

ESTILO DE VIDA DE ACADEMICOS BRASILEIROS E ESTRANGEIROS DE UMA UNIVERSIDADE BRASILEIRA DE CUNHO INTERNACIONAL

Mohamed Saido Balde¹
Nghalna Da Silva²
Braitha Embalo³
Mama Saliu Culubali⁴
Ana Caroline Rocha De Melo Leite⁵

RESUMO

No contexto da saúde, o estilo de vida representa um conjunto de comportamentos individuais capazes de influenciar o processo saúde-doença. Especificamente, nesse âmbito, estudantes universitários se destacam pela sua vulnerabilidade a mudanças desse modo de vida e, conseqüentemente, desenvolvimento de patologias, como resultado dos desafios com que se deparam cotidianamente. Assim, o estudo objetivou caracterizar o estilo de vida de acadêmicos brasileiros e estrangeiros de uma universidade brasileira de cunho internacional. Trata-se de uma pesquisa descritiva e de abordagem quantitativa conduzida com acadêmicos brasileiros e estrangeiros, de diferentes cursos e semestres, da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (Unilab). O estudo foi realizado nos campi do estado do Ceará e no período de abril a setembro de 2018. Após o consentimento, os acadêmicos responderam um questionário contendo perguntas relacionadas aos aspectos sociodemográficos e econômicos e estilo de vida. Os dados obtidos foram organizados no programa *Excel for Windows*, versão 2013, e analisados pelo programa *Epi Info*, versão 7.2.1.0. Dos 167 acadêmicos, cuja média de idade foi de 22,3 (\pm 5,5) anos, 67,1% eram brasileiros, 40,0% eram guineenses e 53,3% eram do sexo feminino. Dos participantes, 92,2% eram solteiros, 53,1% possuíam renda familiar média mensal de até um salário mínimo e 31,1% cursavam licenciatura em Química. Quanto ao estilo de vida, 6,59% dos acadêmicos praticavam atividade física. Dentre eles, 36,36% faziam musculação e 45,45% praticavam exercícios físicos três vezes/semana. Em relação ao hábito de fumar e consumir bebida alcóolica, 9,58% dos participantes não fumavam e 5,99% não bebiam. Dos que ingeriam bebida alcóolica, 2,99% afirmaram consumir esporadicamente. Conclui-se que a maioria dos acadêmicos tinham um estilo de vida inadequado, o que pode repercutir negativamente nas suas condições de saúde.

Palavras-chave: Estilo de vida Estudantes Universidades Saúde .

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde , Discente, mohamedsaidobalde@gmail.com¹

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde, Discente, nghalnadasilva@gmail.com²

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde, Discente, braimado@gmail.com³

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde, Discente, culumascu@gmail.com⁴

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde , Docente, acarolmelo@unilab.edu.br⁵