

Resumo

ESTILOS DE VIDA: UM ESTUDO DE CASO COM ACADÊMICOS DE ENFERMAGEM DA UNIVERSIDADE FEDERAL FLUMINENSE

Este estudo de caso buscou estabelecer a relação entre a frequência no curso de graduação em Enfermagem e os estilos de vida adotados pelos estudantes. Sabe-se que o estilo de vida adotado pelo indivíduo é co-responsável pelo seu estado de saúde. Apesar de os alunos serem expostos durante o curso a uma série de disciplinas e seminários que salientam a importante relação entre estilos de vida adequados para a manutenção de uma boa saúde, não é incomum observar entre os estudantes a adoção de práticas que põem em risco a sua própria saúde. Assim, neste estudo pretendeu-se verificar se há sensibilização que reflita na melhoria dos hábitos dos estudantes, comparando alunos do 1º período com os formandos do 9º período. Pretendeu-se também caracterizar a atividade docente no sentido da transmissão dos saberes, face aos estilos de vida mais adequados e propor estratégias estruturais e comportamentais que possibilitem uma melhoria nos estilos de vida desses jovens. Concluímos que os anos de faculdade não foram capazes de causar uma alteração positiva no estilo de vida dos estudantes, já que os alunos do período final apresentaram um estilo de vida pior que os do período inicial. Constatamos que a prática docente referente à Educação em Saúde em benefício do estudante foi muito variada, havendo professores que abordam temáticas relevantes dentro do conteúdo programático, os que vão além do programa e os que negligenciam a temática. Sugerimos um conjunto de medidas que visam à melhoria do estilo de vida do estudante, como ampliação dos restaurantes universitários, facilidade no acesso aos serviços de saúde, recompensas de créditos em disciplinas optativas de artes, educação física e alimentar que proporcione sua maior aderência, entre outros.

Palavras-Chave: Educação em saúde; Estilo de Vida; Enfermagem.

Abstract

HEALTH STYLES: A CASE STUDY WITH NURSING STUDENTS OF UNIVERSIDADE FEDERAL FLUMINENSE

This case study aimed to establish the relationship between the attendance in the undergraduate program in nursing and healthy lifestyles adopted by its students. It is known that the lifestyle adopted by the individual is co-responsible for their health. Although students are exposed during the course to a series of classes and seminars that highlight the important relationship between lifestyle and the maintenance of good health, it is not uncommon to observe the adoption of practices by students that endanger their well-being. In this study we intended to determine whether there is an improvement in the students' lifestyles, when comparing data from students of the initial semester with data from the students in the last semester of studies. It was also intended to evaluate the teaching activity with regard to the transmission of knowledge in relation to lifestyle factors, and to propose appropriate structural and behavioral strategies that would enable an improvement in the lifestyles of the students. We concluded that the years in university were not able to cause a positive change in the lifestyle of the students, since the lifestyles of the students of the final period were worse than the lifestyles of students in the initial period. The professors' performances related to Health Education for the students' benefit, varied from professors who discussed relevant topics within the curriculum to those who went beyond the program, and those who neglected the subject altogether. We suggest a set of measures aimed at improving the lifestyle of the student such as an expansion in the number of university restaurants, the easing of access to health services, the rewarding of credits in elective courses in the arts, physical education among other measures.

Keywords: Health education, Lifestyle, Nursing.