

EDUCAÇÃO FÍSICA

BIANCA RODRIGUES COELHO BELINI

**A SAÚDE DO UNIVERSITÁRIO: MAPEAMENTO DA
PRODUÇÃO DE CONHECIMENTO NO CENÁRIO
NACIONAL E INTERNACIONAL (2009 -2019)**



Rio Claro
2019

BIANCA RODRIGUES COELHO BELINI

A SAÚDE DO UNIVERSITÁRIO: MAPEAMENTO DA PRODUÇÃO
DE CONHECIMENTO NO CENÁRIO NACIONAL E INTERNACIONAL
(2009 – 2019)

Orientador: Roberto Tadeu Iaochite

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Instituto de Biociências da Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” - Câmpus de Rio Claro, para obtenção do grau de Licenciada em Educação Física.

Rio Claro
2019

B431s Belini, Bianca Rodrigues Coelho
A saúde do universitário : mapeamento da produção de
conhecimento no cenário nacional e internacional / Bianca
Rodrigues Coelho Belini. -- Rio Claro, 2019
28 f. : tabs.

Trabalho de conclusão de curso (Licenciatura -
Educação Física) - Universidade Estadual Paulista
(Unesp), Instituto de Biociências, Rio Claro
Orientador: Roberto Tadeu Iaochite

1. Ensino superior. 2. Saúde. 3. Estudantes
universitários. I. Título.

Sistema de geração automática de fichas catalográficas da Unesp. Biblioteca do
Instituto de Biociências, Rio Claro. Dados fornecidos pelo autor(a).

Essa ficha não pode ser modificada.

Agradecimentos

Agradeço em primeiro lugar aqueles que sempre foram e ainda continuam sendo meus grandes modelos de vida, minha mãe Beatriz e meu avô Gilberto pela educação, pelos valores transmitidos e pelo incentivo e ajuda em todos os sentidos durante a experiência da graduação, e meu irmão, João Pedro, por estar comigo também nessa caminhada.

As amigas de infância: Amanda e Ana Carolina, por mesmo à km de distância estarem sempre me dando suporte para ir atrás do que eu almejo e descontraindo minha vida estressante de universitária.

Aos amigos que descobri na universidade, pelos ótimos momentos que passamos juntos, nas festas, nas aulas, nas diversas reuniões formais e informais; pelas conversas de conteúdos variados que trocamos durante esses quatro anos e por me proporcionarem um crescimento como pessoa a partir da amizade e parceria.

Agradeço também aos professores que tive contato durante a minha vida toda, que direta e/ou indiretamente acrescentaram algo à minha formação.

Ao meu orientador, Prof. Dr. Roberto Tadeu Iaochite, por aceitar fazer parte desse projeto e torná-lo realidade; e as minhas amigas, Amanda, Isabella e Maria Paula, por compartilhar comigo um pouco do desespero que é fazer um TCC.

Por último quero agradecer a mim, por nunca desistir mesmo muitas vezes sentindo uma vontade imensa de largar certas coisas. Agradeço a mim por simplesmente ser eu a todo momento nessa experiência de altos e baixos chamada graduação.

Meus sinceros agradecimentos!

RESUMO

O ingresso na universidade faz com que haja mudanças no estilo de vida dos indivíduos que em grande parte das vezes envolve fatores comportamentais de risco e pouco saudáveis que podem afetar tanto a saúde quanto a qualidade de vida dos mesmos. Embora na atualidade exista grande apelo sobre os benefícios da adoção de hábitos saudáveis para a manutenção e qualidade de vida, aparentemente tal informação não é capaz de assegurar que jovens universitários, no dia-a-dia da universidade, adotem esse tipo de comportamento. Desse modo, o objetivo geral dessa pesquisa foi descrever e analisar a saúde na universidade na perspectiva do estudante universitário, através de um levantamento bibliográfico de literatura com o propósito de mapear o conhecimento produzido acerca da temática. Para realizar essa revisão foi feito um levantamento de teses e dissertações nas bases de dados Base Digital de Teses e Dissertações (BDTD) e Networked Digital Library of Theses and Dissertations (NDLTD). Além disso, o recorte temporal do levantamento foi entre o período de 2009 a 2019. Após a aplicação dos critérios estabelecidos, sete trabalhos foram selecionados no total, sendo um norte americano, um chinês e cinco brasileiros. A mensuração dos indicadores de qualidade de vida e dos comportamentos de risco dos estudantes universitários foram os principais objetivos nos estudos selecionados. Em termos de metodologias, houve o predomínio da quantitativa, seguida pela mista com dois trabalhos. Os resultados encontrados expõem um panorama das pesquisas que têm sido feitas na temática da saúde universitária e apontam para a necessidade de se ampliar o desenvolvimento de pesquisas para que possam contribuir para as discussões atuais sobre a saúde do universitário, bem como oferecer evidências para se promover políticas no âmbito das universidades para que se tornem universidades promotoras de saúde.

Palavras-chave: Ensino Superior, Saúde, Estudantes Universitários.

LISTA DE TABELAS

Tabela 1: Identificação de teses e dissertações por autor, ano e país de publicação.	14
--	----

LISTA DE FIGURAS

Figura 1: Processo de seleção dos estudos publicados sobre saúde na universidade a partir da perspectiva dos discentes.....	13
--	----

LISTA DE QUADROS

Quadro 1: Descrição dos objetivos, metodologia e instrumentos das teses e dissertações	16
Quadro 2: Resumo dos principais resultados encontrados nas teses e dissertações.....	17
Quadro 3: Contribuições, limitações e perspectivas para futuros estudos nas teses e dissertações.....	18

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	6
2. REVISÃO DE LITERATURA	8
2.1 Conceituando saúde e qualidade de vida	8
2.2 Movimento Universidade Saudável	9
2.3 Estudos existentes sobre saúde de estudantes universitários	10
3. OBJETIVOS	11
3.1 Objetivos específicos	11
4. MÉTODO	12
5. RESULTADOS	13
6. DISCUSSÃO	19
7. CONSIDERAÇÕES FINAIS	23
REFERÊNCIAS	25

1 INTRODUÇÃO

Como ponto inicial desse trabalho escolhi iniciar com um questionamento: você acredita que a universidade pode influenciar a saúde de seus integrantes? Eu diria que sim, tanto de forma positiva, quanto negativa. A vida na universidade altera os hábitos dos sujeitos ao longo das suas vivências nesta instituição, mudanças que ocorrem com toda a comunidade acadêmica: professores, servidores e estudantes. A afirmação acima é por conta das experiências que acumulei e venho acumulando na minha passagem pela universidade, que me mostraram que a mesma pode ser um espaço de adoção e/ou manutenção de situações relacionadas à saúde. Seguindo a ideia exposta pelo relato acima, a literatura científica mostra que a universidade tem se configurado como um espaço onde situações de risco ocorrem ou, em outros momentos, esta mesma instituição tem sido geradora destas situações (CHAVES et al., 2015; FARIA et al., 2014; PIOLLI et al., 2015).

