

Avaliação do Estilo de Vida em Discentes Universitários da Área da Saúde através do Questionário Fantástico

Assessment of the Lifestyle of University Students in the Healthcare Area Using the Fantastic Questionnaire

Carolina Campos Tassini,¹ Gabriela Ribeiro do Val,¹ Sarah da Silva Candido,² Cynthia Kallás Bachur^{1,2}

Universidade de Franca,¹ Franca; Universidade de São Paulo,² USP, Ribeirão Preto – Brasil

Resumo

Fundamento: Atualmente, a constante preocupação relacionada à qualidade de vida tem instigado a população a buscar parâmetros para a prevenção de doenças, com isso surge a necessidade de investigação e a capacidade de mensurar elementos que caracterizam o estilo de vida adequado.

Objetivo: comparar as determinantes de qualidade de vida a partir do questionário Fantástico entre estudantes da área da saúde.

Métodos: estudo de caráter descritivo, transversal, de base populacional. A amostra deste estudo foi por conveniência, em estudantes de Medicina e Fisioterapia, de uma instituição privada de ensino superior que aceitaram responder ao questionário, sem distinção de sexo e etnia. O instrumento Fantástico utilizado neste estudo possui 25 questões fechadas que exploraram 9 domínios sobre os componentes físicos, psicológicos e sociais do estilo de vida.

Resultados: Participaram 57 estudantes do ensino superior, sendo 28 (15%) do curso de Fisioterapia e 29 (50,8%) do curso de Medicina, 40 (70,1%) do sexo feminino e 17 (28,8%) do sexo masculino, com idade média de 23 ± 2 anos. A classificação geral foi de “Regular” e nenhum participante apresentou pontuação na categoria “Muito Bom” e “Excelente”. Os domínios que mais necessitam de mudança do curso de Medicina estão relacionados em Nutrição e Atividade Física e da Fisioterapia são Cigarro, drogas, e álcool.

Conclusão: Baseado nos dados coletados a partir do questionário FANTASTICO, é notável a necessidade de melhoria no manejo da qualidade de vida de ambos os cursos abordados, possibilitando assim algumas medidas socioeducativas, através de promoção de saúde e prevenção de doenças. (Int J Cardiovasc Sci. 2017;30(2):117-122)

Palavras-chave: Qualidade de Vida, Doença Crônica / prevenção & controle; Estudantes de Medicina; Estudantes de Ciências da Saúde; Inquéritos e Questionários.

Abstract

Background: The constant concern about quality of life nowadays has incited individuals to seek parameters for disease prevention. Along with that, arise a need to investigate and the ability to measure elements that characterize an appropriate lifestyle.

Objective: To compare the factors determining the quality of life of students in the healthcare area using the Fantastic questionnaire.

Methods: Descriptive, cross-sectional, population study. The sample was obtained by convenience and comprised medical and physical therapy students of both sexes and any ethnicity, attending a private institution of higher education, who agreed to fill out the questionnaire voluntarily. The Fantastic instrument used in this study has 25 closed questions that explore nine domains including physical, psychological, and social lifestyle components.

Results: In total, 57 university students participated, of whom 28 (15%) were physical therapy students and 29 (50.8%) were medical students. The mean age was 23 ± 2 years, and 40 (70.1%) were female and 17 (28.8%) were male. The overall rating was “regular”, and none of the participants scored in the “very good” and “excellent” categories. The domains that mostly required change among medical students related to nutrition and physical activity, while among physical therapy students they related to cigarette, drugs, and alcohol.

Conclusion: According to the data collected using the Fantastic questionnaire, there was a remarkable need for improvement in the management of the quality of life of physical therapy and medical students, therefore allowing some social and educational measures through health promotion and disease prevention. (Int J Cardiovasc Sci. 2017;30(2):117-122)

Keywords: Quality of Life, Chronic Disease / prevention & control; Students, Medical; Students, Health Sciences; Surveys and Questionnaires.

