

Avaliação da qualidade de vida em adolescentes do ensino médio do município de Canoinhas/SC

RESUMO

Peters Valter Westphal

petersvw@hotmail.com

orcid.org/0000-0001-8050-0045

Universidade do Contestado (UNC), Porto União, Santa Catarina, Brasil

Luís Paulo Gomes Mascarenhas

masca58@hotmail.com

orcid.org/0000-0002-7762-2727

Universidade Estadual do Centro-Oeste (UNICENTRO), Irati, Paraná, Brasil

Marcos Roberto Queiroga

queirogamr@hotmail.com

orcid.org/0000-0002-9284-976X

Universidade Estadual do Centro-Oeste (UNICENTRO), Irati, Paraná, Brasil

Marcos Tadeu Grzelczak

marcostg@unc.br

orcid.org/0000-0002-2598-9519

Universidade do Contestado (UNC), Porto União, Santa Catarina, Brasil

William Cordeiro de Souza

professor_williamsouza@yahoo.com.br

orcid.org/0000-0002-1585-0353

Universidade do Contestado (UNC), Porto União, Santa Catarina, Brasil

OBJETIVO: Comparar entre gêneros a qualidade de vida (QV) de adolescentes.

MÉTODOS: A amostra foi composta por 1066 alunos (495 meninos e 571 meninas), com idade entre 14 e 17 anos. Para avaliar a qualidade de vida dos escolares foi utilizado o Pentáculo do Bem-Estar proposto por Nahas (2006). Esse instrumento é composto por cinco dimensões do estilo de vida, sendo: atividade física, nutrição, controle do estresse, comportamento preventivo e relacionamento social. Em cada componente existem três questões com valores de zero a três. Os dados obtidos foram analisados através da estatística descritiva e o teste t para amostra independente com nível de significância de $p < 0,05$.

RESULTADOS: Os alunos apresentam estilo de vida satisfatório. Os meninos apresentam melhores resultados na variável atividade física e controle do estresse em relação ao grupo de meninas. Já as meninas apresentam resultados significativos na variável comportamento preventivo. Nas variáveis nutrição e relacionamento social não foram encontradas diferenças significativas entre os grupos.

CONCLUSÕES: Os meninos apresentaram um melhor estilo de vida em relação ao grupo de meninas.

PALAVRAS-CHAVE: Adolescente. Estilo de vida. Atividade física.

INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas vivenciou-se uma assombrosa alteração nos padrões do estilo de vida da população em geral. Diversos fatores como a vida urbana, aparecimento de doenças e, principalmente, o avanço das tecnologias vêm causando transformações nos diversos segmentos da rotina das pessoas (RIBEIRO et al., 2012).

A informatização, por sua vez, vem criando mecanismos que poupam os esforços físicos, levando a diminuição da atividade física em casa, no lazer e no trabalho, e tem contribuído para a mudança no estilo de vida (NAHAS, BARROS; FRANCALACCI, 2000).

A combinação dos fatores socioambientais juntamente com fatores individuais molda e diferencia o cotidiano do ser humano, e resulta em uma combinação de situações e fenômenos que se pode chamar de qualidade de vida (QV) (NAHAS, 2010). O termo QV inclui fatores relacionados à saúde, como bem-estar físico, funcional, emocional e mental, e também fatores como os amigos, a família, o trabalho, entre outros que não estão diretamente relacionados com a saúde (MAZO, 2008).

Basicamente, a QV é reconhecida como um conceito que representa as respostas individuais aos efeitos físicos, mentais e sociais da doença sobre o cotidiano, e que influencia a extensão em que a satisfação pessoal com as circunstâncias da vida pode ser adquirida (ASSUMPÇÃO JR; KUCZYNSKI, 2010).

Para Nahas (2010), o estilo de vida representa um conjunto de ações cotidianas que reflete as atitudes, os valores e as oportunidades na vida das pessoas. No entanto, as diferentes perspectivas teóricas sobre a temática e a existência de distintas definições do conceito proporciona uma imensa dificuldade na definição do termo, principalmente quando o público é formado por crianças e adolescentes.

Segundo Simeão et al. (2012), uma grande dificuldade encontrada ao se discutir a QV em adolescentes, é pelo motivo que essa população é vista como saudável, pois pouco se investiga sobre sua QV. Do ponto de vista atual da família e da escola, a QV deveria representar a valorização das condições ambientais, o que é questionável com a concentração da criança em pequenos espaços (ASSUMPÇÃO JR; KUCZYNSKI, 2010).