As universidades são espaços reconhecidos de formação profissional e de produção de conhecimentos, mas também são locais onde pessoas se relacionam e vivenciam diversos aspectos de suas vidas cotidianas. Dotada de autonomia, uma universidade tem o compromisso de apoiar o desenvolvimento de posturas críticas diante da realidade social e de valores e atitudes relacionados à promoção da vida (BULLA; VILLATE; ZÁRATE, 2011). As universidades apresentam, então, um grande potencial para promover a saúde de sua população (estudantes, docentes e demais funcionários) bem como das comunidades nas quais estão inseridas. Nessa perspectiva, o movimento das Universidades Promotoras de Saúde (UPS) defende que as Instituições de Ensino Superior (IES) devam contribuir para a existência de ambientes mais saudáveis para o trabalho, o estudo e a convivência através da valorização da Promoção da Saúde em suas políticas e componentes curriculares, além de formar alianças e parcerias comunitárias para a concretização sustentável desse projeto (MELLO; MOYSÉS; MOYSÉS, 2010).

Ao longo de todo o processo de vida o ser humano passa por diversas mudanças e adaptações que geralmente ocorrem no ambiente familiar, nas relações de amizade que são presentes na rotina diária, e principalmente na vida acadêmica. Essas modificações são associadas aos aspectos fisiológicos, psicológicos e sociais do indivíduo (TEIXEIRA, 2014). O ingresso no ensino superior é caracterizado por uma maior autonomia, novas amizades e

experiências, e a diminuição da adoção de hábitos saudáveis, em razão das pressões impostas pelas situações próprias do meio acadêmico (GUEDES; TEIXEIRA, 2012).

Por conta dessa autonomia conquistada com o ingresso a universidade os estudantes têm, pela primeira vez, que se tornar prudentes em relação aos seus comportamentos. É nessa fase que os estudantes podem modificar seu estilo de vida e passar a adotar hábitos positivos ou negativos para a saúde.

São poucas as produções que abordam a Promoção da Saúde no meio acadêmico usando a perspectiva ampliada e complexa que contempla os determinantes sociais e princípios como o empoderamento e a participação social dos envolvidos (CHERRYL; D’AFFITTI, 2003). Considerando que os estudantes do ensino superior estão sendo formados para enfrentar as demandas sociais e atuar no mercado de trabalho contemporâneos, a universidade deveria oferecer não só ambientes saudáveis como também uma formação pautada nos princípios e estratégias da Promoção da Saúde.

Porém, embora na atualidade exista grande apelo sobre os benefícios da adoção de hábitos saudáveis para a manutenção e qualidade de vida, aparentemente tal informação não é capaz de assegurar que as pessoas vão aderir a estes hábitos. Ainda mais incerto é assegurar que jovens universitários, no dia-a-dia da universidade, adotem esse tipo de comportamento. De acordo com alguns autores, há uma relação existente entre indivíduos que levam um estilo de vida saudável, associado a hábitos de atividade física regular, entre outros cuidados com a saúde, com um maior índice de qualidade de vida, bem-estar físico e mental (RICHARDSON et al., 2005, TELAMA; NUPPONEN; PIERÓN, 2005).

Ainda, cabe considerar que o estilo de vida de estudantes universitários envolve fatores comportamentais de risco e pouco saudáveis que podem afetar tanto a saúde quanto a qualidade de vida, pois este período de transição para o ensino superior pode mudar o estilo de vida nos aspectos relacionados a hábitos alimentares, de dormir, práticas de exercícios físicos, consumo de álcool, tabaco e até mesmo de outras drogas (MARTINS; PACHECO; JESUS, 2008). O interesse por pesquisas com estudantes universitários e suas experiências no meio universitário tem aumentado e este interesse justifica-se, em grande parte, pelo crescente aumento do número de indivíduos que ingressam na educação superior (TEIXEIRA; CASTRO; PICCOLO, 2007).

No entanto, ainda se nota uma falta de estudos voltados a saúde desses indivíduos relacionada a universidade. Desta forma, o presente estudo de revisão buscou mostrar o panorama mais recente sobre o tema trazido por dissertações e teses advindas do contexto nacional e internacional, tendo como intenção descrever e analisar a saúde na universidade na

perspectiva do estudante universitário, através de um levantamento bibliográfico de literatura com o propósito de mapear o conhecimento produzido acerca da temática.

2 REVISÃO DE LITERATURA

Esta sessão está dividida em três partes, a saber: a) conceituando saúde e qualidade de vida; b) movimento universidade saudável; c) estudos existentes sobre saúde de estudantes universitários.

2.1 Conceituando saúde e qualidade de vida

Como o tema central deste trabalho é a saúde penso ser necessária a apresentação do conceito e junto conceituar qualidade de vida. Saúde e qualidade de vida são dois temas muito relacionados, uma vez que a saúde contribui para melhorar a qualidade de vida dos indivíduos e esta é fundamental para que um indivíduo ou comunidade tenha saúde. A Organização Mundial da Saúde (OMS) define saúde “como um completo bem-estar físico, mental e social, em contraposição à ideia de saúde como sinônimo de ausência de doenças”.

O atual conceito de saúde muda o foco do individual para o coletivo, para ações de promoção, prevenção e proteção da saúde, que visem à qualidade de vida e o bem-estar dos indivíduos (RIBEIRO, 2005). Uma das compreensões sobre a saúde é que a mesma é consequência de uma complexa interação entre fatores sociais, ambientais, biológicos e psicológicos, ou seja, a saúde pode ser vista através do modelo biopsicossocial, em que diversos fatores interagem entre si e determinam o processo de saúde e doença (CALVETTI; FIGHERA; MULLER; POLI, 2006).

A qualidade de vida foi definida pela OMS em seu grupo de estudo The Whoqol Group como:

“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” (WHOQOLBREF, 1996, p.6).

Esse conceito definido pela OMS engloba vários aspectos relacionados à qualidade de vida, como a inter-relação entre aspectos ambientais, relacionais, psicológicos, físicos e de nível de independência (FLECK, 2008).

2.2 Movimento Universidade Saudável

O movimento de UPS (Universidades Promotoras de Saúde) tem sua raiz na estratégia de ambientes saudáveis que foi impulsionada pela OMS na década de 1980, com iniciativas em cidades, escolas, locais de trabalho, entre outros. A estratégia de ambientes saudáveis tem como proposta atuar nos locais onde as pessoas vivem diariamente (ARROYO; RICE, 2009). Para Heraud (2013), os ambientes saudáveis dizem respeito a preocupação com todo o ambiente que está em torno de uma comunidade, não apenas o indivíduo isolado, considerando a saúde um produto da relação entre sujeitos e seu ambiente social.

Nas universidades a estratégia de ambientes saudáveis se fortalece na década de 1990, sendo em 1995 a University of Central Lancashire a primeira a implantar um projeto de UPS, desenvolvendo projetos centrados em cinco temáticas: álcool, exercício, saúde mental, saúde ocupacional e sexo seguro (MAIA, et al. 2010). Na América Latina o movimento de UPS se fortalece através de ações em instituições públicas e privadas, da formação de redes em países como Chile e México, e das conferências internacionais (ARROYO; RICE, 2009).

As UPS surgem como forma de incorporar a promoção da saúde ao ambiente universitário, tendo em vista que a universidade se constitui com um ambiente físico, psicológico e social para seus membros. A transformação da universidade em UPS envolve a responsabilidade social destas instituições e uma percepção de que as mesmas podem influenciar positivamente nas condições de vida e saúde da comunidade acadêmica (BRAVO et al., 2013).

Para Muñoz e Cabieses (2008), a modificação de condutas que gerem uma cultura saudável nestas instituições não depende exclusivamente das pessoas, mas também de uma estrutura, políticas e decisões tomadas pelas direções das universidades. Como a proposta de UPS sustenta-se na de ambientes saudáveis, deve-se construir ambientes físicos, psíquicos e sociais que influenciem na melhora da qualidade de vida da comunidade universitária. Um ambiente saudável é um estímulo para que os sujeitos desenvolvam condutas positivas de saúde.

