

Influência da Pandemia da Covid-19 na Qualidade de Vida de Estudantes Universitários

Influence of the COVID-19 Pandemic on the Quality of Life of University Students

Influencia de la Pandemia de la COVID-19 en la Calidad de vida de los Estudiantes Universitarios

Siomara Aparecida da Silva¹

Eden Schmidt de Matos

Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP)

Resumo

Buscando compreender a percepção da Qualidade de Vida (QV), o trabalho objetivou verificar a influência do isolamento social devido à pandemia da covid-19 na autopercepção de qualidade de vida dos ingressantes nos cursos de Educação Física. Para isso, foi utilizado o questionário o WHOQOL-Bref. Foi possível perceber que os alunos de 2ª entrada, antes do isolamento, apresentaram maiores escores nos domínios físicos, psíquico e ambiente, enquanto os alunos de durante a pandemia tiveram uma inversão destas respostas. Os estudantes universitários de 1ª entrada apresentaram maiores escores significativos para estes domínios. A pandemia com o isolamento social influenciou na percepção da qualidade de vida de estudantes universitários, sendo importante o desenvolvimento de programas de intervenção para um melhor desempenho dos graduandos e da qualidade de vida.

Palavras-chave: qualidade de vida, estudantes universitários, isolamento social, pandemia de covid-19

Abstract

Seeking to understand the perception of Quality of Life (QL), the study aimed to verify the influence of social isolation due to the pandemic of COVID-19 on the self-perception of quality of life of entrants in Physical Education courses. For that, the WHOQOL-Bref questionnaire was used. It was possible to notice that the 2nd entrance students, before the isolation, presented higher scores in the physical, psychic, and environment domains, while the students during the pandemic had an inversion of these answers. The 1st-entry college students showed significantly higher scores for these domains. The pandemic with social isolation influenced the perception of quality of life of college students, being important the development of intervention programs for a better performance of the undergraduates and quality of life.

Keywords: quality of life, college students, social isolation, COVID-19 pandemic

Resumen

Buscando comprender la percepción de la Calidad de Vida (CdV), el estudio tuvo como objetivo verificar la influencia del aislamiento social debido a la pandemia del COVID-19 en la autopercepción de la calidad de vida de los ingresantes en los cursos de Educación Física. Para ello, se utilizó el cuestionario WHOQOL-Bref. Se pudo observar que los alumnos de 2º ingreso, antes del aislamiento, presentaron puntuaciones más altas en los dominios físico, psíquico y entorno, mientras que los alumnos durante la pandemia tuvieron una inversión de estas respuestas. Los estudiantes universitarios de primer ingreso mostraron puntuaciones significativas más altas en estos dominios. La pandemia con aislamiento social influyó en la percepción de la calidad de vida de los estudiantes universitarios, el desarrollo de programas de intervención es importante para un mejor rendimiento de los estudiantes y de la calidad de vida.

Palabras clave: calidad de vida, estudiantes universitarios, aislamiento social, pandemia de COVID-19

Introdução

Nos últimos anos, a entrada dos alunos nas Instituições de Ensino Superior (IES) no Brasil esteve em constante ascensão. O número de estudantes da Educação Superior, de acordo com o censo realizado pelo Ministério da Educação (Instituto Nacional de Estudos e

¹ Endereço de contato: Universidade Federal de Ouro Preto – Campus Universitário, Morro do Cruzeiro, Rua Dois, 110, Bauxita, Ouro Preto, MG. CEP 35400-000. Telefone: (31) 3559-1437. E-mail: siomarasilva@ufop.edu.br

Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira [INEP], 2019), entre os anos de 2009 e 2019, aponta que o número de matriculados no ensino superior teve um crescimento de 5.985.873 para 8,6 milhões, sendo um aumento de 43,7%.

