

AVALIAÇÃO DO DESEMPENHO ACADÊMICO DE LEITURA E QUALIDADE DE VIDA DE ESTUDANTES DO PERÍODO NOTURNO E DIURNO**ACADEMIC PERFORMANCE ASSESSMENT OF READING AND QUALITY OF LIFE OF THE YEAR STUDENTS AT NIGHT AND DAY CLASSES****EVALUACIÓN DEL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LA LECTURA Y LA CALIDAD DE VIDA DE LA NOCHE Y DÍA AÑO ALUMNOS**Camila Silva de Oliveira¹¹Luis Henrique Sales Oliveira²Danillo Barbosa³Marta Maria Delfino⁴

RESUMO

A Organização Mundial de Saúde (OMS) define qualidade de vida como sendo a percepção do indivíduo sobre a sua posição na vida, no contexto da cultura e dos sistemas de valores nos quais ele vive e em relação a seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações. Ao longo dos anos, os alunos vão construindo uma trajetória acadêmica que lhes exige dedicação, esforço e empenho para obtenção de um desempenho acadêmico satisfatório. Este trabalho teve como objetivo avaliar possíveis diferenças na qualidade de vida e desempenho acadêmico em universitários do período diurno e noturno. Foram selecionados 183 universitários de ambos os sexos, dos períodos diurno e noturno, da graduação de ciências da saúde (educação física, fisioterapia, medicina veterinária, letras) e exatas (engenharia de produção) entre 18 e 40 anos divididos em 5 grupos. Os resultados analisados sob a aplicação do teste de análise de variância de Kruskal-Wallis demonstraram significância ($p < 0,05$) nos domínios aspectos físicos, capacidade funcional, vitalidade, saúde mental, e no desempenho acadêmico antes, durante e após a leitura. A qualidade de vida associada ao desempenho acadêmico de universitários mostra que os domínios

¹ Acadêmica do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário de Itajubá (FEPI). Brasil.

E-mail: camilajoliveira@gmail.com.

² Orientador. Docente do curso de Fisioterapia do Centro Universitário de Itajubá (FEPI). Especialista em Fisioterapia nas Disfunções Cardiopulmonares. Doutor em Ciências da Saúde.

E-mail: lhfisio@yahoo.com.br

³ Orientador. Docente do curso de Fisioterapia do Centro Universitário de Itajubá (FEPI). Especialista em Fisiologia do Exercício. Doutor em Engenharia Biomédica. E-mail: danillo.barbosa@hotmail.com

⁴ Orientador. Docente do curso de Fisioterapia do Centro Universitário de Itajubá (FEPI). Especialista em Fisioterapia na Saúde da Mulher. Mestre em Ciências Biológicas. marta.delfino@hotmail.com

FEPI - Centro Univesitário de Itajubá, Curso de Fisioterapia, Av. Dr. Antônio Braga Filho nº 687 ,Bairro Varginha, Itajubá-MG, tel (35) 3629-8400.

aspecto social, aspecto emocional e dor não obtiveram significância, sendo importantes variáveis nos níveis de compreensão, das experiências e resultados dos acadêmicos neste período de desenvolvimento pessoal.

Palavras-chave: qualidade de vida, estudante, saúde.

ABSTRACT

The World Health Organization (WHO) defines quality of life as the individual's perception of their position in life in the context of culture and value systems in which they live and in relation to their goals, expectations, standards and concerns. Over the years, students will build an academic career that demands dedication, effort and commitment to achieve a satisfactory academic performance. This study aims to evaluate possible differences in quality of life and academic performance in college of daytime and nighttime. We selected 183 students of both sexes, of the day and night periods, from the graduation in health sciences (physical education, physical therapy, veterinary medicine, letters) and exact sciences (production engineering) between 18 and 40 years divided into 5 groups. The results analyzed under the application of the test of analysis of variance Kruskal-Wallis test showed significance ($p < 0.05$) in the physical, physical functioning, vitality, mental health, and academic performance domains before, during and after reading. The quality of life associated with the academic performance of college students shows that the social aspect, emotional aspect and pain domains did not reach significance, being important variables in the levels of understanding, experience and academic outcomes of this period of development.

Keywords: quality of life, academic, health.