O fato é que apesar de todas as campanhas do governo em prol da promoção da saúde e estilo de vida saudável, existem muitos jovens que continuam a colocar o seu bem-estar em perigo comendo alimentos gordurosos, levando uma vida sedentária e mantendo comportamentos de risco (VILARTA; BOCCALETTO, 2008).

No contexto da escola, o profissional de Educação física deve atuar como educador para a promoção de saúde. Portanto, o conhecimento de possíveis causas que possam interferir na QV, pode ser útil para desenvolver um estilo de vida adequado para os sujeitos que frequentam a escola (NAHAS, 2010).

Para crianças e adolescentes, bem-estar pode significar o quanto seus desejos e esperanças se aproximam do que realmente está acontecendo. Também reflete suas prospecções, tanto para si quanto para os outros (VILARTA; BOCCALETTO, 2008; SANTOMÉ, 2001). Sendo assim, este estudo teve como objetivo comparar entre gêneros a QV de adolescentes.

MATERIAIS E MÉTODOS

A amostra foi constituída por 1066 alunos (571 meninos e 495 meninas) do ensino médio de duas escolas públicas da cidade de Canoinhas/SC, com idades entre 14 e 17 anos. Os escolares foram avaliados somente mediante assinatura dos pais e/ou responsáveis no Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, conforme as normas éticas exigidas pela Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde. O presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (número do Parecer: CAAE - 51546215.4.0000.0106).

Foram incluídos no estudo os alunos devidamente matriculados nos três anos (1º ano, 2º ano e 3º ano) do ensino médio das escolas selecionadas para a pesquisa, ter idade entre 14 e 17 anos e apresentar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido assinado pelos pais e/ou responsáveis. Foram excluídos do estudo os adolescentes que não compareceram na escola nos dias marcados para coleta de dados e os alunos cujos pais não autorizaram a participação. Sendo também respeitada a vontade dos adolescentes que se recusaram a participar mesmo com a autorização dos pais.

Para avaliar o estilo de vida foi utilizado o instrumento Pentáculo do Bem-Estar proposto por Nahas (2006). O instrumento é composto por cinco variáveis que compreendem dimensões do estilo de vida: nutrição, atividade física, comportamento preventivo, relacionamento social e controle de estresse. Cada dimensão tem três questões onde o avaliado deve optar por uma de quatro opções de resposta: nunca (0), às vezes (1), quase sempre (2) ou sempre (3). Quanto maior o número, melhor o estilo de vida. Para a análise os valores obtidos através da média foram classificados como não satisfatório de 0 a 1, regular de 1 a 2 e satisfatório de 2 a 3 (NAHAS, 2006).

Para verificar a normalidade dos dados foi realizado o teste de Kolmogorov-Smirnov. Visto que a distribuição foi normal, utilizou-se a estatística descritiva (média, desvio padrão e frequência percentual). Para comparar os fatores de QV entre os gêneros foi utilizado teste t de Student pareado. Foi adotado um nível de significância de $p < 0,05$. As análises foram realizadas por meio do pacote estatístico *BioEstat* 5.0 e pelo Microsoft Excel® 2016.

RESULTADOS

A análise dos componentes do estilo de vida foi realizada de acordo com os valores médios de cada dimensão do Pentáculo do Bem-Estar. Na Tabela 1 estão apresentados os resultados do perfil de estilo de vida dos adolescentes da cidade de Canoinhas/SC, onde os dados estão estratificados na comparação pelo sexo (masculino e feminino). Os meninos apresentam resultados significativos na variável atividade física e controle do estresse quando comparado às meninas. Já as meninas apresentam resultados significativos na variável comportamento preventivo. Nas variáveis nutrição e relacionamento social não foram encontradas diferenças significativas entre os grupos.