Para construir uma universidade promotora da saúde são necessárias trocas de diversas esferas como a estrutura física, políticas e estruturas curriculares, lideradas pelos gestores universitários que se comprometem com o desenvolvimento de estilos de vidas saudáveis (CALA, 2012). Para Soares, Pereira e Canavarro (2015), as instituições de ensino superior devem assegurar para além do direito a educação, devem assegurar também o direito a um ambiente saudável.

A incorporação da perspectiva de universidade saudável parte do pressuposto que o ser humano é um ser integral e interdisciplinar, sendo responsabilidade da instituição assumir o movimento e garantir um ambiente saudável, desenvolvendo conhecimentos, práticas e atitudes para o autocuidado e prevenção de risco aos indivíduos que vivem a universidade (GRANADOS et al., 2009). Em uma UPS é necessário considerar que a mesma é formada de uma comunidade universitária composta por professores, servidores e discentes, a dinâmica entre estes grupos gera uma cultura local, cada estudante e servidor constitui esta cultura local. Os estudantes estão em uma fase vital para adoção de estilos de vida, que logo praticará no âmbito familiar, social e de trabalho (MUÑOS; CABIESES, 2008).

No contexto brasileiro ainda não se tem um movimento ou uma política institucional em nível nacional que tenha como objetivo a promoção da saúde nas universidades, no entanto, em outros países da América e da Europa é possível verificar o desenvolvimento de um movimento intitulado Universidades Promotoras de Saúde (UPS) ou Universidades Saudáveis (US), que tem dedicado esforços para promoção da saúde e qualidade de vida da comunidade universitária (OLIVEIRA, 2017).

Nestes movimentos a UPS é considerada aquela que trata a saúde como parte de seu projeto, como responsabilidade social das instituições de ensino superior, estabelecendo políticas institucionais que promovem a saúde e a qualidade de vida da comunidade acadêmica. Nestas instituições a promoção da saúde atua de forma transversal, atingindo desde projetos específicos até os currículos das instituições (MUÑOZ; CABIESES, 2008).

2.3 Estudos existentes sobre saúde de estudantes universitários

Alguns dos principais fatores que tem contribuído para que os indivíduos desenvolvam um estilo de vida cada vez menos saudáveis são: a falta de tempo e disposição para a prática de exercício físico; a substituição das atividades de lazer mais ativas por atividades passivas como jogos eletrônicos, TV e o uso do computador (COPETTI, 2009). Estudos brasileiros mostram índices de sedentarismo consideráveis em estudantes universitários na área de saúde, 65,5% (MARCONDELLI et. al., 2008).

Pesquisas mostram que a prática da atividade física tende a declinar durante a adolescência (aproximadamente 15 a 18 anos de idade) e em jovens adultos (20 a 25 anos), e que hábitos de inatividade física adquiridos por estudantes durante os anos cursados nas universidades continuam na idade adulta (MATSUDO et. al., 2002). Ainda, o nível da escolaridade está associado ao consumo abusivo de álcool, sendo que quanto mais anos de

estudo o brasileiro tem, maior é o consumo exagerado de bebidas alcoólicas, o que torna os alunos do ensino superior um grupo de risco (GARCIA e FREITAS, 2013).

Em uma revisão de literatura sobre a saúde mental dos universitários, realizada por Storrie, Ahern e Tuckett (2010), foi evidenciado que os problemas dos Estudantes Universitários se relacionam principalmente com ansiedade, stress, sintomas depressivos, problemas de integração, dificuldades interpessoais e com insucesso escolar.

Em relação à qualidade de vida dos estudantes universitários, Oliveira (1999) abordou pela primeira vez, em um editorial do Journal of the American School Health Association, sobre a importância de se pesquisar sobre a mesma. Pesquisas mostram que a prática da atividade física tende a declinar em jovens, e que hábitos de inatividade física adquiridos por estudantes durante os anos cursados nas universidades continuam na idade adulta (MATSUDO et. al., 2002).

3 OBJETIVO GERAL

Descrever e analisar a saúde na universidade na perspectiva do estudante universitário, através de um levantamento bibliográfico de literatura com o propósito de mapear o conhecimento produzido acerca da temática.

3.1 OBJETIVO ESPECÍFICO

- a) identificar a quantidade da produção – classificando-a por ano de publicação e país de origem;
- b) apresentar os objetivos, metodologia e principais resultados encontrados nessas produções;
- c) identificar e analisar as contribuições apontadas nesses estudos para o ensino da Educação Física na escola, assim como as limitações e perspectivas para futuros estudos.

4 METODOLOGIA

Trata-se de um estudo qualitativo de revisão narrativa, “apropriada para discutir o estado da arte de um determinado assunto” (ROTHER, 2007). Como citaram Vosgerau e Romanowsk (2014) é composta por uma análise ampla da literatura, sem estabelecer uma metodologia rigorosa e replicável em nível de reprodução de dados e respostas quantitativas para questões específicas. Todavia, é fundamental para a aquisição e atualização do conhecimento sobre uma temática específica, evidenciando novas ideias que têm recebido maior ou menor ênfase na literatura selecionada (ELIAS et al., 2012).

O presente trabalho visou apresentar os estudos localizados em bases de dados, tendo como escopo, teses e dissertações sobre saúde na universidade.

A base de dados escolhidas para fazer o levantamento dos estudos brasileiros foi a Biblioteca Digital de Teses e Dissertações (BDTD) e a Networked Digital Library of Theses and Dissertations (NDLTD) foi utilizada para o levantamento no cenário internacional. Na busca foram utilizados os seguintes termos/descriptores, na língua portuguesa, no título: saúde, universidade, qualidade de vida, universitários, fatores de risco; e na língua inglesa, no título: college student, health, quality of life, lifestyle, risk factors. No rastreamento das publicações foram utilizados os operadores lógicos “AND” e “OR”, de modo a combinar os termos/descriptores acima citados.

Durante o processo de seleção dos estudos nas bases de dados BDTD e NDLTD, foram utilizados os seguintes critérios de inclusão:

- Dissertação ou teses;
- Ter sido publicado entre os anos de 2009 e 2019;
- Estar escrito em língua Portuguesa ou Inglesa;
- Estudos que verificaram a temática “saúde na universidade”, a partir da perspectiva dos discentes.

5 RESULTADOS

Na base de dados BDTD, foram encontrados 101 estudos e na base de dados ND LTD 24 estudos. Desse total de estudos, foram excluídos aqueles que não estavam relacionados com o tema. Para isso, foram analisados os títulos de cada estudo (1ª etapa). Posteriormente, foi realizada a leitura completa dos textos (2ª etapa) e alguns foram excluídos, já que não atendiam integralmente aos critérios de inclusão. No total foram encontrados 5 estudos em português e 2 em inglês que se enquadraram nos critérios da pesquisa.

O processo de seleção dos trabalhos é apresentado na Figura 1.