RESUMEN

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la calidad de vida como la percepción del individuo de su posición en la vida en el contexto de los sistemas de cultivo y el valor en el que vive y en relación con sus metas, expectativas, normas y preocupaciones. Con los años, los estudiantes la construcción de una carrera académica que exige dedicación, esfuerzo y compromiso para lograr un rendimiento académico satisfactorio. Este estudio tuvo como objetivo evaluar las posibles diferencias en la calidad de vida y el rendimiento académico en la universidad de día y de noche. Se seleccionaron 183 estudiantes de ambos sexos, del día y de períodos nocturnos, las ciencias de la salud de grado (educación física, fisioterapia, medicina veterinaria, letras) y exactas (ingeniería de producción) entre 18 y 40 años, divididos en 5 grupos. Los resultados analizados bajo la aplicación de la prueba de análisis de varianza de Kruskal-Wallis mostró significación estadística ($p < 0,05$) en los dominios de función física, físico, vitalidad, salud mental y el rendimiento académico, antes, durante y después de lectura. La calidad de vida relacionada con el rendimiento académico de los estudiantes universitarios muestra que los dominios aspecto social, el aspecto emocional del dolor y no alcanzó significación, son variables importantes en los niveles de conocimiento, la experiencia y los resultados académicos de este periodo de desarrollo.

Palabras clave: calidad de vida, académicas, de salud.

INTRODUÇÃO

Segundo o grupo de Avaliação da Qualidade de Vida da Organização Mundial da Saúde (QOL), qualidade de vida é a percepção do indivíduo sobre a sua posição na vida, no contexto da cultura e dos sistemas de valores nos quais ele vive e em relação a seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações (WHOQOL, 2011). Essa definição demonstra a importância de explorar as diferentes variáveis que podem ser impactantes na qualidade de vida (LOPEZ *et.al.*, 2011).

Dentre essas variáveis, a que se destaca pela importância e necessidade, devendo ser levada em consideração, é o desempenho acadêmico. Ao longo dos anos os alunos vão construindo uma trajetória acadêmica que lhes exige dedicação, esforço e empenho para obtenção de um desempenho satisfatório, e com isso a nota fica sendo um fator importante para a vida, decisões e progressões na vida acadêmica (OLIVEIRA & SOARES, 2011).

Nos dias atuais aumentou o interesse da população em geral em alcançar o caminho para ser ter uma vida mas tranquila, por causa da ênfase que o mundo ocidental coloca na abundância e na fartura (OLIVEIRA *apud* BENJAMIN, 2006).

Durante o processo de ensino, os universitários passam por processos de adaptações que podem gerar situações de crises, como o surgimento de quadros depressivos, alcoolismo, evasão escolar, dificuldades na aprendizagem e nos relacionamentos pessoais e isolamento (EURICH & KLUTHCOVSKY, 2008).

O rendimento acadêmico de estudantes universitários pode ser avaliado sob diversas perspectivas. O aluno universitário estará mais bem preparado para o mercado de trabalho quanto melhor for seu desempenho na universidade, isto é, quanto maior for o seu rendimento obtido nas disciplinas cursadas e quanto mais atividade extracurricular este aluno participa (RANGEL *et.al.*, 2011).

Além do seu cotidiano como acadêmico, outros aspectos de sua vida também podem influenciar sua qualidade de vida e futuro profissional, um exemplo é a dupla jornada, onde há uma exigência maior, fazendo com que as horas de sono sejam diminuídas e assim afete o sua rotina de vida diária.

Martino (2009), diz que o ciclo sono-vigília é para a espécie humana, um importante marcador biológico com particular capacidade para estabelecer normas sociais. A privação do sono causada pela dupla jornada pode levar a fadiga mental e física, apatia, negligência e endurecimento de atitudes individuais contribuindo mas piora da qualidade de vida social. É possível que em função disso principalmente os alunos do noturno possam ter prejuízos em relação ao seu desempenho acadêmico, além do pouco tempo disponível para estudar.

O objetivo deste estudo é avaliar a qualidade de vida e desempenho acadêmico em universitários dos períodos diurno e noturno em Instituição de Ensino Superior do município de Itajubá- MG.

MÉTODOS

A pesquisa trata-se de um estudo primário, observacional, analítico, transversal, multicêntrico. Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa do Centro Universitário de Itajubá (FEPI) sob protocolo n^o136/11.

Foram selecionados 183 alunos de cursos de graduação em ciências da saúde e exatas, de ambos os sexos, divididos em 5 grupos. Grupo 1 (n=19) composto por alunos do curso de educação física (diurno), Grupo 2 (n=59) alunos do curso de fisioterapia (diurno), Grupo 3 (n=37) alunos de medicina veterinária (diurno), Grupo 4 (n=30) alunos do curso de engenharia de produção (noturno) e Grupo 5 (n=38) alunos do curso de letras (noturno).

Foram incluídos no estudo estudantes regularmente matriculados na Instituição de Ensino Superior na cidade de Itajubá (MG), e excluídos alunos com doenças sistêmicas (lupus eritematoso sistêmico) não-controladas ou de caráter agudo e uso de medicamentos (ansiolíticos, miorelaxantes ou analgésicos).