Full texts in English - <http://www.onlineijcs.org>

Correspondência: Carolina Campos Tassini

Rua Tiradentes, 1730. CEP: 14400550, Centro, Franca, São Paulo, SP – Brasil

E-mail: caca_tass@hotmail.com; gabriela.doval@hotmail.com

Introdução

A Organização Mundial da Saúde relatou que as doenças crônicas apontam aproximadamente 86,0% das mortes e 77,0% do total de doenças na Europa¹⁻³ (2-4) e têm como principal etiologia um conjunto de fatores fundamentalmente conectados aos estilos de vida, ligados por meio das opções individuais ao decorrer da vida.⁴

O questionário “Estilo de vida Fantástico” (Anexo 1) é um instrumento que foi desenvolvido por *Wilson e Ciliskaem* 1948 no Departamento de Medicina Familiar da Universidade de *McMaster*, no Canadá, e validado no Brasil por *Añez et al.*,⁵ 2008. Este instrumento tem como objetivo abordar os principais fatores que caracterizam o estilo de vida apropriado para a saúde. Vários estudos apontam sua validade e um bom nível para determinar o estilo de vida tanto de indivíduos saudáveis quanto de não saudáveis.⁶

As determinantes da saúde podem ser agrupadas em 5 categorias, em que se encontram os fatores que fazem as pessoas se manterem saudáveis, dentre eles: ambiente social e econômico, ambiente físico natural ou construído pelo homem, atitudes pessoais, capacidades individuais e os serviços de promoção, manutenção e restauração da saúde.⁷ No geral, a mudança no estilo de vida não é uma tarefa fácil, pode vir acompanhado por uma resistência, o que impossibilita diversas vezes as pessoas de manterem as alterações solicitadas por uma equipe multidisciplinar, como manter uma atividade física regular, controlar o peso, ter consumo moderado de álcool e sal, interromper o uso de tabagismo e diminuir do estresse por muito tempo.⁸ A vida universitária, tanto para docente como para discente, é marcada por grandes mudanças na vida psicossocial e profissional, onde o indivíduo é capaz de consolidar hábitos e comportamentos autônômicos devido ao afastamento do seio familiar. Tais fatores podem contribuir seja para o malefício ou benefício do estilo de vida. As maiores mudanças nesta fase ocorrem no que tange a dieta, exercício físico, consumo de álcool, drogas e tabaco, vida sexual e estresse.⁹

Nos dias atuais, a constante preocupação relacionada à qualidade de vida tem instigado a população a buscar parâmetros para a prevenção de doenças, com isso surge a necessidade de investigação e a capacidade de mensurar elementos que caracterizam o estilo de vida adequado.¹⁰ O objetivo desse estudo é comparar os determinantes de qualidade de vida através da aplicação de um questionário Fantástico entre estudantes da área da saúde.

Métodos

trata-se de um estudo de caráter descritivo e transversal, epidemiológico de base populacional, desenvolvido no ano de 2015. A amostra deste estudo foi por conveniência, composta por estudantes da área da saúde, sem distinção de sexo e etnia, vinculados aos cursos de Medicina e Fisioterapia, de uma instituição privada de ensino superior, que aceitaram responder, voluntariamente, ao questionário de acordo com suas disponibilidades de tempo, sem que interferissem em suas atividades diárias cotidianas e acadêmicas. O instrumento Fantástico utilizado neste estudo possui 25 questões fechadas que exploraram nove domínios sobre os componentes físicos, psicológicos e sociais do estilo de vida, que exploraram 9 domínios dos componentes físicos, psicológicos e sociais do estilo de vida e que se identificaram com a sigla “FANTASTIC”: F – Família e Amigos; A – Atividade física/ Associativismo; N – Nutrição; T – Tabaco; A – Álcool e Outras drogas; S – Sono/ Stress; T – Trabalho/ Tipo de personalidade; I – Introspecção; C – Comportamentos de saúde e sexual. Os itens tiveram 5 opções de resposta com um valor numérico de 0, 1, 2, 3 e 4. A soma de todos os pontos resultantes de todos os domínios permite chegar a um *score* global que classifica os participantes de 0 a 100 pontos. A classificação que estratifica os 5 níveis o comportamento são: 0 a 34 (Necessita melhorar); 35 a 54 (Regular); 55 a 69 (Bom); 70 a 84 (Muito bom) e 85 a 100 (Excelente). Quanto menor o escore, maior a necessidade de mudança.¹⁰