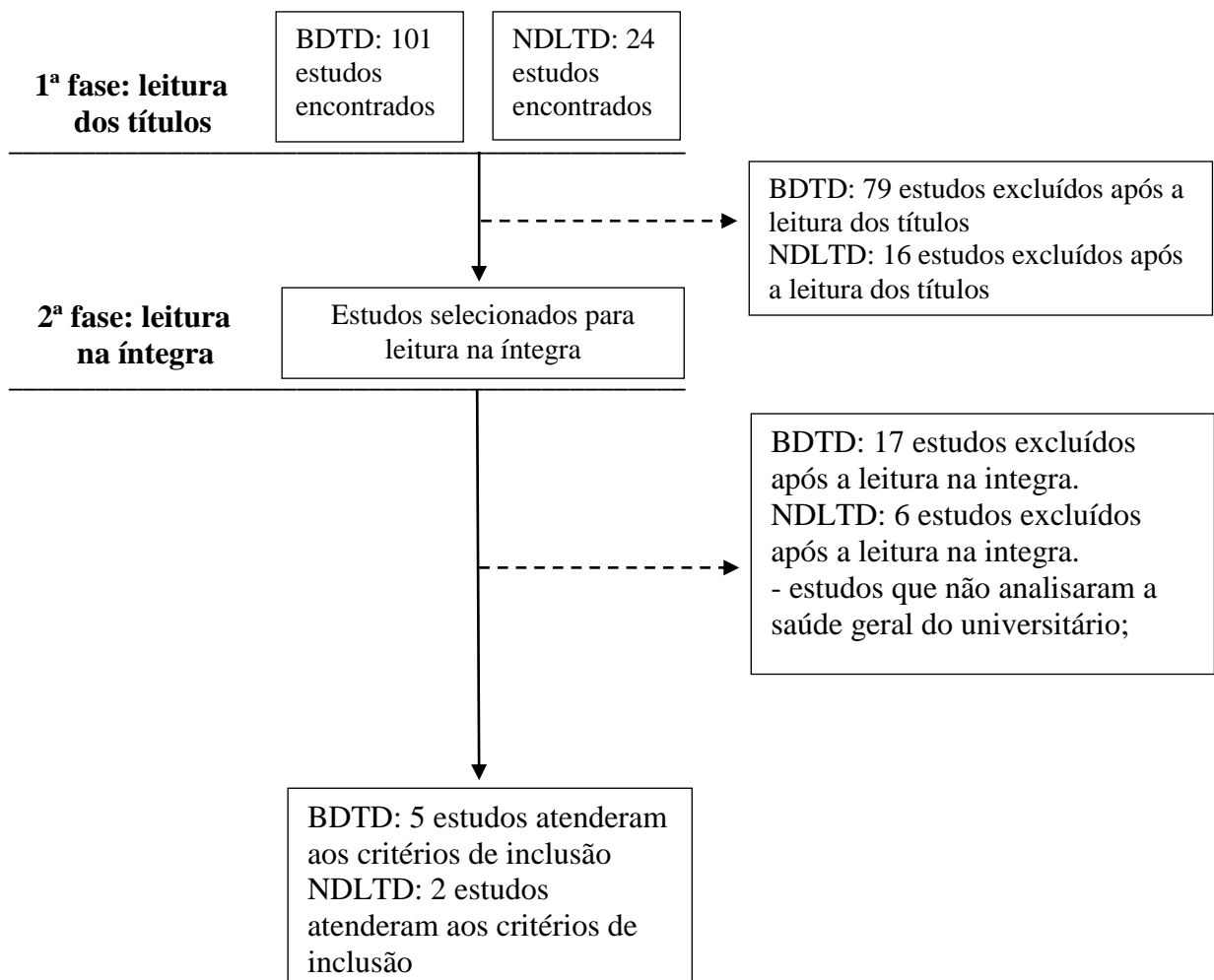


Figura 1: Processo de seleção dos estudos publicados sobre saúde na universidade a partir da perspectiva dos discentes.

Nesta sessão também serão apresentados os resultados encontrados, sendo estes organizados a partir dos objetivos específicos descritos na sessão de objetivos.

O primeiro objetivo específico deste trabalho foi identificar a quantidade de estudos produzidos sobre a temática da saúde do universitário, classificando-os por ano de publicação e país de origem.

Foram encontrados sete (7) estudos, sendo duas (2) teses de doutorado das quais uma (1) é norte americana e uma (1) chinesa. Das cinco (5) dissertações de mestrado encontradas, todas foram desenvolvidas no Brasil. Além disso, como pode ser visto na Tabela 1, o ano com maior frequência de publicações foi 2014, com três (3) trabalhos.

Tabela 1: Identificação de teses e dissertações por autor, ano e país de publicação.

<i>Ano</i>	<i>Publicações</i>		<i>País</i>	<i>Autor</i>
2010	Tese	-	-	-
	Dissertação	1	Brasil	Silva, R. R.
2011	Tese	-	-	-
	Dissertação	1	Brasil	Barreto, L. B. M.
2014	Tese	1	China	Pang, J. S. L.
	Dissertação	2	Brasil	Olegario, N. B. C. Vianna, M. F. P.
2015	Tese	-	-	-
	Dissertação	1	Brasil	Rodrigues, M. C.
2017	Tese	1	EUA	Pan, A.
	Dissertação	-	-	-

Fonte: Dados da pesquisa

Nota: Estudos produzidos no Brasil extraídos da BDTD; estudos internacionais extraídos da ND LTD

A Tabela 1 traz a quantidade de estudos, em relação ao ano e país de publicação dos trabalhos selecionados. Percebe-se um desequilíbrio no número de produções tanto nacionais como internacionais, sendo cinco (5) brasileiras (BARRETO, 2011; OLEGARIO, 2014; RODRIGUES, 2015; SILVA, 2010; VIANNA, 2014) e duas (2) internacionais (PAN, 2017; PANG, 2014).

Após a leitura mais aprofundada dos estudos selecionados identificou-se os objetivos, metodologia e principais resultados, os quais serão expostos nos quadros seguintes, caracterizando o cumprimento do segundo objetivo específico.

O Quadro 1 traz em resumo os objetivos, metodologia escolhida e instrumentos utilizados em cada uma das sete (7) produções.

A mensuração dos indicadores de qualidade de vida e do bem-estar dos estudantes universitários foram os principais objetivos nos estudos selecionados, assim como os comportamentos de risco dessa população. Além disso, um estudo trouxe a percepção dos universitários com relação a Universidade Promotora de Saúde. Quanto à metodologia, houve o predomínio da quantitativa, utilizada em cinco (5) produções, a qual foi seguida pela mista, em dois (2) trabalhos. Destes sete (7) trabalhos, três (3) utilizaram questionários criados para a própria pesquisa, enquanto os demais incluíram instrumentos já utilizados em outras pesquisas.

Quadro 1: Descrição dos objetivos, metodologia e instrumentos das teses e dissertações.

