qualidade de Vida geral, foi adotado o coeficiente α de Cronbach, que apresentou uma consistência interna de 0,79, sendo, segundo Maroco (2011), com a consistência mínima de 0,7. Na ausência de normalidade, para realizar comparações dentro de cada domínio, o teste não paramétrico de Mann-Whitney foi utilizado para comparar os escores obtidos nos diferentes domínios do Whoqol-bref entre os alunos do sexo masculino e feminino. Foi adotado um nível de significância de 0,05.

Os aspectos éticos foram rigorosamente observados e considerados, na observância da Resolução N° 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde (BRASIL, 2012). Os participantes após serem esclarecidos da proposta da presente pesquisa, assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), concordando em participar do estudo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Entre os alunos da IES investigada, em todos os semestres, os resultados referem-se à QV de 104 acadêmicos pesquisados, sendo 62 homens (59,6%) e 42 mulheres (40,4%). A idade média entre os homens foi de 22,71, com mínima de 16 e máxima de 42 anos. A média da idade feminina foi de 22,05, com mínima de 17 e máxima de 38 anos (Tabela 1).

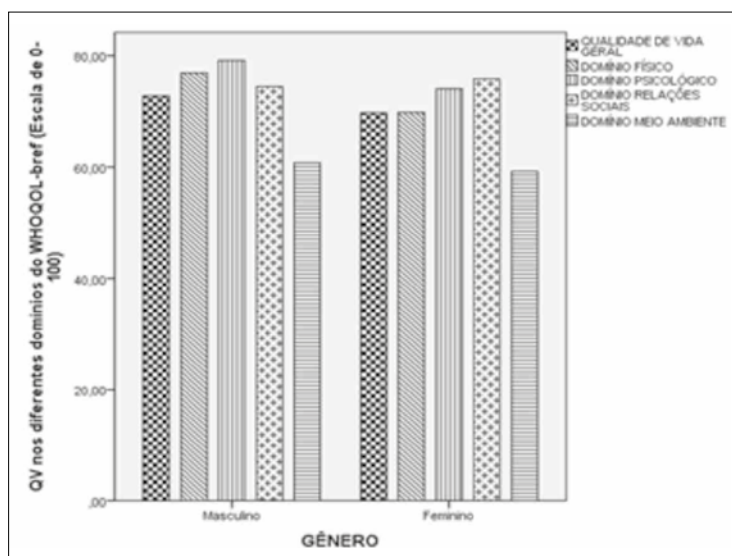
Tabela 1. Apresenta as características gerais da amostra dos pesquisados.

Gênero	Idade	Qualidade de Vida Geral	Domínio Físico	Domínio Psicológico	Domínio Relações Sociais	Domínio Meio Ambiente	
	Média	22,71	72,83	76,95	79,16	74,46	60,73
	N	62	62	62	62	62	62
Masculino	DP	5,68	9,08	13,92	14,95	14,06	11,31
	Mínimo	16	51,75	53,57	45,83	33,33	43,75
	Máximo	42	91,59	135,71	150,00	100,00	81,25
	% do Total N	59,6%	59,6%	59,6%	59,6%	59,6%	59,6%

continua

Gênero		Idade	Qualidade de Vida Geral	Domínio Físico	Domínio Psicológico	Domínio Relações Sociais	Domínio Meio Ambiente
Feminino	Média	22,05	69,73	69,81	74,10	75,79	59,22
	N	42	42	42	42	42	42
	DP	5,23	8,90	13,03	8,15	12,45	11,65
	Mínimo	17	49,14	35,71	54,17	41,67	28,13
	Máximo	38	89,25	89,29	91,67	100,00	84,38
	% do Total N	40,4%	40,4%	40,4%	40,4%	40,4%	40,4%
Total	Média	22,44	71,58	74,07	77,12	75,00	60,12
	N	104	104	104	104	104	104
	DP	5,48	9,09	13,96	12,85	13,39	11,41
	Mínimo	16	49,14	35,71	45,83	33,33	28,13
	Máximo	42	91,59	135,71	150,00	100,00	84,38
	% do Total N	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

Gráfico 1. Valores em escala de 0 a 100 em vários domínios do Whoqol-bref.