Tabela 1 – Comparação do estilo de vida dos adolescentes entre o sexo masculino e feminino

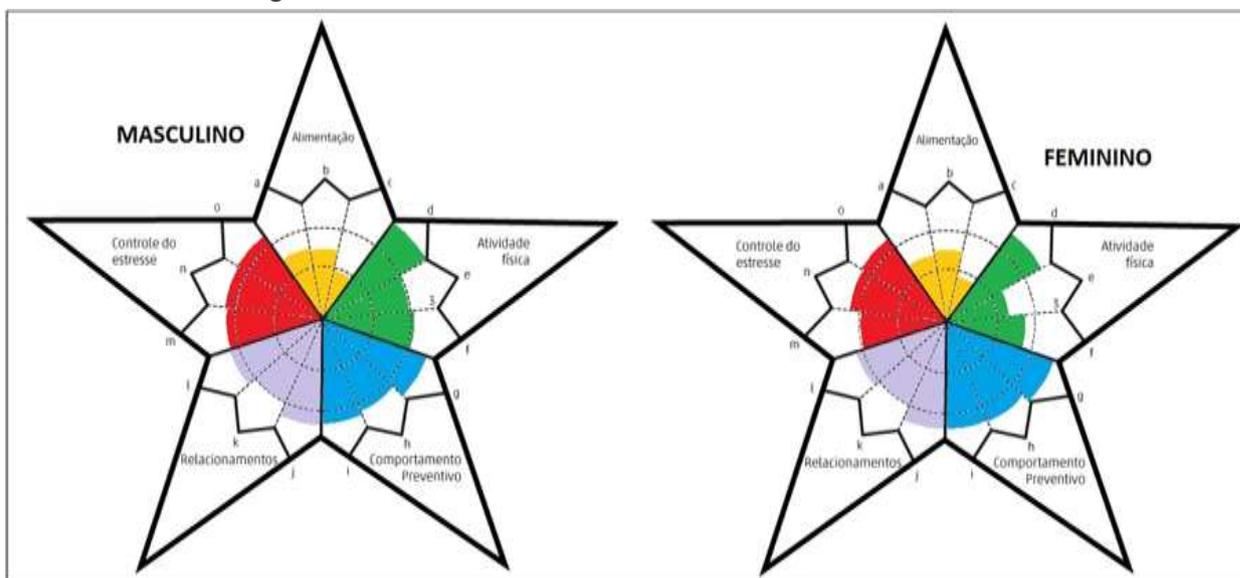
Variáveis	Meninos (n= 495)		Meninas (n= 571)		T	p
	Média	Desvio padrão	Média	Desvio padrão		
Nutrição	1,34	±0,92	1,27	±0,90	0,038	0,484
Atividade física	2,27	±0,87	1,86	±1,01	11,120	<0,001
Comporta. preventivo	2,39	±0,89	2,61	±0,75	8,082	<0,001
Relacionamento social	2,28	±0,80	2,32	±0,78	-1,472	0,071
Controle do estresse	2,33	±0,88	2,25	±0,89	3,442	0,004
Estilo de vida geral	2,12	±0,87	2,06	±0,87	7,215	<0,001

Fonte: Autoria própria (2016).

Nota: Nível de significância: p<0,001.

Para uma melhor visualização dos resultados do Estilo de Vida dos adolescentes avaliados no presente estudo, é apresentada a Figura 1 da Estrela Pentáculo do Bem-Estar, considerando os cinco fatores relacionados à QV.