Autor/Ano	Objetivos	Metodologia	Instrumentos
Silva, R. R., (2010)	Investigar qualidade de vida, bem-estar psicológico e características relacionais de estudantes universitários.	Mista	Questionário de Qualidade de Vida da Organização Mundial da Saúde (WHOQOL-bref); o questionário de Saúde Geral (QSG-12); e o inventário de Relações Objetivas (BORRTI-O).
Barreto, L. B. M., (2011)	Verificar a presença de comportamentos de risco à saúde, como sedentarismo, alimentação inadequada, sobrepeso, consumo de álcool e tabaco, entre universitários de diferentes cursos da área da saúde da Universidade Federal de Sergipe.	Quantitativa	Questionário sobre o estilo de vida de universitários da UFS; formulário antropométrico (cálculo do IMC e percentual de gordura); questionários (qualidade da alimentação, nível de atividade física, consumo de álcool e de tabaco).
Pang, J. S. L., (2014)	Examinar a contribuição da atividade física, do estresse acadêmico, da satisfação no lazer e do bem-estar de estudantes universitários em Hong Kong.	Quantitativa	Questionário de Percepção de Bem-estar; escala de diferentes domínios de satisfação no lazer.
Olegario, N. B. C., (2014)	Analisar a percepção do adolescente acadêmico sobre Universidade Promotora de Saúde.	Quantitativa	Instrumento de Avaliação da Promoção da Saúde na Universidade (IAPSU).
Vianna, M. F. P., (2014)	Investigar sobre a saúde dos estudantes e propor possíveis ações de promoção da saúde no âmbito universitário.	Mista	Instrumento online de coleta de dados acerca da Percepção do Estudantes sobre sua saúde na UNIPAMPA; diário de campo; gravações orais.
Rodrigues, M. C., (2015)	Caracterizar o perfil e a inter-relação de condutas de saúde em estudantes universitários.	Quantitativa	Bateria de instrumentos de pesquisa e questões estruturadas de autoaplicação.
Pan, A., (2017)	Investigar a prevalência de depressão, ansiedade, estresse e resiliência entre estudantes universitários no Camboja.	Quantitativa	Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21).

Fonte: Dados da pesquisa

O Quadro 2 é composto pelos principais resultados trazidos pelas produções de conhecimento selecionadas. Dos estudos que investigaram a percepção dos alunos com a própria saúde, (dois) 2 relataram que a maioria dos participantes avaliaram sua saúde como boa. No que se refere a saúde mental, (cinco) 5 estudos apresentaram algum tipo de resultado relacionado ao nível de estresse, histórico de depressão e ansiedade no ambiente universitário.

Quadro 2: Resumo dos principais resultados encontrados nas teses e dissertações.

Autor/Ano	Resultados
Silva, R. R., (2010)	Alto índice de sofrimento psíquico por conta de eventos relacionados a vida universitária; índices de qualidade de vida medianos.
Barreto, L. B. M., (2011)	Verificou-se a presença de comportamentos de risco nos hábitos diários dos estudantes universitários, como hábito alimentar inadequado. É evidenciado que o consumo regular de álcool e/ou tabaco/ maconha se deu após o início do curso dos estudantes. Observaram-se altos índices de sedentarismo nos alunos e ocorrência de sobrepeso/obesidade.
Pang, J. S. L., (2014)	Os resultados deste estudo indicaram que estudantes universitários de Hong Kong tinham percepção moderada de bem-estar e níveis de estresse acadêmico; alunos do sexo masculino relataram maior nível de bem-estar no domínio físico, enquanto as alunas tinham maior nível de percepção de bem-estar no domínio social; os valores descobertos sugeriram a satisfação no lazer como fatores contribuintes para o bem-estar entre os estudantes universitários.
Olegario, N. B. C., (2014)	Os resultados do presente estudo evidenciam baixa participação dos alunos em atividades que envolvem a promoção da saúde. No que se refere ao Instrumento de Avaliação da Promoção da Saúde na Universidade (IAPSU), concluiu-se que este é reprodutível e confiável para avaliação da promoção da saúde no âmbito universitário.
Vianna, M. F. P., (2014)	Os participantes do estudo avaliaram sua saúde como boa; acreditam que a instituição poderia investir no desenvolvimento de programas de prevenção e promoção da saúde.; relataram que há necessidade de um apoio psicológico na universidade.
Rodrigues, M. C., (2015)	A maioria dos participantes relatou apresentar boa saúde; 26,6% dos estudantes “nunca” ou “raramente” praticam atividade física; 48,7% qualificaram o sono como sendo “razoável”; sobre a conduta de saúde relacionada ao controle alimentar, a maioria respondeu nunca realizar controle alimentar; o nível de estresse foi apontado em 40,4% dos participantes; verificou-se que 59,2% dos estudantes da amostra consomem álcool em excesso; uma parcela dos estudantes apresentaram consumo de substâncias psicoativas/inalantes/maconha.
Pan, A., (2017)	Os resultados mostraram que a amostra apresenta níveis de depressão leves a moderados, ansiedade moderada e níveis moderados de estresse. No entanto, a análise da gravidade da distribuição explicou que 44,6%, 54,2% e 37,5% dos estudantes apresentaram sintomas acima dos níveis moderados de depressão, ansiedade e estresse, respectivamente. Os resultados mostraram 89,8% dos estudantes relataram altos níveis de resiliência. Diferenças significativas no nível de depressão, ansiedade e resiliência foram encontradas com base na situação financeira percebida do estudante.

Fonte: Dados da pesquisa

O terceiro e último objetivo específico proposto pelo presente trabalho é apresentado por meio do Quadro 3, o qual traz um resumo das informações referentes às contribuições para as discussões atuais sobre a saúde do universitário apontadas pelos respectivos estudos, assim como suas limitações e perspectivas para produções futuras.

Como pode ser visto no Quadro 3, quatro (4) produções apontaram sua contribuição como sendo relacionada à construção de instrumento, a importância e conscientização sobre a saúde do estudante universitário e, base teórica para contribuir no desenvolvimento de ações para a saúde estudantil na universidade. Considerando as limitações, três (3) estudos indicaram um número insuficiente de participantes e um (1) indicou como limitação a cultura imposta na sociedade estudada. A última coluna, perspectivas para futuros estudos, ficou marcada pelas diferentes recomendações relacionadas à metodologia, sugeridas em seis (6) produções. Além disso, dois (2) estudos em específico recomendaram a escolha de estudos longitudinais.

Quadro 3: Contribuições, limitações e perspectivas para futuros estudos nas teses e dissertações.

(continua)

Autor/Ano	Contribuições	Limitações	Perspectivas
Silva, R. R., (2010)	Fomentar a importância da atenção para a saúde dos jovens universitários.	Realizado uma avaliação sem nenhuma intervenção.	Estudos futuros deveriam realizar uma intervenção; avaliar os estudantes por centro ou curso.
Barreto, L. B. M., (2011)	Estudantes de cursos da saúde não utilizam nas suas práticas diárias o conhecimento teórico sobre a importância de ter um estilo de vida.	Estudo de corte transversal.	Realizar estudos longitudinais; direcionar algumas estratégias para a promoção de saúde, prevenção e controle de doenças nas universidades, incentivo à prática regular de exercício físico e alterações na alimentação.
Pang, J. S. L., (2014)	--	Grupo dos participantes foi muito específico, incluindo apenas os bolsistas; o uso da amostragem por conveniência; devido às restrições de tempo e recursos, não seria possível incluir todos os determinantes do bem-estar no modelo.	Participantes recrutados pelo método de amostragem aleatória; outros determinantes, como apoio social, resiliência, estratégias de enfrentamento, autoeficácia, status socioeconômico e desempenho acadêmico podem ser examinados em futuros estudos.