Conhecer a QV do estudante universitário no Brasil é recente. Os estudos pioneiros datam de 1994, onde foi feita uma revisão de trabalhos realizados em outros países desde a década de 80, no século passado (CATUNDA e RUIZ, 2008). Os estudos nessa área são escassos, principalmente quando se trata de acadêmicos de Educação Física, por isso numa tentativa de entender a QV desses jovens diante da complexidade de fatores que estão propostos para suas vidas, que são exigências que requerem cada vez mais a formação superior, especialização e experiência, para possíveis enfrentamentos diante de uma melhor colocação no mercado de trabalho, desenvolveu-se este estudo, com o intuito de criar uma nova visibilidade acerca destas impressões (OLIVEIRA e GUIMARÃES, 2009).

De um modo geral, conforme apresentado na tabela 1 e gráfico 1a QV dos participantes do presente estudo apresentou-se satisfatória para ambos os gêneros. Porém, o gênero masculino obteve maiores valores em praticamente todos os domínios, principalmente no domínio físico. Os maiores valores revelam que o

gênero masculino é bastante ativo fisicamente, portanto, se sobressai nesse domínio, como também no domínio psicológico, que obteve segundo lugar, mostrando uma correlação entre esses dois domínios. Em estudo conduzido por Teixeira (2014) a respeito de comportamentos de risco para a saúde em universitários, foi possível identificar que quanto às chances de não praticar atividade física, foram encontradas proporções significativas apenas no gênero, onde as mulheres apresentaram maiores razões de chances de não praticarem atividade física, assim como no presente estudo.

No domínio das relações sociais houve um percentual pequeno no desvio padrão, revelando que nesse grupo há quase uma igualdade neste domínio, enquanto no domínio meio ambiente os valores foram os mais baixos, revelando uma maior vulnerabilidade desse grupo. Tais resultados corroboram com o estudo de Cieslak et al., (2007) em que foram pesquisados 85 alunos de Educação Física do município de Ponta Grossa/PR, em um outro estudo realizado em Iguatu/CE, Letieri et al., (2013), apesar de não apresentar uma significância no estudo o sexo feminino apresentou escores maiores em relação ao sexo masculino perdendo apenas no domínio físico, divergindo assim com o presente estudo, menos no domínio físico.

Na tabela 2 pode-se observar que no domínio físico o resultado dos escores médios mostra que os homens estão com QV acima das mulheres neste domínio (76,9 para homens e 69,8 para as mulheres) assim como no domínio psicológico (79,1 para homens e 74,1 para mulheres) e domínio das relações sociais (74,4 para homens e 75,7 para mulheres). O domínio meio ambiente obteve os menores escores (60,7 para os homens e 59,2 para as mulheres).

Tabela 2. Escores médios e desvio padrão dos domínios da qualidade de vida do WHOQOL-bref para o total de acadêmicos de Educação Física – IES.

Domínios	Gênero	n	Média	DP	CV%	Valor de p
Físico	Masculino	62	76,95	13,92	18,09	0,026*
	Feminino	42	69,81	13,03	18,66	
Psicológico	Masculino	62	79,16	14,95	18,89	0,054
	Feminino	42	74,10	8,15	11,00	
Relações sociais	Masculino	62	74,46	14,06	18,88	0,930
	Feminino	42	75,79	12,45	16,43	
Meio ambiente	Masculino	62	60,73	11,31	18,62	0,690
	Feminino	42	59,22	11,41	19,27	
Qualidade de vida geral	Masculino	62	72,83	9,08	12,47	0,103
	Feminino	42	69,73	8,90	12,76	

*Valor de $p < 0,05$.