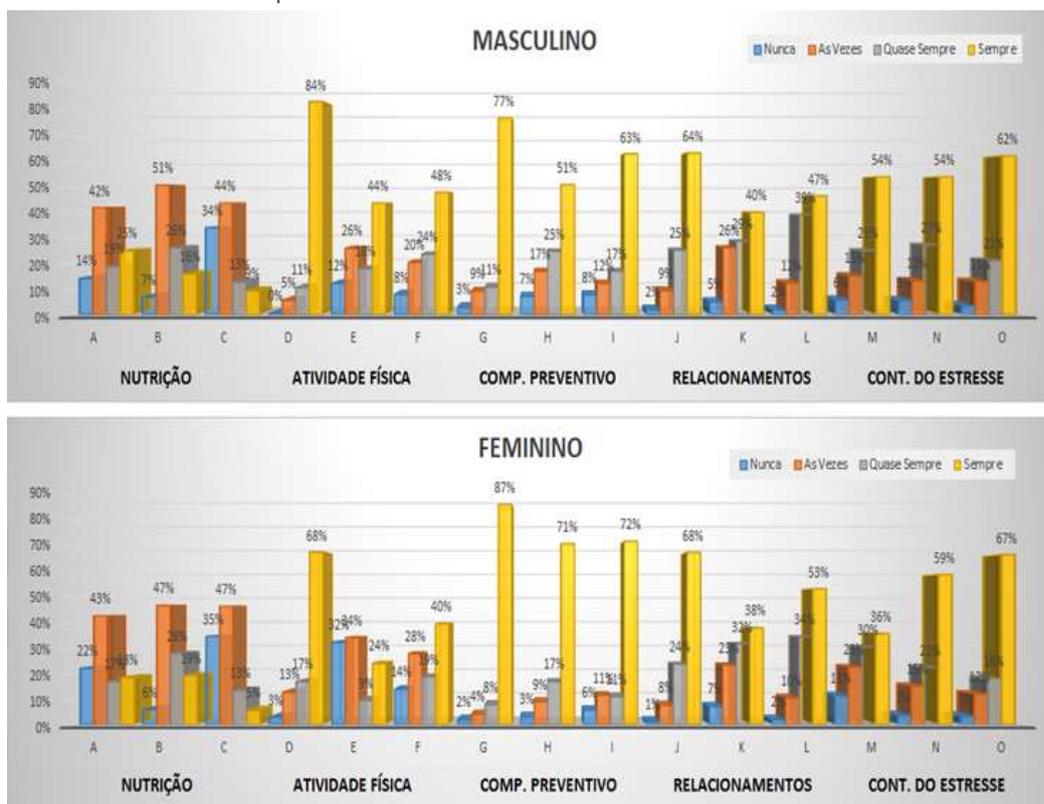
Figura 1 – Estrela do Pentáculo do Bem-Estar



Fonte: Autoria própria (2016).

O Gráfico 1 apresenta os dados percentuais separados por gênero das respostas de cada dimensão de estilo de vida (alimentação, atividade física, comportamento preventivo, relacionamentos e controle de estresse).

Gráfico 1 – Dados percentuais das dimensões de estilo de vida



Fonte: Autoria própria (2016).

DISCUSSÃO

Analisando os resultados da comparação do estilo de vida dos alunos do gênero masculino e feminino, pode-se perceber que houve diferenças significativas nos componentes de atividade física, comportamento preventivo e controle do estresse.

Na dimensão de atividade física os meninos apresentaram valores superiores em relação às meninas, onde foram encontradas diferenças significativas. Dessa forma, observou-se que os meninos apresentaram maior tendência a incorporar as atividades físicas ao seu estilo de vida. Segundo Matias et al. (2009), desde a infância os meninos são estimulados às práticas esportivas e a atividades físicas como subir em árvores, andar de bicicleta, e, principalmente jogar bola, enquanto as meninas são mais encorajadas ao desenvolvimento de atividades tipicamente sedentárias. Para Dada e Prati (2007), os meninos são mais ativos que as meninas em fase escolar.

Os meninos também apresentaram resultados significativos em relação às meninas no controle de estresse. De acordo com Vilarta e Bocalleto (2008), a prática de atividade física possui efeito benéfico sobre os sintomas e manifestações do estresse, pois promove aumento da autoestima, diminui depressão e isolamento social, promovendo o aumento do bem-estar geral. Sendo assim, pode-se associar a atividade física com um menor nível de estresse. Tal fato foi observado no presente estudo.

Em contrapartida, as meninas apresentaram diferença significativa em relação aos meninos no comportamento preventivo. Dada e Prati (2007) argumentam que as meninas em fase escolar são mais comprometidas com a prevenção. Guedes et al. (2001) entendem que essa diferença pode acontecer por questões biológicas, onde a prática de exercícios físicos para meninos pode ser facilitada por adaptações morfológicas e fisiológicas com predomínio do sistema musculoesquelético. Diferente da forma como ocorre para as meninas, na medida em que nesta fase estão mais preocupadas com o cuidado com seu corpo e aparência, além das mudanças hormonais ocorridas durante o início da puberdade.

Cabe mencionar que na variável nutrição não foram encontrados valores significativos, apesar dos meninos apresentarem valores superiores em relação às meninas. De acordo com Sene, Nandi e Freitas (2008), o fator nutrição está relacionado com o poder aquisitivo das pessoas, sendo que, pessoas com alto poder aquisitivo consomem grandes quantidades de alimentos industrializados com teor calórico alto. É importante destacar que o presente estudo não avaliou o perfil socioeconômico da amostra.