A entrada no ensino superior causa bastante tensão, pois acontece na transição para a vida adulta, além das diversas alterações sistêmicas, como as físicas, psicológicas e sociais, que interagem com o novo ambiente e alteram a qualidade de vida do sujeito (Claumann et al., 2017; Silva et al., 2012; Vargas et al., 2020). De acordo com Organização Mundial da Saúde (1998), a definição de Qualidade de Vida (QV) é a percepção do indivíduo sobre sua posição na vida no contexto da cultura e dos sistemas de valores em que vive e sua relação com objetivos, expectativas, padrões e preocupações. Sendo essa implicação da QV dos estudantes universitários, ela carece de ser vista e compreendida desde a formação inicial, para que possamos produzir melhores profissionais.

A formação inicial, além dos conteúdos específicos, deve proporcionar aprendizado do cenário profissional para que o estudante universitário tenha condições de lidar com a autonomia de vida, com o controle financeiro, na saída da casa dos pais para morar com pessoas e em espaços diferentes, repercutindo na qualidade de vida durante a vida acadêmica e, conseqüentemente, do futuro profissional (Nur et al., 2017; Ogushi & Bardagi, 2015; Pinho et al., 2015).

Diversos fatores relacionados ao bem-estar dos jovens universitários, como felicidade, satisfação com a vida e si mesmo, amigos, moradia, composição corporal, têm sido cada vez mais presentes nos estudos da qualidade de vida dos universitários, principalmente dos alunos dos cursos de saúde. Esses futuros profissionais têm como missão o cuidado de outro ser humano, assumindo o papel de multiplicadores da promoção de saúde e qualidade de vida, modificando a comunidade onde estão inseridos (Amadeu & Justi, 2017; Backhaus et al., 2020; Barros et al., 2017; Mendes-Neto et al., 2012; Nur et al., 2017).

No entanto, uma vez que o mundo foi assolado pelo SARS-CoV-2 (covid-19), os estudos sobre a saúde e qualidade de vida de universitários sofrem interferência, pois a vida se tornou remota, o isolamento social fez com que as pessoas permanecessem dentro de casa para conter o avanço da transmissão e mortalidade da população (Ferreira et al., 2021), o que sugere alteração na qualidade de vida da população. A mudança para o ensino remoto trouxe alterações comportamentais para todos os envolvidos, desde as famílias que tiveram de conviver com as aulas dentro de casa quanto para os professores que tiveram de aprender a lidar com os desafios de ensinar por meio dos recursos tecnológicos. Entretanto, para os jovens que trazem nesta faixa etária o traço de conviverem em grupos sociais e alterações no estilo de vida diante da entrada na universidade, há muito o que compreender sobre as conseqüências do isolamento social. A inesperada pandemia ainda instiga muitos estudos a compreender as alterações comportamentais que ela possa ter desencadeado. Neste contexto, este estudo direciona-se primariamente a compreender, por meio da comparação de uma mesma população, um estado comportamental diferente determinado pela pandemia.

Será que a pandemia alterou a percepção de QV em estudantes universitários ingressantes? Será que já havia diferença na percepção da QV entre licenciatura e bacharelado do curso de Educação Física antes da pandemia? Isso permaneceu durante a pandemia? Será que há diferença de percepção da QV entre os sexos? Achados desta natureza podem ajudar

no planejamento do retorno presencial e nas alterações comportamentais que, com certeza, traçarão características de um retorno presencial das aulas após o isolamento social, até que o fim da pandemia seja decretado.

Portanto, esta pesquisa buscou verificar a influência do isolamento social devido à pandemia da covid-19 na autopercepção de QV dos ingressantes na universidade, nos cursos de Educação Física.

Metodologia

Trata-se de um estudo quantitativo, descritivo, comparativo do nível de percepção da qualidade de vida (QV). Os procedimentos adotados neste estudo foram seguidos conforme a aprovação do Comitê de Ética e Pesquisa, pelos pareceres n. 3.612.489 e 4.144.346 da universidade do pesquisador principal.

Participaram do estudo 361 discentes ingressantes dos cursos de Educação Física de uma universidade pública federal do interior de Minas Gerais, dos quais 76% (n = 273) entraram na universidade antes da pandemia, e 24% (n = 88), durante a pandemia, sendo 54% discentes do curso de licenciatura, e 46%, do de bacharelado. Ainda, 55% da amostra se identificou como do sexo masculino, e 45%, como sendo do sexo feminino. A caracterização da amostra se encontra na Tabela 1.