Em estudo realizado por Souza et al., (2012) buscando descrever, comparar e associar a qualidade de vida (QV) de alunos, ingressantes e concluintes, de um curso de Educação Física da Universidade Estadual de Goiás, foi possível verificar que o maior valor encontrado foi no domínio físico ($72,0 \pm 14,4$) e o menor no domínio meio ambiente ($59,3 \pm 11,6$) corroborando com os resultados obtidos no presente estudo.

Cieslak et al., (2012) ao analisarem a qualidade de vida e o nível de atividade física em universitários em Curitiba-PR verificaram que ambos os gêneros obtiveram uma classificação satisfatória quanto a qualidade de vida, tendo inclusive maiores valores no domínio físico entre ambos, divergindo dos resultados da presente pesquisa em que os homens estão com QV acima das mulheres no domínio físico. Mesmos achados são encontrados por Mendes-Netto et al., (2012) onde correlaciona o nível de atividade física com qualidade de vida e nenhuma divergência em relação a qualidade de vida é encontrada em ambos os sexos, entretanto os homens se apresentaram mais ativos. Um estudo semelhante também com universitários sobre nível de atividade física identifica que homens se apresentam mais ativos que mulheres (MIELKE et al., 2010).

Segundo Costa et al., (2003), a relação do gênero feminino com a atividade física está mais voltada para atividades individuais, que não exigem muito esforço. Como também, a inatividade está relacionada às múltiplas jornadas de trabalho que as mulheres sofrem, com um acréscimo de mais de 20h de serviço

doméstico semanal, com mais de 22h de dedicação ao marido e aos filhos, no caso das casadas. Em relação à participação masculina em atividades físicas, as coletivas e mais forçadas são as preferidas, como os esportes coletivos, diferente das mulheres. Os fatores econômicos também influenciam, pois mulheres mais abastadas podem dispor de empregadas domésticas para obterem tempo livre para a prática de atividade física fora de casa. Isto é uma variável que pode explicar os valores mais altos no domínio físico para o gênero masculino no presente trabalho.

Apesar do gênero feminino não se apresentar mais ativo ou com níveis ideais na QV preocupações semelhantes são identificados em crianças e adolescentes no interior do Ceará como demonstra Souza *et al.*, (2015) e Castro *et al.*, (2012) onde os mesmo são identificados como baixos níveis de aptidão física e comportamentos saudáveis onde podem no futuro desenvolver possíveis doenças crônicas degenerativas no decorrer de suas vidas (BASTOS; SANTOS, 2010; MENDES; PICCOLI; QUEVEDO, 2014).

Em pesquisa conduzida um por Santos *et al.*, (2013) em Olinda/PE buscando identificar e comparar a qualidade de vida (QV) de 63 professores de Educação Física que atuam em academias de ginástica, os resultados mostraram elevados valores para os domínios da QV, dessa forma, os professores entrevistados apresentaram uma boa qualidade de vida, assim, como nos resultados obtidos com os acadêmicos deste estudo.

CONCLUSÃO

O presente estudo possibilitou uma visão reflexiva no âmbito da QV em acadêmicos de Educação Física, já que analisar a QV é um processo muito difícil de ser realizado, pois a mesma está envolvida por muitas variáveis que interferem e modelam constantemente a sua conceituação.

Os resultados sobre a QV dos acadêmicos de uma forma geral foram bons, porém, revelam que os homens são mais ativos fisicamente que as mulheres, pois houve maior significância nesse domínio, e também de uma forma geral apresentam mais QV.

O estudo mostrou também novas possibilidades de pesquisas no campo da QV, corroborando com a ideia de que a mesma é um fenômeno complexo onde há interação de muitas variáveis que interferem na QV, diante disso, sugere-se que pesquisas com amostras maiores e de maior duração sejam realizados para comprovar ou refutar os resultados deste trabalho.