Procedimentos:

O pesquisador se deslocou até o local do curso de origem dos alunos, onde após a explicação do objetivo e intenção da pesquisa, os voluntários se dirigiram até sala

privada. Foram fornecidas informações sobre o estudo e só foram incluídos estudantes que concordaram em participar mediante assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE). Foi então realizado em todos os voluntários, anamnese para busca de possíveis critérios de exclusão da pesquisa. Em seguida os voluntários responderam aos instrumentos para avaliação da qualidade de vida e desempenho acadêmico de leitura.

Para avaliação da qualidade de vida, foi utilizado o Medical Outcome Study 36-item Short-form Health Survey (SF-36), instrumento genérico para avaliação de qualidade de vida. Este é constituído de uma questão comparativa entre saúde atual e a de um ano atrás e mais 35 itens, distribuídos em dez questões, que avaliam a percepção do indivíduo sobre sua saúde nas últimas quatro semanas e abrangem oito domínios: capacidade funcional, aspectos físicos, dor, estado geral de saúde, vitalidade, aspectos sociais, aspecto emocional e saúde mental.

Para avaliação do desempenho acadêmico de leitura, utilizamos a Escala de Estratégias Metacognitivas de Leitura (EMeL-U) adaptada para universitários, elaborada e validada para uso no Brasil. Esta escala tem por objetivo avaliar as estratégias metacognitivas de leitura e a frequência com que o aluno universitário as utiliza nos intervalos antes, durante e após a leitura de textos acadêmicos. O instrumento pode ser aplicado de forma coletiva ou individual em uma única sessão, com tempo estimado de 20 minutos para responder ao instrumento de forma individual e secreta. É uma escala do tipo Likert com cinco pontos (nunca: 0 ponto; poucas vezes: 1 ponto; algumas vezes: 2 pontos; muitas vezes: 3 pontos; sempre: 4 pontos) e constituída por 35 itens.

Análise dos Dados:

Para análise dos dados foi utilizado a aplicação do teste de análise de variância de Kruskal-Wallis, para comparar os resultados quanto aos escores de cada domínio do SF-36, e da EMeL-U. O software utilizado para análise foi o programa BioEstat 5.0 e o nível de significância aceito foi $p < 0,05$.

RESULTADOS

Tabela 1. Os escores medianos dos domínios do SF-36, dos grupos Educação Física (grupo 1), Fisioterapia (grupo 2), Medicina Veterinária (grupo 3), Engenharia de Produção (grupo 4) e Letras (grupo 5) e a análise de variância de Kruskal-Wallis.

| | G1 | G2 | G3 | G4 | G5 | p<0,05 |
|------------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------------|
| Aspectos Físicos | 100,000 | 100,000 | 75,000 | 100,000 | 100 | p=0.0144 |
| Capacidade Funcional | 100,000 | 90,000 | 85,000 | 95,000 | 90 | p=0.0027 |
| Dor | 74,000 | 62,000 | 72,000 | 84,000 | 72 | p=0.1355 |
| Estado Geral de Saúde | 92,000 | 82,000 | 67,000 | 72,000 | 72 | p=0.0005 |
| Vitalidade | 75,000 | 45,000 | 55,000 | 65,000 | 60 | p=0.0047 |
| Aspecto social | 87,500 | 62,500 | 62,500 | 85,750 | 75 | p=0.1245 |
| Aspecto Emocional | 66,666 | 66,666 | 66,666 | 66,666 | 66,666 | p=0.3171 |
| Saúde Mental | 84,000 | 64,000 | 60,000 | 84,000 | 64 | p=0.015 |

A análise de variância de Kruskal-Wallis mostrou significância nos domínios aspectos físicos, capacidade funcional, estado geral de saúde, vitalidade e saúde mental. Porém, não houve diferença estatisticamente significativa nos domínios dor, aspecto social e aspecto emocional, quando comparado os grupos.

Tabela 2. Os escores medianos dos pontos atingidos na EMeL-U antes durante e após a leitura, dos grupos Educação Física (grupo 1), Fisioterapia (grupo 2), Medicina Veterinária (grupo 3), Engenharia de Produção (grupo 4) e Letras (Grupo 5) e a análise de variância de Kruskal-Wallis.

| | G1 | G2 | G3 | G4 | G5 | p<0,05 |
|--------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------------|
| Antes de ler | 12,000 | 12,000 | 12,000 | 78,000 | 16,5 | 0,0343 |
| Durante a leitura | 52,000 | 56,000 | 48,000 | 49,500 | 63 | < 0.0001 |
| Após a leitura | 17,000 | 19,000 | 18,000 | 17,000 | 22,5 | 0,0005 |

Como mostra a tabela 2, a análise apresentou significância antes, durante e após a leitura de universitários.