Os hábitos de alimentação inadequados influenciam diretamente no desenvolvimento de sobrepeso e obesidade, onde a ingestão demasiada de frituras, açúcares, ausência de consumo de frutas e horários inapropriados de alimentação potencializam negativamente a QV (TORAL; SLATER; SILVA, 2007).

Resultados semelhantes foram encontrados no relacionamento social. Dada e Prati (2007) inferem que os relacionamentos pessoais desempenham um importante papel na vida do ser humano, influenciando de forma determinante a QV. Marques e Arandas (2011) indicam que o estudante fica pouco tempo em casa, e isso reduz o seu relacionamento social familiar. Evidentemente, a qualidade de um relacionamento fora do âmbito familiar é questionável, pois pode ocorrer somente nas relações de trabalho ou, ainda, no ambiente escolar. No entanto, no presente estudo o nível considerado satisfatório não apresentou diferença significativa entre os gêneros.

No estilo de vida geral foi constatado que os meninos apresentaram um melhor estilo de vida do que as meninas. Segundo Gutin e Barbeau (2003), meninos são considerados mais ativos que meninas, mas isso tende ao declínio na adolescência em ambos os sexos, especialmente entre as meninas. Além disso, Dada e Prati (2007) relatam que à medida que os anos de escola vai passando a prática de atividade física e os hábitos alimentares deixam de ser preocupação para os adolescentes.

Os adolescentes dedicam maior parte do seu tempo livre aos estudos preparatórios para vestibulares e o Enem, juntamente com festas e encontros entre grupos sociais. De acordo com Guedes e Guedes (1995) e Nahas (2010), na cultura brasileira o vestibular passa a ser muito importante na vida de adolescentes egressos do ensino médio. Esta afirmação justifica tal despreocupação com o estilo de vida nessa população.

Apesar dos meninos apresentarem melhores resultados na QV, as meninas também apresentaram estilo de vida considerado satisfatório, pois os escores médios alcançaram o valor 2 (estilo de vida bom).

Por meio deste estudo foi analisada a QV dos adolescentes que frequentam o ensino médio de escolas públicas de Canoinhas. Verificou-se, de modo geral, que os adolescentes atingiram níveis satisfatórios de QV. Comparando os gêneros, foi identificado que os meninos apresentaram um melhor estilo de vida em relação ao grupo de meninas.

Quality of life evaluation of high school teenagers in the municipality of Canoinhas/SC

ABSTRACT

OBJECTIVE: Comparison between genders quality of life (QL) of adolescents.

METHODS: The sample consisted of 1066 students (495 boys and 571 girls), aged 14-17 years. To assess the quality of life of children was used the pentacle Welfare Proposed by Nahas (2006). This instrument consists of five lifestyle dimensions being: physical activity, nutrition, stress management, preventive behavior and social relationships. In each component, there are three issues with values of zero to three. Data were analyzed using descriptive statistics and the "t" test for independent sample with a significance level of $p < 0.05$.

RESULTS: Students have satisfactory lifestyle. The boys have better results in the variable of physical activity and stress management in relation to the group of girls. Already the girls have significant results in preventive behavior variable. The variables of nutrition and social relationships were no significant differences between groups.

CONCLUSIONS: the boys had a better lifestyle in relation to the group of girls.

KEYWORDS: Adolescents. Lifestyle. Physical activity.

REFERÊNCIAS

ASSUMPÇÃO JR, F. B.; KUCZYNSKI, E. **Qualidade de vida na infância e na adolescência: orientações para pediatras e profissionais da saúde mental.** Porto Alegre: Artmed, 2010.

DADA, R. P.; PRATI, S. R. A. Estilo de vida em adolescentes do ensino médio. In: ENCONTRO INTERNACIONAL DE PRODUÇÃO CIENTÍFICA CESUMAR, 5., 2007, Maringá. **Anais...** Maringá: Cesumar, 2007. p. 1-5. Disponível em: <http://www.unicesumar.edu.br/prppge/pesquisa/epcc2007/anais/rafaela_pilegi_dada.pdf>. Acesso em: 12 mar. 2016.

GUEDES, D. P.; GUEDES, J. E. R. P. **Exercício físico na promoção da saúde.** Londrina: Midiograf, 1995.

GUEDES, D. P. et al. Níveis de prática de atividade física habitual em adolescentes. **Revista Brasileira de Medicina no Esporte**, v. 7, n. 6, p. 187-189, 2001. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-86922001000600002>. Acesso em: 12 jun. 2016.