Todas as informações obtidas durante a coleta de dados foram armazenadas no software Microsoft Excel. Em seguida, foram transferidas para o programa estatístico STATA 9.0 para cálculos de frequência absoluta e relativa. As variáveis quantitativas foram descritas através de média e desvio padrão. Este trabalho foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa, protocolo CAAE nº: 48487515.0.0000.5495.

Resultados

participaram 57 estudantes do ensino superior, sendo 28 (15%) do curso de Fisioterapia e 29 (50,8%) do curso de Medicina, 40 (70,1%) do sexo feminino e 17 (28,8%) do sexo masculino, com idade média de 23 ± 2 anos. A distribuição da média da idade dos participantes e as características antropométricas estão descritas na tabela 1.

Tabela 1 – Características antropométricas da amostra em valores apresentados como média + desvio padrão da amostra. Franca, 2015

	MASCULINO (n = 17)	FEMININO (n = 40)
Idade (anos)	24 ± 2,23	23 ± 2,34
Peso (Kg)	80 ± 13,70	65 ± 15,2
Altura (m)	1,78 ± 0,07	1,65 ± 0,05
IMC (Kg/ cm ²)	25 ± 3,52	24 ± 5,11

n: número participantes; Kg: kilograma; cm: centímetro; IMC: Índice de Massa Corpórea.

Quanto ao estilo de vida dos estudantes, o valor médio global foi de $48,1 \pm 10,50$ pontos, que se enquadra na categoria de 35 a 54 pontos, ou seja, “Regular”. No presente estudo, nenhum participante apresentou pontuação na categoria “Muito Bom” e “Excelente”. A tabela 2 apresenta a pontuação dos participantes, bem como a classificação.

Os domínios que mais necessitam de mudança do curso de Medicina estão relacionados em Cigarro, drogas e álcool para ambos os sexos e da Fisioterapia são álcool para o sexo masculino e Tipo de Comportamento para o sexo feminino, conforme descrito na tabela 3.

No domínio “Família e Amigos”, os estudantes de Fisioterapia e Medicina obtiveram práticas saudáveis nessa dimensão já que a maioria dos estudantes tiveram com quem falar das coisas que são importantes para eles, na mesma proporção que recebem e oferecem carinho.

No item “Atividade Física”, 19 (67%) estudantes de Fisioterapia são vigorosamente ativo pelo menos 30 minutos por dia menos de 1 vez por semana, e 8 (25%) estudantes de Medicina que são vigorosamente ativos pelo menos 30 minutos por dia durante 5 vezes ou mais por semana.

Em relação aos hábitos alimentares, no domínio “Nutrição” este estudo mostrou que os estudantes de Fisioterapia consomem mais porções de frutas e legumes que os estudantes de Medicina, com isso os estudantes de Medicina comem mais açúcar, sal e comida com excesso de gordura. Nessa dimensão se considera a pergunta: “Estou em um intervalo de... quilos do meu peso considerável saudável?” para inferir a percepção corporal que os estudantes têm de si mesmo. Dentro dos resultados se observou que a maioria dos estudantes tanto de Fisioterapia quanto de Medicina considera que se encontram mais de 2 kg do seu peso ideal.