REFERÊNCIAS

- BASTOS, A.A.; SANTOS, A.C.A. Identificação dos níveis de qualidade de vida em escolares do município de nossa senhora das dores – Sergipe. **Rev. Bras. Cienc. Esporte**, Campinas, v. 31, n. 2, p. 91-103, janeiro 2010.
- BRASIL, MINISTÉRIO DA SAÚDE. Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde sobre Diretrizes e Normas Regulamentadoras de Pesquisa Envolvendo Seres Humanos. **Diário Oficial da União**, 12 de dezembro de 2012.
- CASTRO, F.T.C.; ALMEIDA, E.V.B.; ARAÚJO, L.H.F.; MACEDO, H.J.R.; SOUSA, A.R.B.; PONTES JR, J. A.F. Avaliação da aptidão física relacionada à saúde de adolescentes do município de Sobral/CE. **Anais. XVIII ENCONTRO DE INICIAÇÃO À PESQUISA**, p.1-5, 2012.
- CATUNDA, M.A.P.; RUIZ V.M. Qualidade de vida de universitários. **Revista Científica do UNIFAE**, São João da Boa Vista, v. 2, n. 1, p. 22-31, 2008.
- CIESLAK, F. et al. Relação do nível de qualidade de vida e atividade física em acadêmicos de educação física. **Revista Fitness Performance**, Rio de Janeiro, v. 6, n. 6, p. 358, nov./dez. 2007.
- CIESLAK, F. et al. Comparativo da qualidade de vida de acadêmicos de educação física de Campinas/SP e Ponta Grossa/PR. **Revista Brasileira de Qualidade de Vida**, Paraná, v. 3, n. 1, p. 53–57, jan./jun. 2011.
- CIESLAK, F. et al. Análise da qualidade de vida e do nível de atividade física em universitários. **Rev. Educ. Fis/UEM**, Maringá, v. 23, n. 2, p. 251-260, 2. trim. 2012.

COSTA, R.S.; HEILBORN, M.L.; WERNECK, G.L.; FAERSTEIN, E.; LOPES, C.S. Gênero e prática de atividade física de lazer. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, 19(Sup. 2):p.325-333, 2003.

EURICH, R.B.; KLUTHCOVSKY, A.C.G.C. Avaliação da qualidade de vida de acadêmicos de graduação em Enfermagem do primeiro e quarto anos: influência das variáveis sociodemográficas. **Rev. Psiquiatr**, Rio Grande do Sul, v. 30, n. 3, p. 211-220, set./dez. 2008.

FLECK, M.P.A. *et al.* Desenvolvimento da versão em português do instrumento de avaliação de qualidade de vida da OMS (WHOQOL-100). **Rev. Bras. Psiquiatr**, São Paulo, v. 21, n. 1, p. 19-28, 1999.

FLECK, M.P.A. *et al.* Aplicação da Versão em português do instrumento abreviado DAE avaliação da qualidade de vida WHOQOL-bref, **Rev. Saúde Pública**, São Paulo, v. 34, n. 2, p.178-83, 2000.

GHORAYEB, N.; BARROS NETO, T. L. **O Exercício – Preparação Fisiológica – Avaliação Médica – Aspectos Especiais e Preventivos**. São Paulo: Atheneu, 2004.

LETIERI, R.V.; FILHO, A.N.S.; SOUZA, C.T.; LIMA, A.F.; LIMA, V.F.; SOUSA, R.A.; SILVA, D.A. Perfil da qualidade de vida de acadêmicos de Educação Física da região centro-sul do Ceará. **Lecturas Educación Física y Deportes**. Buenos Aires, v. 18, n. 184, Setembro de 2013.

MAROCO, J.P. **Análise Estatística com o SPSS Statistics**. 5.ed. Pêro Pinheiro: Report Number, 2011.

MENDES, D.; PICCOLI, J.C.J.; QUEVEDO, D.M. Qualidade de vida relacionada à saúde de escolares do ensino fundamental de Campo Bom, RS. **R. bras. Ci. e Mov**, Brasília, v. 22, n. 4, p. 47-54, 2014.