Tabela 1

Caracterização da Amostra

Variáveis	Frequência	%
Antes da pandemia	273	75,6
Durante a pandemia	88	24,4
Homem	197	54,6
Mulher	164	45,4
Estudantes de 1ª entrada	167	46,3
Estudantes de 2ª entrada	194	53,7

O instrumento utilizado para verificar a percepção da qualidade de vida foi o questionário WHOQOL-Bref, em sua versão curta em português (Group, 1998), contendo 26 questões, sendo duas perguntas gerais de qualidade de vida e as outras 24 questões divididas em quatro domínios: Domínio Físico (sete questões), Domínio Psicológico (seis questões), Domínio Social (três questões) e Domínio Meio Ambiente (oito questões). As questões foram respondidas por meio de uma escala likert de cinco pontos. O escore final foi transformado em uma escala de 0 a 100 pontos, na qual valores mais próximos de zero indicam pior qualidade de vida, enquanto os mais próximos de 100, melhor qualidade de vida.

A aplicação do questionário foi realizada por meio de formulários on-line vinculados ao Google Forms®. A coleta antes da pandemia ocorreu nos anos de 2016 a 2019, e durante a pandemia, nos anos de 2020 e 2021.

Após a coleta, os dados foram tabulados no programa Microsoft Excel® e analisados com o software estatístico Statistical Package for Social Sciences (SPSS) versão 20. A análise aplicada foi a estatística descritiva por medidas de dispersão, comparativa entre grupos com

teste t student para amostras independentes, e a diferença significância adotada foi de $p \leq 0,05$ após testada a normalidade.

Resultados

Na Tabela 2, os valores da comparação da qualidade de vida dos alunos que entraram antes com os alunos que entraram durante a pandemia demonstram que houve diferença significativa na QV global.

Tabela 2

Comparação entre Antes e Durante a Pandemia

Variáveis	Antes	Durante	Valor de p*
	M ± DP	M ± DP	
Físico	71,22 ± 13,67	69,97 ± 12,93	0,451
Psíquico	63,76 ± 14,84	61,70 ± 13,44	0,248
Social	69,77 ± 17,60	67,81 ± 18,13	0,370
Ambiente	61,27 ± 12,55	63,75 ± 13,07	0,112
QV global	64,15 ± 18,53	71,68 ± 15,40	0,001*

Nota: QV (Qualidade de Vida); M = média; DP = desvio-padrão *Valor de P referente ao teste t de amostras independentes ($p \leq 0,05$).

Ao comparar a percepção da qualidade de vida entre os alunos de 1ª entrada e 2ª entrada dos cursos de Educação Física, encontrou-se diferença significativa nas dimensões física, psíquica e ambiente, sendo os maiores escores no grupo de alunos de 1ª entrada. E, para ambas entradas de graduandos, as dimensões física e social foram as que apresentaram maiores escores (Tabela 3).

Tabela 3

Comparação entre 1ª Entrada e 2ª Entrada

Variáveis	1ª entrada	2ª entrada	Valor de p*
	M ± DP	M ± DP	
Físico	72,45 ± 13,52	69,60 ± 13,35	0,045*
Psíquico	65,00 ± 13,06	61,75 ± 15,54	0,034*
Social	68,17 ± 18,11	70,30 ± 17,37	0,243
Ambiente	63,63 ± 14,12	60,37 ± 11,16	0,015*
QV global	67,37 ± 19,36	64,82 ± 16,88	0,188

Nota: QV (Qualidade de Vida); M = média; DP = desvio-padrão *Valor de P referente ao teste t de amostras independentes ($p \leq 0,05$).

Buscando entender se entre os cursos já havia alguma dimensão que se apresentasse significativamente diferente antes da pandemia, realizamos o teste também depois, e somente no momento anterior à pandemia, na dimensão psicológica, é que encontramos a diferença (Tabela 4).