No domínio “Tabaco, álcool e drogas” entre as principais práticas estima-se que 23 (76%) dos estudantes de Medicina e 24 (85%) da Fisioterapia não consumiram cigarros nos últimos 5 anos. Os estudantes de Fisioterapia 21 (75%) e de Medicina 20 (66%) consomem menos de 7 doses bebidas durante a semana, 13 (43%) estudantes de Medicina bebem ocasionalmente mais de 4 doses de bebidas alcoólicas em uma ocasião o mesmo vale para os estudantes de Fisioterapia. 23 (82%) dos estudantes de Fisioterapia disseram que nunca dirigiram depois de consumir bebidas alcoólicas, já os de Medicina 20 (66%) disseram que algumas vezes já dirigiram após consumirem bebidas alcoólicas, ambos os cursos não consomem nenhum tipo de droga, 25 (83%) dos estudantes de Medicina nunca fizeram uso de fármacos que podem ser comprados sem receita e os de Fisioterapia 19 (67%) também nunca fizeram uso. 19 (67%) dos estudantes de Fisioterapia e Medicina 19 (63%) consomem, de uma a duas vezes por dia, bebidas que contem cafeína (café, chá ou colas).

Sobre o domínio “Sono e estresse”, resultados mostram que 8 (28%) dos estudantes de Fisioterapia raramente dormem bem e se sentem descansados e os da Medicina 10 (33%) também sentem o mesmo, 13 (43%) dos estudantes de Medicina algumas vezes se sentem capaz de lidar com o estresse do dia a dia já os de Fisioterapia 10 (35,7%) quase sempre sabem lidar com o estresse do dia a dia, 13 (46%) dos estudantes de Fisioterapia quase sempre relaxam e desfrutam do tempo livre, diferente dos estudantes de Medicina que apenas 10 (33%) as vezes consegue relaxar e desfrutar do tempo livre.

No domínio “Trabalho, tipo de comportamento e introspecção”, os estudantes de Medicina disseram que se sentem com mais pressa em relação aos estudantes de Fisioterapia, que também se sentem menos nervosos, hostis e aparentam estar mais satisfeito com o trabalho

Tabela 2 – Pontuação dos estudantes obtida a partir do questionário Estilo de vida Fantástico, Franca, 2015

	Necessita melhorar 0 a 34 pontos	Regular 35 a 54 pontos	Bom 55 a 69 pontos
FISIOTERAPIA	0 (0%)	25 (89,2%)	3 (10,7%)
MEDICINA	1 (0,29%)	22 (75,8%)	6 (20,6%)

Tabela 3 – Descrição em média e desvio padrão dos domínios do Questionário Fantástico divididos por sexo e curso. Franca, 2015

Domínio	MEDICINA		FISIOTERAPIA	
	Masculino (n = 15)	Feminino (n = 14)	Masculino (n = 2)	Feminino (n = 26)
Família e amigos	4 ± 0	4 ± 0,53	4 ± 0,62	4 ± 0,58
Atividade Física	2,3 ± 1,4	2 ± 1,3	4 ± 1,15	4 ± 0,59
Nutrição	1,8 ± 1,17	1,8 ± 1,3	4 ± 1,83	4 ± 0,59
Cigarro e drogas	0,5 ± 0,8	0,2 ± 0,3	2 ± 2,31	4 ± 0,87
Álcool	1,2 ± 1,0	0,8 ± 1,0	0 ± 1,26	4 ± 0,88
Sono, cinto de segurança, Estresse e sexo seguro	2,7 ± 1,1	2,8 ± 1,1	3 ± 1,05	4 ± 0,89
Tipo de comportamento	2,4 ± 1,0	1,7 ± 1,1	3 ± 1,08	3 ± 0,91
Introspecção	2 ± 1,0	2,2 ± 1,1	3 ± 1,83	3 ± 0,93
Trabalho	3 ± 0	3 ± 0,6	2 ± 2,00	4 ± 0,92

e funções que possuem em comparação aos estudantes da Medicina, já que estes se sentem mais desapontados e oprimidos em relação aos estudantes de Fisioterapia.

Em relação ao último domínio referente à “Comportamento sexual, saúde e outros”, foi observado que o uso de preservativos, 19 (67%) dos estudantes de Fisioterapia disseram que sempre usam, já os de Medicina 15 (50%) usam com relativa frequência.