MENDES-NETTO, R.S.; SILVA, C.S.; COSTA, D.; RAPOSO, O.F.F. Nível de atividade física e qualidade de vida de estudantes universitários da área de saúde. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, v. 10, n. 34, out./dez., p.47-55, 2012.

MIELKE, G.I.; RAMIS, T.R.; HABEYCHE, E.C.; OLIZ, M.M.; GERMANO, M.; TESSMER, S.; AZEVEDO, M.R.; HALLAL, P.C. Atividade física e fatores associados em universitários do primeiro ano da universidade federal de Pelotas. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, Pelotas, v. 15, n. 1, p. 56-64, 2010.

MOREIRA, H.R. *et al.* Qualidade de vida do trabalhador docente e os ciclos vitais de professores de educação física do estado do Paraná, Brasil. **R. bras. Ci. E Mov**, Brasília, v. 18, n. 3, p.12-20, 2010.

OLIVEIRA, J.A.C., GUIMARÃES L.A.M., Qualidade de vida de estudantes universitários de educação física, **PULSAR**, Jundiaí, v. 1, n. 2, p.1-14, 2009.

RAMOS-DIAS, J.C. *et al.* Qualidade de vida em cem alunos do curso de Medicina de Sorocaba – PUC/SP. **Revista Brasileira de Educação Médica**, Rio de Janeiro, v. 34, n. 1, p.116–123, 2010.

SANTOS, J.D.A.; SANTOS, S.A.G.; SANTOS, P.G.M.D.; WANDERLEY, A.L.; BATISTA, G.R. Qualidade de vida dos professores de academia de ginástica da cidade de Olinda-Pernambuco. **Rev. Educ. Fis/UEM**, Maringá, v. 24, n. 2, p. 225-231, 2. trim. 2013.

SILVEIRA, T.R. Qualidade de vida e saúde/doença. **Revista da AMRIGS**, Porto Alegre, v. 51, n. 1, p. 5-6, jan./mar. 2007.

SOUZA, F.J.R.; VASCONCELOS, E.O.; LOPES, J.P.N.; LETIERI, R.V.; PONTES JR, J.A.F. Comportamento ativo, sedentário e hábitos alimentares de adolescentes de uma cidade do interior do Ceará, Brasil. **Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP**, Campinas, v. 13, n. 1, p. 114-128, jan./mar. 2015.

SOUZA, M.C. *et al.* Atividade física relacionada ao estresse no trabalho de professores universitários. **R. bras. Ci. e Mov**, Brasília, v. 22, n. 4, p. 68-76, 2014.

SOUZA, L.A.; INÊS, L.L.; PAIVA, T.A.; MELO, J.G.; RECHENCHOSKY, L. Qualidade de vida de acadêmicos de Educação Física: ingressantes e concluintes. **Coleção Pesquisa em Educação Física**, Várzea Paulista, v. 11, n. 5, p. 129-136, 2012.

TEIXEIRA, M. **Comportamentos de risco para a saúde em universitários**. Tese (Doutorado em Educação Física). Programa de Pós-Graduação em Educação Física. Centro de Educação Física e Esporte. Universidade Estadual de Londrina, Londrina, 2014.

VIANA, H.B. Avaliando a qualidade de vida de pessoas idosas utilizando parâmetros subjetivos. **Rev. Bras. Cienc. Esporte**, Campinas, v. 25, n. 3, p. 149-158, maio 2004.

ZIMMERMANN, A.C. **Atividade física de aventura na natureza: elementos teóricos, práticos dessas atividades na ilha de Santa Catarina**. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Centro de Desporto, Universidade Federal de Santa Catarina, Santa Catarina, 2001.

Faculdade Católica Rainha do Sertão
Rua Juvêncio Alves, 660
Centro
Quixadá/CE
63900-257