Tabela 4

Comparação entre Entradas Antes e Durante a Pandemia

Variáveis	1ª entrada		2ª entrada		Valor de p*	
	Antes	Durante	Antes	Durante	Antes	Durante
	M ± DP	M ± DP	M ± DP	M ± DP		
Físico	72,57 ± 13,53	72,15 ± 13,62	70,19 ± 13,72	67,24 ± 11,62	0,155	0,077
Psíquico	66,18 ± 13,18	62,16 ± 12,44	61,91 ± 15,78	61,12 ± 14,74	0,018*	0,719
Social	68,16 ± 17,30	68,00 ± 20,13	71,00 ± 17,79	67,59 ± 15,51	0,190	0,917
Ambiente	62,82 ± 14,02	65,56 ± 14,34	60,09 ± 11,21	61,48 ± 11,03	0,075	0,146
QV global	64,37 ± 19,79	74,48 ± 16,39	63,98 ± 17,58	68,17 ± 13,46	0,862	0,056

Nota: QV (Qualidade de Vida); M = média; DP = desvio-padrão; *Valor de P referente ao teste t de amostras independentes ($p \leq 0,05$)

Na comparação entre os sexos nos dois momentos traçados pela pandemia, não foi identificada diferença significativa.

Discussão

O presente trabalho buscou verificar a influência do isolamento social da pandemia da covid-19 na autopercepção da QV dos estudantes universitários. Na comparação, os alunos que entraram antes da pandemia tiveram os maiores escores nos domínios físico, psíquico e social do que os que entraram durante o isolamento. Os escores mais elevados para os domínios ambiente e QV global foram dos alunos que entraram durante a pandemia.

Durante o isolamento, o sistema educacional passou a funcionar de forma remota, deixando o aluno dentro de casa, fazendo com que a população modificasse seu estilo de vida. Os universitários ficaram muito tempo sentados ou deitados, tiveram seu espaço reduzido para a prática de atividade física e aumentaram o tempo de tela com jogos, programas de televisão, redes sociais, aulas ou relacionando-se com amigos e parentes (Cabral et al., 2021; Crochemore-Silva et al., 2020; Florêncio Júnior et al., 2020; Sá et al., 2021). Para manter a segurança e diminuir a disseminação da covid-19, a permanência dentro de casa contribuiu com o aumento de ansiedade e depressão (Cunha et al., 2021) e alterou o estilo de vida (Malta et al., 2021) e os hábitos alimentares das pessoas isoladas (Oliveira et al., 2021), interferindo na percepção da QV. Tais alterações colaboram para o aumento de doenças crônicas degenerativas, como problemas cardíacos, hipertensão, diabetes mellitus e obesidade (Carleto et al., 2019; Costa et al., 2015; Oliveira et al., 2021; Sá., 2021).

Na diferença entre os estudantes de 1ª e 2ª entradas, os que entraram no primeiro semestre do ano letivo possuíam maiores escores significativos nas dimensões física, psíquica e ambiente. Isto pode estar relacionado à entrada tardia da segunda turma na universidade, após os resultados do Exame Nacional do Ensino Médio (ENEM) e do Sistema de Seleção Unificada (SiSU). A espera interferiu na ansiedade desses estudantes para entrarem no curso somente no segundo semestre letivo, dando mais tempo a fim de que eles se organizassem para a mudança de rotina, podendo influenciar na qualidade de vida e na dimensão social.

Com a entrada no mundo universitário, os alunos acabam obtendo alta carga de atribuições, que, somada às sobrecargas da pandemia, poderia desencadear sofrimento psíquico

(Cunha et al., 2021; Daldegan et al., 2021; Pinto Junior et al., 2021). Muitos têm de trabalhar no período diurno para contribuírem com as despesas e, no período noturno, estudarem. A formação inicial não é composta somente por aulas e tarefas acadêmicas, mas por participação em projetos de extensão, iniciações científicas e participação em laboratórios, fazendo com que a duração do sono e a prática de exercício físico diminuam (Barros et al., 2017; Oliveira et al., 2021; Vargas et al., 2020; Vo et al., 2020).

