

# Estudo transversal sobre os hábitos, qualidade de vida, sono e desempenho acadêmico dos acadêmicos de odontologia do UNIFUNEC/SP

*Cross-sectional study on habits, quality of life, sleep and academic performance of UNIFUNEC/SP dental students*

Maria Bethânia Alves de Freitas<sup>1</sup>

Ivana Maria Esteves Maciel<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Discente do Centro Universitário de Santa Fé do Sul-SP (UNIFUNEC) / Pós-graduanda no curso de Saúde Coletiva de Odontologia da Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”

<sup>2</sup>Docente do Universitário de Santa Fé do Sul-SP (UNIFUNEC)

**Categoria:** Trabalho Técnico-científico

**Eixo temático:** Formação em Odontologia, integração ensino-serviço-comunidade, ações de extensão universitária e relatos de ligas acadêmicas de saúde coletiva/pública

## 1 Introdução

Diversos hábitos e comportamentos foram adquiridos pelos estudantes durante a pandemia, além da rotina acadêmica sobrecarregada. Deste modo, o ensino superior se tornou um ambiente estressor para o sujeito em formação. Em relação ao estresse, alunos de cursos da saúde apresentam maior impacto quando comparados a outras áreas. Isso se deve à maior responsabilidade demandada por estes cursos, onde as atividades práticas consistem em tratamentos que podem representar danos à saúde de outrem, se realizados inadequadamente. O estresse gerado é originado no fato de que atendem pacientes durante o processo de aprendizagem de habilidades técnicas. Neste período pandêmico o universitário foi sujeito a diversas novas práticas, logo, torna-se relevante observar os hábitos, qualidade de vida, sono e

desempenho acadêmico destes estudantes, para identificar possíveis medidas que possam ser tomadas a fim de promover saúde a essa população.

## **2 Objetivo**

Avaliar os hábitos, qualidade de vida, sono e desempenho acadêmico em estudantes do curso de Odontologia do Centro Universitário de Santa Fé do Sul (UNIFUNEC). Foi desenvolvido com acadêmicos do 1º ao 5º ano no curso de Odontologia, durante o período de ensino híbrido.

## **3 Metodologia**

A metodologia para levantamento de dados consiste na utilização de questionários [Questionário sociodemográfico, Estresse no Ambiente Odontológico (EAO), Medical Outcomes Study 36-item Short-Form Health Survey (SF-36), Índice de Qualidade de Sono de Pittsburg versão em Português do Brasil (PSQI-BR), Escala de Sonolência de Epworth (ESE-BR) e avaliação do coeficiente de desempenho acadêmico. A metodologia mencionada baseou-se em um Trabalho de Conclusão de Curso de Alfenas/UNIFAL-MG, intitulado: Avaliação do perfil sociodemográfico, condições de saúde e desempenho acadêmico dos alunos do curso de odontologia da UNIFAL-MG durante o ERE. Após a coleta dos dados, realizou-se a tabulação dos resultados por meio do programa Excel® e realizou-se a análise quantitativa das respostas.

## **4 Resultados**

Os estudantes apresentaram boa capacidade funcional, nos aspectos estado geral de saúde e saúde mental apresentaram resultado intermediário e nos quesitos limitação da dor, vitalidade,

aspectos sociais e emocionais ruins. No questionário EAO os fatores relatados como mais estressantes foram “notas e provas” e “insegurança em relação ao futuro profissional”. Nas questões do (ESE-BR) os alunos do curso de odontologia apresentam diagnóstico sugestivo de sonolência diurna excessiva, e as principais razões para a má qualidade do sono são preocupações e ansiedade.

## 5 Conclusão

Concluiu-se que a mudança curricular e metodológica adotada durante e pós pandemia influenciaram o desempenho acadêmico, a qualidade de vida e qualidade do sono dos acadêmicos dos cinco anos da graduação.

**Descritores:** desempenho acadêmico; estudantes de odontologia; hábitos; qualidade de vida; sono.

**Número de aprovação:** CAAE 51430221.6.0000.5428, número de parecer 5.019.915.

## Referências

1. Carvalho LSD. Características dos estudantes de odontologia da UNIFAL-MG: Estudo transversal sobre os hábitos, qualidade de vida, sono e desempenho acadêmico [trabalho de conclusão de curso]. Alfenas: Faculdade de Odontologia, Universidade Federal de Alfenas; 2019. 71p.
2. Alves EJ, Castro FJ, Vizolli I, Arantes Neto MS, Nunes SGC. Impactos da pandemia covid 19 na vida acadêmica dos estudantes do ensino a distância na universidade federal do tocatins. Aturá - Rev. Pan-Amaz. Comun. [Internet]. 1º de maio de 2020;4(2):19-37. Disponível em: <https://sistemas.uff.edu.br/periodicos/index.php/atura/article/view/9842>.

3. Araújo MFMD. Qualidade do sono de universitários e sua interface com a síndrome metabólica e indicadores de saúde [tese]. Fortaleza: Faculdade de Farmácia, Odontologia e Enfermagem, Universidade Federal do Ceará; 2012.

**Autor de Correspondência:**

**Maria Bethânia Alves de Freitas**

**[mariabethania2@hotmail.com](mailto:mariabethania2@hotmail.com)**