



ESTUDO COMPARATIVO DA QUALIDADE DE VIDA DOS DISCENTES DO 1º E 6º ANO DA FACULDADE DE MEDICINA DE CAMPOS EM RELAÇÃO AOS PILARES DE ESTILO DE VIDA

Maria Julia De Azevedo Barreira e Azevedo¹, Rachel Bittencourt Ribeiro Rodrigues¹, Mara Cruz Barreto Gimenes¹, Miguel de Lemos Neto²

¹ Acadêmicas da Faculdade de Medicina de Campos

² Professor do Departamento de Fisiologia e Farmacologia Médica na Faculdade de Medicina de Campos

INTRODUÇÃO

A Medicina dos Estilo de Vida (MEV) é uma solução para reduzir a morte e doenças evitáveis, com foco na gestão da saúde relacionada ao estilo de vida. Para isso, esta especialidade segue seis pilares principais: atividade física, alimentação, sono, controle do estresse, conexão social e evitação de substâncias perigosas. Hábitos diários saudáveis e comportamentos ligados ao estilo de vida são fundamentais para manter a saúde

OBJETIVOS

Analisar e comparar a qualidade de vida dos alunos do primeiro e sexto anos da Faculdade de Medicina de Campos (FMC), tomando como base os pilares do estilo de vida no primeiro semestre de 2023.

METODOLOGIA

Aprovado pelo Comitê de Ética CEP – Plataforma Brasil, CAAE: 64953122.6.0000.5244

Este é um estudo observacional transversal, que coletou dados através da aplicação do questionário baseado no Lifestyle Questionnaire adaptado para a língua portuguesa. Esse questionário tem por finalidade avaliar os seis pilares da MEV e tem 26 questões pontuadas de 0 a 4, onde foi realizada uma média para comparar a qualidade de vida dos 1º e 6º anos, nos quais a média de 85 a 100 pontos é classificada como excelente, 70 a 84 como muito bom, 55 a 69 como bom, 35 a 54 como regular e 0 a 34 como necessita melhorar.

CONCLUSÃO

Até este ponto do estudo, não foram observadas diferenças na qualidade de vida dos alunos entre o primeiro e o último ano do curso de medicina, onde a coleta de dados continua.

REFERÊNCIAS

1. Campaniello D, Corbo MR, Sinigaglia M, Speranza B, Racioppo A, Altieri C, et al. How diet and physical activity modulate gut Microbiota: Evidence, and perspectives. *Nutrients* [Internet]. 2022;14(12):2456. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.3390/nu14122456>
2. Lloyd-Jones DM, Allen NB, Anderson CAM, Black T, Brewer LC, Foraker RE, et al. Life's Essential 8: Updating and enhancing the American heart association's construct of cardiovascular health: A presidential advisory from the American Heart Association. *Circulation* [Internet]. 2022;146(5):e18-43. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1161/CIR.0000000000001078>
3. Rodriguez Añez CR, Reis RS, Petroski EL. Brazilian version of a lifestyle questionnaire: translation and validation for young adults. *Arq Bras Cardiol* [Internet]. 2008;91(2):92-8. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/s0066-782x2008001400006>
4. Lloyd-Jones DM, Hong Y, Labarthe D, Mozaffarian D, Appel LJ, Van Horn L, et al. Defining and setting national goals for cardiovascular health promotion and disease reduction: the American Heart Association's strategic Impact Goal through 2020 and beyond: The American Heart Association's strategic impact goal through 2020 and beyond. *Circulation* [Internet]. 2010;121(4):586-613. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1161/CIRCULATIONAHA.109.192703>

RESULTADOS