Na comparação entre as entradas antes e durante a pandemia, os alunos que iniciaram na 2ª apresentaram maiores escores comparados aos alunos da 1ª, no período anterior ao isolamento social. Porém, houve uma inversão durante a pandemia, fazendo com que os alunos do curso da primeira entrada apresentassem maiores escores, existindo possibilidade de esses alunos terem um descanso dos estudos, não entrando direto na vida universitária, além de poderem ter uma interação com a família durante o isolamento social. Consideramos este achado o mais importante do estudo e o qual faz pensar também o quanto a suspensão das atividades presenciais e estar com a família foram algo necessário como apoio aos estudantes no início da pandemia, pelo menos, para os ingressantes. As vivências acadêmicas geradoras de sofrimento e que podem atuar como fator de proteção no pós-pandemia devem ser analisadas com mais cuidados posteriores, além das consequências do mesmo isolamento social.

Compreende-se que essa situação é diferente da realidade de muitos universitários, em que saíam de seus lares, morando distantes da família para residirem sozinhos, em quitinetes, repúblicas ou dividindo casa/apartamento com colegas universitários, além de terem que trabalhar para complementar a renda (Amadeu & Justi, 2017).

Não foram encontradas diferenças significativas na comparação entre os sexos dos alunos nos dois momentos traçados pela pandemia, resultado também encontrado por Claumann et al. (2017).

O isolamento social proporcionou diferenças na qualidade de vida dos ingressantes universitários. Esse momento inicial dos ingressantes envolve mudanças expressivas que são caracterizadas por novos vínculos afetivos desenvolvidos ao longo do curso. Dentro dessas mudanças, dúvidas e desilusões com relação à carreira escolhida, autonomia financeira, administração do tempo, independência na resolução das demandas acadêmicas, adaptação ao mundo universitário e sobrecarga de estudo, aparecem o estresse e a ansiedade em muitos estudantes (Langame et al., 2016; Lantyer et al., 2016; Pinho et al., 2015).

Por fim, as condições determinadas pela pandemia limitam as ações de pesquisa que poderiam trazer mais atributos a este estudo. A impossibilidade de acesso do aluno aos equipamentos tecnológicos dificultou o processo de ensino, mas ocasionou o aumento de pesquisas por meio de questionários. O alto número de questionários respondidos pode ter interferido no interesse e cuidado nas respostas, limitando os achados. Este estudo também se limitou aos alunos de uma única universidade.

Conclusão

É possível perceber que o isolamento social devido à pandemia da covid-19 influenciou na autopercepção dos ingressantes na universidade na qualidade de vida. O resultado não esperado foi que, durante a pandemia, os alunos sinalizaram melhor qualidade de vida comparados aos acadêmicos antes da pandemia.

Todas as relações com o tempo pandêmico carecem de mais estudos, o que demonstra a necessidade de se pesquisar para confirmar algo que as pessoas acham ou provar o contrário do senso comum, essa é a interferência e a visão que a ciência deve trazer contribuições baseada em evidências neste momento de “ter salvado vidas”, sendo assim reconhecida e valorizada na sociedade.

Os resultados permitem uma detecção sobre possíveis dificuldades que serão vivenciadas pelos alunos no novo normal, em um período pós-pandêmico, já que esses não estarão com suas famílias no retorno presencial. Por isso, é importante sensibilizar a comunidade acadêmica para o desenvolvimento de programas de intervenção e prática de atividade física, para prevenção e promoção da saúde para uma melhor qualidade de vida dos graduandos e organização no ambiente universitário, contribuindo para a saúde geral dos futuros profissionais.