Considerando o trecho: “O objetivo deste estudo é avaliar a qualidade de vida e desempenho acadêmico em universitários dos períodos diurno e noturno em Instituição de Ensino Superior do município de Itajubá- MG”.

- Houve alguma diferença entre diurno e noturno?
- Existe algum curso (grupo) que seja possível comparar as turmas de diferentes turnos?

DISCUSSÃO

Segundo Oliveira *apud* Benjamin (2006) o conceito de Qualidade de Vida dos Estudantes (QVE) pode ser definido como a percepção de satisfação e felicidade, por parte do mesmo, em relação a múltiplos domínios de vida, de fatores psicossociais e contextuais relevantes. Essa conclusão do autor e sua definição de QVE se aproximam muito do conceito construído pelos pesquisadores da Organização Mundial de Saúde (OMS) sobre a qualidade de vida.

Segundo Lopes *et.al.* (2011) os resultados que se referem especificamente à qualidade de vida mostram uma relação entre queda de todos os aspectos da qualidade de vida e depressão em adultos jovens. O estudo utilizou o SF-36 para medir a qualidade de vida em pacientes depressivos onde apresentou baixo escore para indivíduos depressivos.

Ao investigar o conceito de qualidade de vida relacionado à atividade física deve-se fazer a distinção entre atividade física, práticas esportivas, exercício físico ou qualquer outra prática corporal. Além disso, ainda é premente compreender os tipos de práticas, o volume, a intensidade, a frequência de tais práticas e qual sua relação com a qualidade de vida (SANTOS; SIMÕES, 2012).

Rangel *et.al.* (2011), descreve que rendimento acadêmico de estudantes universitários pode ser avaliado sob diversas perspectivas. O aluno universitário estará melhor preparado para o mercado de trabalho quanto melhor for seu desempenho na universidade, isto é, quanto maior for o seu rendimento obtido nas disciplinas cursadas, o que exige um esforço físico, psíquico e mental e social.

Zibetti, Pereira (2010) defende que a qualidade de vida relacionada ao gênero, esta relacionada a sobrecarga evidenciada por aspectos culturais que se mantêm nas relações familiares, os quais levam as mulheres a assumirem as mesmas demandas que lhes eram atribuídas antes de ingressarem no mercado de trabalho. Assim elas se veem divididas entre as demandas dos afazeres domésticos e as exigências do trabalho.

A preferência, ou mesmo a necessidade do turno noturno, encontra-se no fato de a maioria dos universitários trabalharem durante o dia por 8 horas, e de desenvolverem dupla jornada (trabalho/estudo) e pouco tempo disponível para as atividades extraclasse. Esse perfil de aluno não permite que tenham dedicação exclusiva para os estudos e práticas para a sua formação, já os universitários do período diurno tem uma vida mais tranquila, um nível menor de estresse e cansaço, com um tempo maior para aplicarem seus estudos destacam (ZIBETTI; PEREIRA, 2010).

Segundo Martino (2009) uma variável que influencia no desempenho acadêmico é o ciclo sono-vigília. A falta de sono não só traz consequências de ordem social, por desajustes aos padrões culturais, mas também pode trazer outras sérias consequências de ordem fisiológica e, também, emocional. O sono desempenha papel fundamental para a reposição de energias para o dia seguinte, no equilíbrio metabólico e no desenvolvimento físico e mental, enquanto a falta de sono provoca irritabilidade, falta de memória e de concentração.

Segundo Andrade *et.al.* 2006, o processo de avaliação da dor é amplo e envolve a obtenção de informações, como data de início, localização, intensidade, duração e periodicidade dos episódios dolorosos. Qualidades sensoriais e afetivas, fatores que iniciam, aumentam ou diminuem a intensidade da dor interferem nas atividades diárias, nos relacionamentos afetivos no cotidiano acadêmico e no trabalho gerando um comportamento habitual em situações de estresse.

Freire e Tavares (2011) citam que outra variável que tem sido associada ao bem-estar é a capacidade de regulação emocional. Os avanços na neurociência têm permitido um conhecimento mais preciso das conexões e circuitos neurobiológicos associados às emoções, além da sua implicação na tomada de decisões em diferentes situações da vida cotidiana. A relação entre a capacidade de regulação emocional e o bem-estar tem sido, sobretudo, objeto de investigação em populações adultas, daí a importância de estudar essa relação na adolescência.