Autor/Ano	Contribuições	Limitações	Perspectivas
Vianna, M. F. P., (2014)	Os dados da pesquisa foram encaminhados para o órgão máximo de assistência estudantil da instituição, com intuito de contribuir no desenvolvimento de ações para a saúde estudantil.	--	Dar continuidade ao trabalho para fomentar uma reflexão coletiva sobre a saúde em geral da universidade.
Rodrigues, M. C., (2015)	O alto nível de consumo de nicotina e álcool por parte dos estudantes foi associado ao estresse, como forma de combate.	Delineamento transversal.	Estudo longitudinal para identificar mais precisamente a influência das variáveis.
Pan, A., (2017)	Este estudo aumenta a conscientização sobre questões psicológicas relacionadas à saúde e como essas questões impactam as experiências dos universitários na vida cotidiana.	Número reduzido de amostragem; falta de sinceridade nas respostas por decorrência da cultura; falta de instrumentos específicos para a população do Camboja.	Estudos qualitativos explorando os desafios sociais, culturais e ambientais dos estudantes universitários cambojanos podem melhorar a compreensão da população e assim da saúde; estudos futuros podem considerar o desenvolvimento de uma nova escala de saúde a ser usada com a população do Camboja.

Fonte: Dados da pesquisa

6 DISCUSSÃO

A discussão do presente trabalho será feita a partir de quatro tópicos que surgiram ao longo do processo de análise dos estudos levantados. Os tópicos são: a) comportamentos de risco nos hábitos diários dos estudantes universitários; b) saúde mental do universitário; c) universidades promotoras de saúde; d) autoeficácia.

Comportamentos de risco nos hábitos diários dos estudantes universitários

A inserção da população jovem no ambiente universitário e os comportamentos que são praticados é um fenômeno complexo e demanda uma grande atenção por parte não só dos profissionais da saúde, mas sim da população em geral, englobando os próprios universitários. Esta inserção se associa à adoção de comportamentos de saúde em alguns casos, porém os comportamentos de risco para saúde são os mais evidenciados nas pesquisas. De acordo com

dois (2) dos estudos investigados (BARRETO, 2011; RODRIGUES, 2015), a presença de comportamentos de risco nos hábitos diários dos estudantes universitários, como hábito alimentar inadequado; consumo regular de álcool, tabaco e outras drogas; a ausência da prática de atividades físicas; altos índices de sedentarismo e ocorrência de sobrepeso/obesidade; são os principais riscos à saúde dessa população universitária. Rodrigues (2015) evidencia, de forma atualizada, resultados semelhantes aos estudos já feitos, tanto em nível nacional quanto internacional.

Os comportamentos de risco à saúde que são mais evidenciados pelos estudantes universitários não demonstram casos isolados e são adotados de uma hora para outra; tais comportamentos relacionam-se aos estilos de vida adotados pelos indivíduos, os quais são fundamentados em padrões identificáveis de comportamento determinados pela interação entre características pessoais, relações sociais e condições de vida socioeconômicas e ambientais (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 1998). No Quadro 3 foi exposto que o estudo de Rodrigues (2015) achou resultados que contribuíram para se chegar ao ponto de que o alto nível de consumo de álcool, tabaco e outras drogas por parte dos estudantes foi associado ao estresse, como forma de combate-lo.

Nessa perspectiva, ressalta-se a influência dos contextos sociais, formados pelas variações culturais e étnicas; por famílias e pares; por gênero; e também, pelo ritmo imposto pela grade curricular obrigatória e extracurricular da instituição de ensino.

Saúde mental do universitário

Especialmente no que se trata à saúde mental dos estudantes universitários, nos últimos anos é observado um aumento no número de produções envolvendo esta população e o tema (CERCHIARI, 2004; COSTA; LEAL, 2008; PAN, 2017; SILVA, 2010).

O período que o estudante vivencia durante o seu curso de graduação configura-se em um momento de muitos desafios, mudanças e dificuldades a serem superadas, e não são restritas as tarefas curriculares. Além dessas, pontos vitais como o estabelecimento de uma identidade, o desenvolvimento de relações interpessoais mais maduras, a exploração de papéis sociais, as questões do eu e do outro, o comprometimento com objetivos pessoais e profissionais, assumem um grande valor e marcam uma série de desafios e metas características na sua fase do desenvolvimento psicossocial (ALMEIDA; SOARES, 2003).

Na análise do Quadro 2 foi apontado, no que se refere a saúde mental, (cinco) 5 estudos (PAN, 2017; PANG, 2014; RODRIGUES, 2015; SILVA, 2010) que apresentaram

algum tipo de resultado relacionado ao nível de estresse, histórico de depressão, ansiedade no ambiente universitário, aumentando a justificativa sobre a importância da discussão sobre o tema, ou seja, da importância que a saúde mental dos estudantes universitários tem nas relações pessoais, no rendimento e na manutenção na instituição de ensino superior.

Universidades Promotoras de Saúde

Segundo Mello, Moysés e Moysés (2010) o principal desafio de uma universidade saudável é integrar a promoção de saúde (PS) nas políticas e práticas universitárias. Isto pode ser obtido por intermédio de: criação de políticas saudáveis e planejamento sustentável na universidade; oferecimento de suporte social e psicológico aos discentes, docentes e funcionários; encorajamento da ampliação do interesse acadêmico por promoção de saúde; e desenvolvimento de parcerias com a comunidade.

No estudo de Olegario (2014) ficou evidente a reduzida participação dos alunos em atividades que envolvem a promoção da saúde no ambiente universitário o que dificulta a escolha das instituições em implementar o Universidade Promotora de Saúde, mesmo sendo reconhecido como uma alternativa que resulta em melhores processos formativos e na melhoria da qualidade de vida de uma importante parcela da população, ou seja, os estudantes universitários.

Especificamente, ações promocionais voltadas para estudantes favorecem uma formação integral, estimulando a prática profissional responsável, engajada com a realidade social (TSOUROS et al., 1998).

Autoeficácia

Bandura (1997) aponta que a crença de autoeficácia é uma avaliação pessoal sobre as próprias habilidades e competências para realizar uma tarefa em um contexto específico. De acordo com esta teoria, esse fator é um dos mais importantes para a realização de tarefas, como, por exemplo, adotar e manter comportamentos saudáveis. Logo, quando se espera que um comportamento promotor de saúde seja realizado, é preciso intervenções que possibilite ao indivíduo fortalecer sua crença de autoeficácia para tal realização.

No que se refere a autoeficácia, (um) 1 dos estudos investigados pelo presente trabalho (PANG, 2014), apresentou fatores determinantes do bem-estar, sendo a autoeficácia citada como um desses fatores. Porém a partir da análise do Quadro 3 fica evidente que o estudo não chegou a incluir a autoeficácia no modelo.

Estudar a autoeficácia é de grande valia para compreender o comportamento humano quanto as crenças e expectativas que o indivíduo têm de si mesmo, pois essas crenças são as responsáveis por formar uma base para a motivação humana, o bem-estar e as realizações pessoais. A literatura aponta que a área da saúde vem investigando a autoeficácia como uma variável que pode contribuir para a compreensão e promoção do bem-estar dos indivíduos (NERI, 2007).

Ribeiro (1995) sugere em seu estudo que a autoeficácia se relaciona com a percepção de saúde através de duas formas distintas, sendo uma através da prática de comportamentos que influenciam a saúde, uma vez que indivíduos com elevada percepção de autoeficácia adotam mais facilmente comportamentos de promoção da saúde e modificam mais facilmente comportamentos de prejuízo de saúde; e a outra forma relaciona-se com a resposta fisiológica ao stress, diminuindo o seu impacto negativo.