Referências

- Amadeu, J. R., & Justi, M. M. (2017). Qualidade de vida de estudantes de graduação e pós-graduação em Odontologia. *Archives of Health Investigation*, 6(11), 540–544.
- Backhaus, I., D’Egídio, V., Saulle, R., Masala, D., Firenze, A., Vito, E., La Torre, G., & Mannocci, A. (2020). Health-related quality of life and its associated factors: results of a multi-center cross-sectional study among university students. *Journal of Public Health*, 42(2), 285–293.
- Barros, M. J., Borsari, C. M. G., Fernandes, A. O., Silva, A., & Filoni, E. (2017). Avaliação da qualidade de vida de universitários da área da saúde. *Revista Brasileira de Educação e Saúde*, 7(1), 16–22.
- Cabral, B. L., Oliveira, T. P. F., Christmann, M., Gerlach, A., Santos Brum, L., & Skupien, J. A. (2021). A Prática de Atividade Física No Período de Isolamento Social/The Practice of Physical Activity in the Period of Social Isolation. *Brazilian Journal of Health Review*, 4(5), 21218–21231.
- Carleto, C. T., Mendes, M. C. P., Gaudenci, G. N., Gaudenci, E. M., Vanderlei, J. H., & Kauchakje, L. A. P. (2019). Saúde e qualidade de vida de universitários da área da saúde. *Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social*, 7(1), 53-63.
- Claumann, G. S., Maccari, F. E., Ribovski, M., Pinto, A. A., Felden, É. P. G., & Pelegrini, A. (2017). Qualidade de vida em acadêmicos ingressantes em cursos de Educação Física. *Journal of Physical Education*, 28, 1–11.
- Costa, B., Batista, G., Leão, N., & Paes, P. (2015). Quality of life, stages of behavioral changes and physical activity level of Physical Education students. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, 20(5), 476–482.
- Crochemore-Silva, I., Knuth, A. G., Wendt, A., Nunes, B. P., Hallal, P. C., Santos, L. P., Harter, J., & Pellegrini, D. C. P. (2020). Prática de atividade física em meio à pandemia da COVID-19: Estudo de base populacional em cidade do sul do Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25, 4249–4258.
- Cunha, C. E. X., Moreira, M. M. G., Castro, L. R., Oliveira, L. B. B., Santos Carvalho, A., Souza, A. M. A., & Ribeiro, M. V. M. R. (2021). Isolamento social e ansiedade durante a pandemia da COVID-19: Uma análise psicossocial. *Brazilian Journal of Health Review*, 4(2), 9022–9032.
- Daldegan, N., Soares, R. A. S., & Farias, J. M. (2021). Ansiedade e depressão no contexto da pandemia de COVID-19. *Revista Extensão & Sociedade*, 12(1), 262–281.