Discussão

a inserção do jovem na universidade é um período de mudança marcada pela conquista de mais autonomia e responsabilidades. A transformação ambiental com a entrada no mundo universitário acarreta novas ingerências do ambiente em que os estudantes, muitas vezes enraízam ou iniciam comportamentos menos saudáveis, tais como: o tabagismo e/ou o aumento do consumo de bebidas alcoólicas e drogas ilícitas. A alta cobrança, responsabilidade e estresse dos estudos imposta na

universidade, tem sido os responsáveis para surgimento de problemas físicos e emocionais destes estudantes.¹¹

As cobranças emocionais e pessoais trazem grandes adversidades com o desenvolver da vida acadêmica as faculdades oferecem competências necessárias ao bom exercício oferecido, mas podem se tornar um local apropriado para se adquirir costumes que esses estudantes e futuros profissionais se tornem suscetíveis a diversos tipos de doenças.¹²

Sabe-se que a quantificação do estilo de vida é uma tarefa desafiadora e imprecisa, pois são compostas por variadas dimensões, que são naturalmente difíceis de serem medidas diretamente de forma objetiva. Com base nos domínios: hábitos e vícios abordados avaliados no decorrer do estudo, de um modo geral identificou-se que dentre os estudantes de medicina e fisioterapia se enquadraram em: 1,6% “Necessita Melhorar”, 79,6% “Regular”, 15,2% “Bom” e nenhum participante apresentou pontuação na categoria “Muito Bom” e “Excelente”, o que diverge do estudo de Rodriguez

Añez et al.,⁶ que através de um levantamento pelo Questionário Fantástico realizado entre graduandos e pós graduandos, com média de idade de 21,3 anos foi demonstrado que 82.3% dos avaliados apresentaram níveis de estilo de vida entre "Bom" e "Muito Bom".

Em relação aos estudantes do curso de Medicina, o domínio cigarro, drogas e álcool, analisado pelo Questionário Fantástico, apresentou as piores pontuações dentre todos os campos. Em estudo realizado por Silva et al.,¹³ foi observado que a utilização do álcool nos estudantes pesquisados em 12 meses esteve em primeiro lugar seguida do tabaco.⁶ Globalmente tem-se constatado o aumento do consumo de substâncias ilícitas e bebidas alcoólicas entre graduandos, desta forma tem-se cada vez mais buscando alternativas para lidar com tal impacto e algumas delas são atividades e treinos para enfrentar o estresse imposto pela cobrança universitária e medidas de prevenção ao uso destas substâncias nocivas à saúde através da detecção precoce deste revés. A deficiência de políticas efetivas contra o uso de drogas, álcool e tabagismo por estudantes foi constatado por diversos estudos, não havendo alguma escola médica brasileira que assuma tais condutas frente à tal problema, como atividades e treinos habilitando as melhores maneiras de lidar com o estresse imposto nas universidades.¹⁴⁻¹⁶

No quesito "sono" e "estresse", muitos estudantes apresentaram dificuldade de conciliar lazer, sono, horas livres, e atividades exigidas pela faculdade e se sentem cansados e estressados com o dia a dia. Camargo e Bueno¹⁷ afirmam que muitas vezes, há dificuldade em encontrar o ponto de equilíbrio entre as necessidades e as exigências da organização do trabalho, tanto fisiológicas quanto psicológicas, e que deste conflito, pode desencadear uma mudança de sentimento que muitas vezes não é elaborada, resultando repercussões sobre a saúde física e mental.