Entendemos, portanto, que as crenças de autoeficácia são importantes preditoras e mediadoras da ação que o estudante universitário possa vir realizar. Sendo assim, é importante que o aluno acredite que ele é capaz de assumir comportamentos saudáveis, como também confie que seja capaz de evitar os comportamentos que coloquem em risco sua própria saúde. É válido ainda acrescentar a respeito da importância de projetos e programas que venham fortalecer a crença de autoeficácia dos estudantes universitários para evitar comportamentos que coloquem em risco a própria saúde dos mesmos. (IAOCHITE et al., 2018)

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo teve por objetivo geral fazer uma revisão narrativa e estado da arte, de teses e dissertações, sobre a saúde na universidade na perspectiva do estudante universitário, a qual foi realizada nos contextos nacional e internacional dentro do período de 2009 e 2019.

A partir do presente trabalho, pode-se considerar que os estudantes universitários necessitam de uma cuidadosa atenção, pois estão vulneráveis às questões internas, próprias do seu período de desenvolvimento. De maneira geral, buscam o estabelecimento de mais autonomia, novas amizades e experiências, bem como a diminuição da adoção de hábitos saudáveis. Parte disso pode estar relacionada aos fatores relativos ao contexto universitário como a escolha profissional e as exigências acadêmicas. Por se tratar de uma fase de transição, com muitas modificações na vida do indivíduo, assim como alguns autores, salientamos a importância da atenção para a saúde dos jovens universitários, já que o período vivenciado na universidade pode gerar inúmeros conflitos e até mesmo desencadear alguns problemas físicos, psicológicos e/ou sociais.

Como uma crítica trago junta a conclusão que não foi encontrado nos estudos analisados encaminhamentos para uma possível resposta ao problema levantado sobre a questão da saúde do estudante universitário, nem ao menos encaminhamentos de como a universidade poderia lidar com essa questão.

Em decorrência do apontamento nos estudos em relação as conclusões apresentadas, os mesmos sugerem que os comportamentos poucos saudáveis que o estudante acaba aderindo durante o período universitário acontecem em função do próprio ambiente universitário, ou seja, o próprio ambiente universitário que “promove” esses comportamentos não saudáveis, portanto cabe as instituições universitárias desenvolverem programas que estejam na contramão de favorecer os comportamentos inadequados de saúde. Ainda, vemos como importante que a universidade esteja atenta não só a burocracia da vida acadêmica do estudante, mas sim que se atente a questões correlacionadas com a saúde do mesmo.

É importante ainda apontar algumas limitações no presente estudo, as quais se pautam no recorte de tempo e as palavras chave escolhidas, podendo ser que, por algum destes motivos, publicações não tenham sido selecionadas. Para fins de um futuro estudo parece-nos interessante indicar uma pesquisa quantitativa para mapear a saúde dos universitários seja por regiões, instituições ou cursos, procurando descobrir novos resultados que essa população possa vir obter.

Por fim, espera-se que o levantamento feito nesse estudo sirva de orientação para futuros estudos com o objetivo de aprofundar o conhecimento das questões relativas à saúde dos estudantes universitários. Ressaltamos a necessidade de um olhar atento dirigido aos estudantes, sua saúde e suas particularidades e a importância da criação de projetos e programas, por parte das instituições de ensino, com a função de prevenção e promoção da saúde no contexto universitário, promovendo políticas no âmbito das universidades para que se tornem universidades promotoras de saúde.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, L. S.; SOARES, A. P. Os estudantes universitários: sucesso escolar e desenvolvimento psicossocial. In: MERCURI, E.; POLYDORO, S. A. J. (Orgs.). **Estudante universitário: características e experiências de formação**. Taubaté: Cabral, 2003.
- ARROYO, H. V.; RICE, M. **Una Nueva Mirada al Movimiento de Universidades Promotoras de la Salud en las Américas**. Documento de Trabajo Desarrollado para el IV Congreso Internacional de Universidades Promotoras de la Salud. Espanha, 2009.
- BANDURA, A. *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W.H.Freeman. 1997.
- BARRETO, L. B. M. **Comportamentos de risco relacionados à saúde entre universitários**. 2011. 73 f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Saúde) – Universidade Federal de Sergipe, Aracaju, 2011.
- BRAVO, P. V.; CABIESES, B.; ZUZULICH, M.; MUÑOZ, M. OJEDA, M. **Glosario para universidades promotoras de la salud**. Revista salud pública, v.15, n. 3, p. 465-477, 2013.
- BULLA, F.; VILLATE, G.; ZÁRATE, M. **Hacia la creación del programa Universidad promotora de la salud desde la alimentación y nutrición en la Universidad Nacional de Colombia, Sede Bogotá**. Rev. de la Facultad de Medicina, v. 59, n.1, p. 67-76, 2011.
- CALA, M. L. P. **Universidades Saludables: los jóvenes y la salud**. Archivos de Medicina. V. 12, n 2, 2012.
- CALVETTI, P. U., FIGHERA, J., MULLER, M. C., & POLI, M. C. **Psicologia da saúde e qualidade de vida: pesquisas e intervenções em psicologia clínica**. Mudanças: psicologia da saúde, V. 14, n. 1, 2006.
- CERCHIARI, E. A. N. **Saúde Mental e Qualidade de Vida em estudantes universitários**. 2004. 283 f. Tese (Doutorado em Ciências Médicas) – Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2004.
- CHAVES, E. C. L.; IUNES, D. H.; MOURA, C. C.; CARVALHO, L. C.; SILVA, A. M.; CARVALHO, E. C. **Ansiedade e espiritualidade em estudantes universitários: um estudo transversal**. Revista Brasileira de Enfermagem, v. 68, n. 3, 504-509, 2015.
- CHERRYL, M.; D’AFFITTI, J. **Reconsidering Community-Based Health Promotion: Promise, Performance, and Potential**. American Journal of Public Health, v. 93, n. 4, p. 557–574, 2003.
- COPETTI, J. **Barreiras à prática de atividades físicas em adolescentes da cidade de Pelotas, RS**. Dissertação de Mestrado. Universidade Federal de Pelotas. Rio Grande do Sul, 2009.
- COSTA, S. E.; LEAL, I. **Um olhar sobre a saúde psicológica dos estudantes do ensino superior – avaliar para intervir**. Actas do 7º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde. 2008, Porto: Universidade do Porto. 2008.
- ELIAS, C. S. et al. **Quando chega o fim? Uma revisão narrativa sobre terminalidade do período escolar para alunos deficientes mentais**. SMAD: Revista Electrónica en Salud Mental, Alcohol y Drogas, v. 8, n. 1, p. 48-53, 2012.

FARIA, Y. O.; GANDOLFI, L.; MOURA, L. B. A. **Prevalência de comportamento de risco em adulto jovem e universitário.** Acta Paul Enferm, v. 27, n. 6, p. 591-5, 2014.

FLECK, M. P. **Problemas conceituais em qualidade de vida.** A avaliação de qualidade de vida: guia para profissionais da saúde. Porto Alegre: Artmed. 2008.

GARCIA, Leila Posenato; FREITAS, Lúcia Rolim Santana de. **Consumo abusivo de álcool no Brasil: resultados da Pesquisa Nacional de Saúde 2013.** Epidemiol. Serv. Saúde, Brasília, v. 24, n.2, p. 227-237, Jun 2015.

GRANADOS, M. C.; ALBA, L. H.; BECERRA, N. A. **La Pontificia Universidad Javeriana como un escenario para la promoción de la salud.** Univ. Med. Bogotá, v. 50, n. 2, p. 184-193, 2009.

