

## **ESTILO DE VIDA DE ACADÊMICOS BRASILEIROS E INTERNACIONAIS RECÉM-INGRESSOS A UNIVERSIDADE**

Maguida Jaime Monteiro <sup>1</sup>, Janiel Ferreira Felício <sup>2</sup>, Ana Gesselena da Silva Farias <sup>3</sup>, Nghalna da Silva <sup>4</sup>, Ana Caroline Rocha de Melo Leite <sup>5</sup>

### **RESUMO**

Jovens, em processo de transição entre o ensino médio e o superior, são vulneráveis à adoção de novo estilo de vida. Esse, quando inadequado, pode repercutir negativamente sobre a saúde do estudante, seu rendimento acadêmico e sua formação profissional. O estudo objetivou caracterizar o estilo de vida de acadêmicos brasileiros e internacionais recém-ingressos a Universidade. Trata-se de pesquisa descritiva e quantitativa, conduzida com acadêmicos brasileiros e internacionais recém-ingressos a uma universidade de cunho internacional, realizada entre fevereiro e abril de 2017. Após aplicação do TCLE, foi solicitado ao acadêmico o preenchimento de um questionário, abordando aspectos biológicos, demográficos, sociais e econômicos e estilo de vida. Participaram do estudo 101 acadêmicos brasileiros e 30 internacionais, dos quais 16% eram guineenses. Dos participantes, 62,6% eram do sexo masculino, 17,6% cursavam Enfermagem e grande parte era solteiro com parceira eventual. Houve predomínio de acadêmicos com 19 anos, entre os brasileiros, e 23 anos, entre os internacionais. Quanto à renda familiar, 48% dos brasileiros e 64,3% dos internacionais tinham renda de até 1 salário mínimo. Sobre a prática de atividade física, 70% dos acadêmicos internacionais e 43,6% dos brasileiros faziam algum tipo de exercício físico. Dos que realizavam, 68,4% dos internacionais e 20,4% dos brasileiros jogavam futebol e 29,5% dos brasileiros praticavam musculação. Quanto à frequência, 26,5% dos brasileiros e 52,1% dos internacionais praticavam essas atividades 2x por semana. A maioria dos acadêmicos não fumava, 63,4% dos participantes brasileiros e 50% dos internacionais não consumiam bebida alcoólica. Conclui-se que o estilo de vida dos acadêmicos brasileiros e internacionais envolve a prática de atividade física, em uma frequência mínima recomendada, e baixo consumo de fumo e bebida alcoólica.

### **Palavras-chave:**

Estudantes. Estilo de vida. Universidades.

---

<sup>1</sup> Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto Ciências da Saúde, Discente, e-mail: maguidajaim@gmail.com

<sup>2</sup> Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto Ciências da Saúde, Discente, e-mail: janielferreirafelicio@gmail.com

<sup>3</sup> Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto Ciências da Saúde, Discente, e-mail: gessefarias@hotmail.com

<sup>4</sup> Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto Ciências da Saúde, Discente, e-mail: nghalnadasilva@gmail.com

<sup>5</sup> Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto Ciências da Saúde, Docente, e-mail: acarolmelo@unilab.edu.br