- Ferreira, J. S., Assis, T. C., Cruz, R. P. V., & Dellagrana, R. A. (2021). Impacto da Pandemia de Covid-19 Sobre a Prática de Exercícios Físicos em Mulheres. *Revista Brasileira de Ciências da Saúde*, 25(3), 535–546.
- Group, W. (1998). Development of the World Health Organization WHOQOL-BREF quality of life assessment. *Psychological medicine*, 28(3), 551–558.
- Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira. (2019). *Censo da Educação Superior 2019: Notas estatísticas*. Brasília
- Pinto, A. P., Junior, Paula, M. S. M., & Zampieri, T. C. R. C. (2021). Caracterização e Demanda de um serviço de atendimento psicológico on-line no contexto da pandemia de COVID-19. *Psicologia e Saúde em Debate*, 7(1), 94–106.
- Florêncio, P. G. F. Júnior, Paiano, R., & Costa, A. S. (2020). Isolamento social: consequências físicas e mentais da inatividade física em crianças e adolescentes. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, 25, 1–2.
- Langame, A. P., Neto, J. A. C., Melo, L. N. B., Castelano, M. L., Cunha, M., & Ferreira, R. E. (2016). Qualidade de vida do estudante universitário e o rendimento acadêmico. *Revista brasileira em Promoção da Saúde*, 29(3), 313–325.
- Lantyer, A. S., Varanda, C. C., Souza, F. G., Padovani, R. C., & Viana, M. B. (2016). Ansiedade e qualidade de vida entre estudantes universitários ingressantes: Avaliação e intervenção. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 18(2), 4–19.
- Malta, D. C., Gomes, C. S., Szwarcwald, C. L., Barros, M. B. A., Silva, A. G., Prates, E. J. S., Machado, I. S., Souza, P. R. B., Júnior, Romero, D. E., Lima, M. G., Damacena, G. N., Azevedo, L. O., Pina, M. F., Werneck, A. O., & Silva, D. R. P. (2021). Distanciamento social, sentimento de tristeza e estilos de vida da população brasileira durante a pandemia de Covid-19. *Saúde em Debate*, 44, 177–190.
- Mendes-Netto, R. S., Silva, C. S., Costa, D., & Raposo, O. F. F. (2012). Nível de atividade física e qualidade de vida de estudantes universitários da área de saúde. *Revista de Atenção à Saúde*, 10(34), 47–55.
- Nur, N., Kibik, A., Kılıç, E., & Sümer, H. (2017). Health-related quality of life and associated factors among undergraduate university students. *Oman Medical Journal*, 32(4), 329.
- Ogushi, M. M. P., & Bardagi, M. P. (2015). Reflexões sobre a relação estudante-universidade a partir de uma experiência de atendimento em orientação profissional. *Extensio: Revista Eletrônica de Extensão*, 12(19), 33–50.
- Oliveira, E. S., Rodrigues, C. S., Araújo, A. R., Viegas, Z. V. B., Brandão, F. B. A., & Salvador, E. P. (2021). Nível de atividade física e fatores relacionados em universitários da área da saúde: Um estudo longitudinal. *Journal of Physical Education*, 32(1), 1–8.
- Oliveira, L. V., Rolim, A. C. P., Silva, G. F., Araújo, L. C., Lima Braga, V. A., & Coura, A. G. L. (2021). Modificações dos Hábitos Alimentares Relacionadas à Pandemia do Covid-19: Uma Revisão de Literatura. *Brazilian Journal of Health Review*, 4(2), 8464–8477.
- Organização Mundial da Saúde. (1998). Development of the World Health Organization WHOQOL-BREF quality of life assessment. *Psychological Medicine*, 28(3), 551–558.
- Pinho, A. P. M., Dourado, L. C., Aurélio, R. M., & Bastos, A. V. B. (2015). A transição do ensino médio para a universidade: Um estudo qualitativo sobre os fatores que influenciam este processo e suas possíveis consequências comportamentais.

- Silva, D. A. S., Pereira, I. M. M., Almeida, M. B., Silva, R. J. S., & Oliveira, A. C. C. (2012). Estilo de vida de acadêmicos de educação física de uma universidade pública do estado de Sergipe, Brasil. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, 34, 53–67.
- Sá, C. S. C., Pombo, A., Luz, C., Rodrigues, L. P., & Cordovil, R. (2021). Distanciamento social covid-19 no Brasil: Efeitos sobre a rotina de atividade física de famílias com crianças. *Revista Paulista de Pediatria*, 39, 1–8.
- Vargas, T. M., Vargas, L. M., Cantorani, J. R. H., & Pedroso, B. (2020). Qualidade de vida em ingressantes e concluintes de diferentes cursos universitários. *Revista Interdisciplinar de Estudos em Saúde*, 9(1), 39–48.
- Vo, T. Q., Tran, D. D., & Dinh, H. T. T. (2020). Health-related quality of life among undergraduate dentistry students in Ho Chi Minh, Vietnam: A cross-sectional WHOQOL-BREF study. *Journal of Pharmacy & Pharmacognosy Research*, 8(3), 201–210.

Recebido em: 1º/06/2022

Última revisão: 22/12/2022

Aceite final: 18/01/2023

Sobre os autores:

Siomara Aparecida da Silva: Pós-doutora em Ciências do Movimento Humano na Universidade do Estado de Santa Catarina (UDESC). Professora associada na Escola de Educação Física na Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP). **E-mail:** siomarasilva@ufop.edu.br, **Orcid:** <https://orcid.org/000-0001-7590-9129>

Eden Schmidt de Matos: Graduado em Educação Física pela Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP). Pesquisador colaborador do Laboratório de Metodologia do Ensino dos Esportes (LAMEES) na UFOP. **E-mail:** edenschmidt@outlook.com, **Orcid:** <https://orcid.org/000-0001-7797-2201>