GUEDES, D.P.; TEIXEIRA, M.; **Equivalências semântica e conceitual da versão em português do National College Health Assessment II.** Cad Saúde Pú, 28(4): 806-10, 2012.

HERAUD, S. B. **Universidades saludables: una apuesta a una formación integral del estudiante.** Revista de Psicología, v. 31, n. 2, 2013.

IAOCHITE, R. T.; COSTA FILHO, R.A.; FERNANDES, M. M.; PARENTE, T. (ORG.). **Teoria Social Cognitiva e Educação Física: Diálogos com a Prática.** 1. ed. São Paulo: CREF4-SP, 2018.

MAIA, A.; ELIAS, A.; AZEVEDO, V.; SAMORINHA, A. C.; FERREIRA, A. S. **Desafios e oportunidades de promoção da saúde no Campus Universitário.** In: PEREIRA, A. S.; CASTANHEIRA, H.; MELO, A. C.; FERREIRA, A. I.; VAGOS, P. Apoio Psicológico no Ensino Superior Modelos e Práticas. Anais. Maio de 2010.

MARCONDELLI, P.; COSTA, T. H. M.; SCHMITZ, B. A. S. **Nível de atividade física e hábitos alimentares de universitários do 3º ao 5º semestre da área da saúde.** Revista de Nutrição. Campinas, 21(1): 39-47, jan./fev., 2008.

MARTINS, A.; PACHECO, A.; JESUS, S. N. **Estilos de vida de estudantes do ensino superior.** Mudanças, 16(2), 100-105, 2008.

MATSUDO, S. M.; MATSUDO, V. R.; ARAÚJO, T.; ANDRADE, D.; ANDRADE, E.; OLIVEIRA, L. e BRAGGION, G. **Nível de atividade física da população do Estado de São Paulo: análise de acordo com o gênero, idade, nível socioeconômico, distribuição geográfica e de conhecimento.** Revista Brasileira de Ciência e Movimento. Brasília, 10(4): 41-50, out., 2002.

MELLO, A. L. S. F.; MOYSÉS, S. T.; MOYSÉS, S. J. **A universidade promotora de saúde e as mudanças na formação profissional.** Interface - Comunicação, Saúde, Educação, Botucatu, v.14, n.34, p.683-692, 2010.

MUÑOZ M, CABIESES B. **Universidades y promoción de la salud: ¿cómo alcanzar el punto de encuentro?** Rev Panam Salud Pública, v. 24, n. 2, p. 139–146, 2008.

NERI, A. L. **Teorias psicológicas do envelhecimento: Percurso histórico e teorias atuais.** In E. V. FREITAS, L. PY, F. A. X. CANÇADO, J. DOLL & M. L. GORZONI. Tratado de geriatria e gerontologia (2ª ed., pp.58-75). Rio de Janeiro: Guanabara Koogan. 2006.

OLEGARIO, N. B. C. **Universidade promotora de saúde: percepção do adolescente acadêmico.** Fortaleza, 63 f, 2014. Dissertação (Mestrado em Saúde Coletiva) - Universidade de Fortaleza, 2014.

OLIVEIRA, C. S. **A Universidade Promotora da Saúde: uma revisão de literatura.** Salvador, 72 f. 2017. Dissertação (Mestrado em estudos interdisciplinares sobre a universidade) – Instituto de Humanidades, Artes e Ciências Professor Milton Santos, Universidade Federal da Bahia, 2017.

OLIVEIRA, J.A.C. **Qualidade de Vida em Estudantes Universitários de Educação Física.** Dissertação (Mestrado em Ciências Médicas) - Faculdade de Ciências Médicas da Unicamp. Campinas, 1999.

OMS. **Relatório Mundial da Saúde – Saúde mental: nova concepção, nova esperança.** Lisboa: Ministério da Saúde. 2002.

OMS. **World Health Organization. Health promotion glossary.** Geneva: WHO; 1998.

PAN, A. **The Mental Health and Well-Being of College Students in Cambodia.** Long Beach, 66 f. 2017. Tese (Doutorado em Educação) – Universidade Estadual da Califórnia, 2017.

PANG, J. S. L. **Contributors to wellness of university students.** Hong Kong, 209 ff. 2014. Tese (Doutorado em Filosofia) – Universidade Batista de Hong Kong, 2014.

PIOLLI, E.; SILVA, E. P.; HELOANI, J. R. **Plano nacional de educação, autonomia controlada e adoecimento do professor.** Cad. Cedes, v. 35, n. 97, p. 589-607, 2015.

RIBEIRO, J. L. **Introdução à psicologia da saúde.** Portugal: Quarteto. 2005.

RIBEIRO, J.L.P. **Adaptação de uma escala de avaliação da autoeficácia geral.** In L.S. Almeida e I.S.Ribeiro (Eds.), Avaliação Psicológica: Formas e contextos, p.163-176, 1995.

RICHARDSON, C. R. et al. **Increasing lifestyle physical activity in patients with depression or other serious mental illness.** Journal of Psychiatric Practice, v. 11, no. 6, p. 379-388, 2005.

RODRIGUES, M.C. **Condutas de saúde e sua relação com uso de álcool e outras drogas em estudantes universitários.** 2015. 89 f. Dissertação (Mestrado em Saúde mental) - Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2015.

ROTHER, Edna Terezinha. **Revisão sistemática X revisão narrativa.** Acta paul. enferm., São Paulo, v.20, n.2, p. v-vi, Jun 2007.

SANTROCK, J.W. **Adolescência.** Rio de Janeiro: LTC; 2001.

SILVA, R. R. **O perfil de saúde de estudantes universitários: Um estudo sob o enfoque da psicologia da saúde.** 2010. 90 f. Dissertação (mestrado em Psicologia) - Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, 2010.

SOARES, A. M.; PEREIRA, A. M. S.; CANAVARRO, J. M. A. P. **Promoção da Saúde nas Instituições de Ensino Superior Portuguesas: Reflexões e Desafios.** Revista Portuguesa de Pedagogia. Ano 49-2, 2015.

STORRIE, K., AHERN, K., & TUCKETT, A. **A systematic review: Students with mental health problems a growing problem.** International Journal of Nursing Practice, V.16, n 1, p 16. 2010.

TELAMA, R.; NUPPONEN, H.; PIÉRON, M. **Physical activity among young people in the context of lifestyle**. European Physical Education Review, v. 11, no. 2, p. 115–137, 2005.

TEIXEIRA, M. A. P., CASTRO, G. D., & PICCOLO, L. R. **Adaptação à universidade em estudantes universitários: um estudo correlacional**. Interação em Psicologia, 11(2), 211-220, 2007.

TEIXEIRA, Marcio. **Comportamentos de risco para a saúde em universitários**. Tese (Doutorado) - Universidade Estadual de Londrina, Londrina, 2014.

TSOUROS, A.D. et al. **Health promoting universities: concepts, experience and framework for action**. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe, 1998.

VIANNA, M. F. P. **Promoção da saúde junto aos estudantes universitários: contribuições e possibilidades para a formação integral**. Porto Alegre, 63. Dissertação (Mestrado em Ensino na saúde) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul. 2014.

VOSGERAU, D. S. A. R., & ROMANOWSKI, J. P. **Estudos de revisão: implicações conceituais e metodológicas**. Revista de Diálogo Educacional. 2014.

WHOQOL-BREF. **Introduction, administration, scoring and generic version of the assessment**. Programme on mental health. 1996.