No presente estudo, em relação ao domínio nutrição, muitos estudantes de medicina apresentaram hábitos alimentares inadequados. Com a rotina universitária, os adolescentes passam a apresentar hábitos alimentares práticos e rápidos, tal como a preferência por produtos industrializados, baixa ingestão de frutas, hortaliças e leguminosas e omissão de refeições. A rotina de alimentação irregular é considerada comportamento fundamental para o desenvolvimento da obesidade, diabetes, hipertensão arterial, doenças crônicas entre as quais contribuem para gastos públicos da área da saúde.^{17,18}

Discentes do curso de Medicina apresentaram as piores pontuações no quesito domínio de atividade

física, e equivalente ao que mostra a literatura, o sedentarismo perpetua tanto os estudantes ingressantes quanto nos que concluem o curso.¹⁹ A necessidade de orientação dos discentes para um estilo de vida saudável e estímulo às atividades físicas dos discentes, tem sido relatada por Santos et al.,²⁰ como forma de melhorar o sedentarismo e suas repercussões à saúde

Em estudo realizado por Vieira et al observaram que o hábito de praticar esportes em universidades brasileiras é deficiente e necessita de incentivo buscando evitar o sedentarismo. Menos da metade dos adolescentes tinham o hábito de praticar atividade física e a maioria dos praticantes não ultrapassavam 4 horas e meia semanais.²¹ O incentivo aos esportes é capaz de melhorar, de forma indireta, outros domínios como: estresse, álcool, cigarros e drogas e somado a alimentação adequada, melhora o risco de doenças crônicas. Portanto, nota-se a importância deste domínio.

Os resultados mostram que o questionário possui uma capacidade classificatória de alta qualidade. Não havendo mudanças nos itens que determinam o estilo de vida, as pessoas serão reclassificadas. Isso é importante durante programas de intervenção, que promove o estilo de vida de uma forma para melhorar a saúde e a qualidade de vida. Com alterações positivas na classificação demonstram que o questionário está atingindo os resultados esperados. O questionário "Estilo de vida fantástico" é um material para ajudar os multiprofissionais a conhecerem as pessoas avaliadas na atenção primária, bem como orientá-los para uma melhor qualidade de vida.¹³

Conclusão

de acordo com os dados obtidos no presente estudo, sugere-se que a partir do questionário FANTÁSTICO, há evidências da necessidade de intervenção na qualidade de vida em ambos os cursos através de programas educativos, bem como implementar meios de incentivar a promoção de saúde e melhora da qualidade de vida.

Contribuição dos autores

Concepção e desenho da pesquisa: Tassini CC, Val GR, Candido SS, Bachur CK. Obtenção de dados: Tassini CC, Val GR, Candido SS, Bachur CK. Análise e interpretação dos dados: Tassini CC, Val GR, Candido SS, Bachur CK. Análise estatística: Tassini CC, Val GR, Candido SS,

Bachur CK. Redação do manuscrito: Tassini CC, Val GR, Candido SS, Bachur CK. Revisão crítica do manuscrito quanto ao conteúdo intelectual importante: Tassini CC, Val GR, Candido SS, Bachur CK.

Potencial Conflito de Interesse

Declaro não haver conflito de interesses pertinentes.