Em relação ao comportamento social, Feitosa *et.al.* 2009, afirma que o comportamento social é o conjunto de ações, sentimentos e pensamentos que o indivíduo apresenta em relação à comunidade, aos indivíduos com quem interage e a ele próprio. A melhora da qualidade de vida de adolescentes incluídos no sistema de ensino, sob uma visão comportamental e social, depende da aplicação de programas de promoção de habilidades sociais capazes de promover o bem-estar geral a partir da experiência acadêmica.

Oliveira *apud* Benjamin (2006) relata que o papel desempenhado pela QV sobre o estudante de graduação justifica sua inclusão como uma importante variável nos esforços

de compreensão das experiências e resultados dos estudantes neste período de desenvolvimento pessoal.

CONCLUSÃO

A pesquisa evidenciou que o desempenho acadêmico pode ser influenciado por fatores relacionados à qualidade de vida, e possíveis alterações em qualquer um dessas variáveis pode influenciar o âmbito acadêmico.

O interesse pelo estudo da qualidade de vida e desempenho acadêmico tem sido crescente em várias áreas, pois o conceito de qualidade de vida é subjetivo, multidimensional e influenciado por vários fatores relacionados à educação, à economia e aos aspectos socioculturais, não havendo um consenso quanto à sua definição.

REFERÊNCIAS

1. ANDRADE FA, PEREIRA LV, SOUSA FAEF. **Mensuração da dor no idoso: uma revisão**. Rev. Latino-am. Enfermagem. 2006. Março/abril; 14(2);271-6.
2. CARELLI MJG, SANTOS APA. **Condições temporais e pessoais de Estudo em Universitários**. Maio. 2009.
3. EURICH RB, KLUTHCOVSKY ACGC. **Avaliação da qualidade de vida de acadêmicos de graduação em Enfermagem do primeiro e quarto anos: influência das variáveis sociodemográficas**. Rev. Psiquiatr. Rio Gd. Sul vol.33, nº3- Porto Alegre, set./dez. 2008.
4. FREIRE T, TAVARES D. **Influência da autoestima, da regulação emocional e do gênero no bem-estar subjetivo e psicológico de adolescentes**. Rev. Psiq. Clín. 2011; 38(5):184-8.
5. FEITOSA FB, MATOS MG, PRETE ZAPD, PRETE AD. **Desempenho acadêmico e interpessoal em adolescentes portugueses**. Psicologia em Estudo, Maringá, vol. 14, nº 2, p. 259-266, abr./jun. 2009.
6. JOLY MCRA, CANTALICE LMDE & VENDRAMINI CMM. **Evidências de validade de uma escala de estratégias de leitura para universitários**. Interação em Psicologia, 2004. 8, 261-270.
7. LOPEZ MRA, RIBEIRO JP, ORES LC, JANSEN K, SOUZA LDM, PINHEIRO RT, SILVA RA. **Depressão e qualidade de vida em jovens de 18 a 24 anos no sul do Brasil**. Rev. Psiquiatr. Rio Gd. Sul vol.33, nº2- Porto Alegre 2011.
8. MARTINO MMF. **Arquitetura do sono diurno e ciclo vigília-sono em enfermeiros nos turnos de trabalho**. Rev. Esc. Enferm. USP. 2009; 43(1):194-9.

9. OLIVEIRA MB, SOARES AB. **Auto-Eficácia, Raciocínio Verbal e Desempenho Escolar em Estudantes**. Psicologia: Teoria e Pesquisa, vol.27 n°1, p. 33-39, Jan-Mar. 2011.
10. OLIVEIRA JAC. **Qualidade de vida e desempenho acadêmico de graduandos**. Tese de Doutorado, Universidade Estadual de Campinas. Agosto. 2006.
11. RANGEL LAD, GOMES LFAM, RANGEL SVD. **Avaliação de estudantes de engenharia de produção: aplicação do método todim**. XXXI ENCONTRO NACIONAL DE ENGENHARIA DE PRODUÇÃO. Inovação Tecnológica e Propriedade Intelectual: Desafios da Engenharia de Produção na Consolidação do Brasil no Cenário Econômico Mundial. Belo Horizonte, MG, 2011.
12. SANTOS ALP, SIMÕES AC. **Educação física e qualidade de vida: reflexões e perspectivas**. Saúde soc. vol.21 n°1. São Paulo jan./mar. 2012.
13. ZIBETTI MLT, PEREIRA SR. **Mulheres e professoras: repercussões da dupla jornada nas condições de vida e no trabalho docente**. Rev.Educ.n°2. Curitiba. 2010.