GUTIN, B.; BARBEAU, P. **Atividade física e composição corporal em crianças e adolescentes.** In: BOUCHARD, C. Atividade física e obesidade. São Paulo: Manole, 2003.

MARQUES, I. R; ARANDAS, F. Qualidade de vida do estudante do ensino médio e tabagismo. **Revista Brasileira de Qualidade de Vida**, v. 3, n. 2, p. 13-22, 2011. Disponível em: <<https://periodicos.utfpr.edu.br/rbqv/article/view/1066/770>>. Acesso em: 24 jun. 2016. 

MATIAS, T. S. et al. Estilo de vida, nível habitual de atividade física e percepção de autoeficácia de adolescentes. **Revista da Educação Física/UEM Maringá**, v. 20, n. 2, p. 235-243, 2009. Disponível em: <<http://periodicos.uem.br/ojs/index.php/RevEducFis/article/view/6413/4433>>. Acesso em: 12 jun. 2016.

MAZO, G. Z. **Atividade Física, Qualidade de vida e envelhecimento.** Porto Alegre: Siluna, 2008.

NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo.** Londrina: Midiograf, 2010.

NAHAS, M. V.; BARROS, M. V. G.; FRANCALACCI, V. O pentáculo do bem-estar: base conceitual para avaliação do estilo de vida de indivíduos ou grupos. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**. v. 5, n. 2, p. 48-59, 2000. Disponível em: <<https://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/RBAFS/article/view/1002/1156>> . Acesso em: 20 jun. 2016.

NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo**. 4. ed. Londrina: Midiograf, 2006.

RIBEIRO, A. C. S. et al. Qualidade de vida no ambiente escolar como componente da formação do cidadão: desejos e carências no espaço físico. **Monografias Ambientais**, v. 8, n. 8, p. 1850-1857, 2012. Disponível em: <<http://periodicos.ufsm.br/remoa/article/view/6192/3692>>. Acesso em: 11 jun. 2016. 

SANTOMÉ, J. T. O professor em época de neoliberalismo: dimensões sociopolíticas de seu trabalho. In: LINHARES, C. (Org.). **Os professores e reinvenção da escola: Brasil e Espanha**. São Paulo: Cortez, 2001.

SENE, R. F.; NANDI, A. P.; FREITAS, L. Uma análise do perfil do estilo de vida de alunos da 8ª série do ensino fundamental do município de Tubarão, SC. **EFDeportes.com**, Buenos Aires, v. 13, n. 126, p. 1, 2008. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd126/perfil-do-estilo-de-vida-de-alunos-do-ensino-fundamental.htm>>. Acesso em: 11 jun. 2016.

SIMEÃO, S. F. A. P. et al. Qualidade de vida de estudantes do ensino médio. **SALSVITA**, v. 31. n. 2, p. 153-168, 2012. Disponível em: <http://www.usc.br/biblioteca/salsvita/salsvita_v31_n2_2012_art_06.pdf>. Acesso em: 11 maio 2016.

TORAL, N.; SLATER, B.; SILVA, M. V. Consumo alimentar e excesso de peso de adolescentes de Piracicaba, São Paulo. **Revista Nutrição**, v. 20, n. 5, p. 449-459, 2007. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732007000500001>. Acesso em: 11 maio 2016. 

VILARTA, R.; BOCCALETTO, E. M. A. **Atividade física e qualidade de vida na escola: conceitos e aplicações dirigidos à graduação em educação física**. Campinas: Ipes, 2008.

Recebido: 27 jun. 2016.

Aprovado: 22 ago. 2016.

DOI: <http://dx.doi.org/10.3895/rbqv.v8n3.4090>.

Como citar:

WESTPHAL, P. V. et al. Avaliação da qualidade de vida em adolescentes do ensino médio do município de Canoinhas/SC. **R. bras. Qual. Vida**, Ponta Grossa, v. 8, n. 3, p. 218-228, jul./set. 2016. Disponível em: <<https://periodicos.ufpr.edu.br/rbqv/article/view/4090>>. Acesso em: XXX.

Correspondência:

Peters Valter Westphal

Rua Joaquim Nabuco, 314, Cidade Nova, Porto União, Santa Catarina, Brasil.

Direito autoral:

Este artigo está licenciado sob os termos da Licença Creative Commons-Atribuição 4.0 Internacional.