Referências

- World Health Organization. (WHO). Global status report on alcohol and health. Geneva; 2011. [Cited in 2014 Aug 28]. Available from http://www.who.int/substance_abuse/publications/global_alcohol_report/msbgsruprofiles.pdf
- World Health Organization. (WHO). Global strategy to reduce the harmful use of alcohol. Geneva; 2010. [Cited in 2014 Aug 28]. Available from: http://www.who.int/substance_abuse/activities/gsrhwa/en/
- World Health Organization. (WHO). Europe. A strategy to prevent chronic disease in Europe: a focus on public health action. The CINDI vision. 2004. [Cited in 2014 Aug 28]. Available from: <http://www.who.int/en/health-topics/noncommunicable-diseases/cancer/publications/pre-2009/a-strategy-to-prevent-chronic-disease-in-Europe-a-focus-on-public-health-action-the-cindi-vision>
- Portugal. Ministério da Saúde. Direção-Geral da Saúde. Programa nacional de intervenção integrada sobre determinantes da saúde relacionados com os estilos de vida. 2003. [Acesso em 2016 jun 01]. Disponível em: http://static.publico.pt/docs/pesoemedida/DGS_Programa_Nacional_Intervencao_Integrada_Determinantes_Saude_Relacionados_Estilos_Vida_2003.pdf
- Wilson DM, Nielsen E, Ciliska D. Lifestyle assessment: testing the FANTASTIC instrument. *Can Fam Physician*. 1984;30:1863-6.
- Rodriguez Añez CR, Reis RS, Pretroski EL. Brazilian Version of a Lifestyle Questionnaire: Translation and Validation for Young Adults. *Arq Bras Cardiol*. 2008;91(2):92-8.
- Canadian Society for Exercise Physiology. (CSEF). The Canadian Physical Activity, Fitness and Lifestyle Appraisal: CSEP's guide to health active living. 2nd ed. Ottawa; 2003.
- Spinel LF, Püschel VA. Perfil de estilo de vida de pessoas com doença cardiovascular. *Rev Gaúcha Enferm*. 2007;28(4):534-41.
- Dinger MK, Waigandt A. Dietary intake and physical activity behaviors of male and female college students. *Am J Health Promot*. 1997;11(5):360-2.
- Elliott WJ. Secondary hypertension: renovascular hypertension. In: Black H, Elliott WG. (editors). *Hypertension: a companion to Braunwald's heart disease*. Philadelphia: Elsevier; 2007. p. 93-105.
- Grácio JC. Determinantes do consumo de bebidas alcoólicas nos estudantes do ensino superior de Coimbra. [Dissertação]. Coimbra: Universidade de Coimbra; 2009.
- Loureiro E, McIntyre T, Mota-Cardoso R, Ferreira MA. [The relationship between stress and life-style of students at the Faculty of Medicine of Oporto]. *Acta Med Port*. 2008;21(3):209-14.
- Silva LV, Malbergier A, Stempluk Vde A, de Andrade AG. [Factors associated with drug and alcohol use among university students]. *Rev Saúde Pública*. 2006;40(2):280-8.
- Ramos-Dias JC, Libardi MC, Zillo CM, Igarashi MH, Senger MH. Quality of life among 100 medical students at the Catholic University in Sorocaba, São Paulo. *Rev Bras Educ Med*. 2010;34(1):116-23.
- Costa LF, Alfani AC, Del Nero TO, Chade MC, Gregghl V, Tribist AL, et al. Comparação do uso de drogas entre acadêmicos do curso de medicina da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo. *Rev Fac Cienc Med Sorocaba*. 2004;6(1):7-14.
- err-Corrêa F, Andrade AG, Bassit AZ, Boccuto NM. Alcohol and drug use by Unesp medical students. *Rev Bras Psiquiatr*. 1999;21(2):95-100.
- Camargo RA, Bueno SM. Leisure, life besides work for a soccer team of hospital workers. *Rev Latino Am Enfermagem*. 2003;11(4):490-8.
- Cansian AC, Gollino L, Alves JB, Pereira EM. Assessment of intake of fruit and vegetables among college students. *Nutrire*. 2012;37(1):54-63.
- Feitosa EP, Dantas CA, Andrade-Wartha ER, Marcellini PS, Mendes-Neto RS. Hábitos alimentares de estudantes de uma Universidade pública no Nordeste, Brasil. *Alim Nutr Araraquara*. 2010;21(2):225-30.
- Santos JJ, Silva R. Estilos de vida de estudantes universitários: comparação entre ingressantes e concluintes. [Relatório Técnico-científico]. Porto: Universidade Fernando Pessoa; 2012.
- Vieira VC, Priore SE, Ribeiro SM, Franceschini SC, Almeida LP. Socioeconomic, nutritional and health profile of adolescents recently admitted to a Brazilian public university. *Rev Nutr*. 2002;15(3):273-82.

Fontes de Financiamento

O presente estudo não teve fontes de financiamento externas.

Vinculação Acadêmica

Não há vinculação deste estudo a programas de pós-graduação.