

## Índice de dor musculoesquelética e avaliação de qualidade de vida em universitários no oeste do Pará

Musculoskeletal pain index and quality of life assessment in university students in western Pará

Índice de dolor musculoesquelético y evaluación de la calidad de vida en estudiantes universitarios en el oeste de Pará

Recebido: 26/11/2022 | Revisado: 05/12/2022 | Aceitado: 06/12/2022 | Publicado: 15/12/2022

**Andressa Letícia Ferreira Hora**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9737-3599>

Universidade do Estado do Pará, Brasil

E-mail: [andressa17hr@gmail.com](mailto:andressa17hr@gmail.com)

**Herman Ascensão Silva Nunes**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5349-9093>

Universidade do Estado do Pará, Brasil

E-mail: [hasn.herman@gmail.com](mailto:hasn.herman@gmail.com)

**Renata Pessoa Portela**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9556-0913>

Universidade do Estado do Pará, Brasil

E-mail: [renata.pessoa@uepa.br](mailto:renata.pessoa@uepa.br)

### Resumo

**Objetivo:** O objetivo deste estudo consiste em avaliar a influência das dores musculoesqueléticas e fatores sociodemográficos sobre a qualidade de vida de estudantes universitários. **Metodologia:** Este trabalho trata-se de uma pesquisa descritiva com corte transversal, quantitativa. A pesquisa foi realizada em uma Universidade Pública, no município de Santarém-PA, participaram 30 acadêmicos, pertencentes dos cursos de Fisioterapia e Medicina, os quais são estudantes da metodologia ativa e que estão definitivamente matriculados nos cursos de Medicina ou Fisioterapia e ativos nos cursos. A coleta será realizada fazendo uso de três questionários: Sociodemográfico modificado, Nórdico e WHOQOL-BREF. **Resultados:** Os estudantes de graduação da área da saúde foram investigados e este estudo apresentou um grande percentual de queixas musculoesqueléticas, onde os estudantes relatavam uma ou mais regiões do corpo com alguma queixa algica, sendo que as regiões em que houveram maior queixa de dor foram região da cabeça (2,55), pescoço-trapézio (2,48) e com destaque para região lombar (2,69). Em relação aos escores do questionário WHOQOL-BREF, a maioria se encaixa em regular com média variável (3,03 a 3,79), somente o escore DF (2,99) que necessita de uma melhora. **Considerações Finais:** A partir da pesquisa, é possível destacar que as dores musculoesqueléticas nas regiões de cabeça, pescoço-trapézio e lombar são as mais frequentes, e também as que apresentam maior intensidade algica. Crises algicas predisõem a uma menor qualidade de vida, assim, os acadêmicos da presente IES podem não alcançar a qualidade de vida esperada, enquanto buscam o sonho de uma formação universitária.

**Palavras-chave:** Fisioterapia; Dor musculoesquelética; Qualidade de vida.

### Abstract

**Objective:** The objective of this study is to evaluate the influence of musculoskeletal pain and sociodemographic factors on the quality of life of college students. **Methodology:** This is a descriptive, cross-sectional, quantitative research. The research was carried out in a Public University, in the city of Santarém-PA, 30 students participated, belonging to the courses of Physiotherapy and Medicine, which are students of the active methodology and who are definitely enrolled in the courses of Medicine or Physiotherapy and active in the courses. The collection will be carried out using three questionnaires: Modified Sociodemographic, Nordic and WHOQOL-BREF. **Results:** The health undergraduate students were investigated and this study showed a large percentage of musculoskeletal complaints, where students reported one or more body regions with some pain complaint, and the regions in which there were more pain complaints were head region (2.55), neck-trapezius (2.48) and with emphasis on the lumbar region (2.69). As for the WHOQOL-BREF questionnaire scores, most fit into the regular range with a variable average (3.03 to 3.79), with only the DF score (2.99) needing improvement. **Final Considerations:** From the research, it is possible to highlight that musculoskeletal pains in the head, neck, trapezius and lumbar regions are the most frequent, and also those with the highest pain intensity. Pain crises predispose to a lower quality of life, thus, the academics of the present HEI may not reach the expected quality of life, while pursuing the dream of a university education.

**Keywords:** Physiotherapy; Musculoskeletal pain; Quality of life.

## Resumen

**Objetivo:** El objetivo de este estudio es evaluar la influencia del dolor musculoesquelético y los factores sociodemográficos en la calidad de vida de los estudiantes universitarios. **Metodología:** Se trata de un estudio descriptivo, cuantitativo y transversal. La investigación fue realizada en una Universidad Pública, en la ciudad de Santarém-PA, participaron 30 estudiantes, pertenecientes a los cursos de Fisioterapia y Medicina, que son estudiantes de la metodología activa y que están definitivamente matriculados en los cursos de Medicina o Fisioterapia y activos en los cursos. La recogida se realizará mediante tres cuestionarios: Sociodemográfico modificado, nórdico y WHOQOL-BREF. **Resultados:** Los estudiantes de pregrado del área de la salud fueron investigados y este estudio mostró un gran porcentaje de quejas musculoesqueléticas, donde los estudiantes reportaron una o más regiones del cuerpo con alguna queja de dolor, y las regiones en las que hubo más quejas de dolor fueron la región de la cabeza (2,55), el cuello-trapecio (2,48) y con énfasis en la región lumbar (2,69). En cuanto a las puntuaciones del cuestionario WHOQOL-BREF, la mayoría se ajusta a lo regular con una media variable (3,03 a 3,79), sólo la puntuación DF (2,99) que necesita mejorar. **Consideraciones finales:** De la investigación se puede destacar que los dolores musculoesqueléticos en la cabeza, el cuello, el trapecio y la región lumbar son los más frecuentes, y también los de mayor intensidad de dolor. Las crisis dolorosas predisponen a una menor calidad de vida, por lo que los académicos de la actual IES pueden no alcanzar la calidad de vida esperada, mientras persiguen el sueño de una educación universitaria.

**Palabras clave:** Fisioterapia; Dolor musculoesquelético; Calidad de vida.

## 1. Introdução

A qualidade de vida é definida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) 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. Deve-se considerar que a qualidade de vida também está relacionada à segurança socioeconômica, ao bem-estar psicossocial e a saúde. Todos esses fatores são inter-relacionados e sua importância relativa difere de uma sociedade para outra e de pessoa para a pessoa. Tornando-se um grande desafio promover, avaliar e conhecer a real condição necessária para se ter uma boa qualidade de vida. (Paula & Cotrim, 2020).

O ingresso no ensino superior é um acontecimento significativo na vida do estudante, coincide com o período de grande desenvolvimento psicossocial marcado por um processo de transição complexo de transformações importantes incluindo mudança de rotina e afastamento do ambiente familiar. O período universitário é usualmente marcado pelo aumento do nível de estresse e mudanças no estilo de vida. Neste período, que coincide com o período de transição da adolescência para a vida adulta, os estudantes podem ser expostos a comportamentos e condutas pouco saudáveis e é também nesta fase da vida que alguns hábitos de estilo de vida serão incorporados (Alfieri et al, 2016).

As dores e alterações musculoesqueléticas vêm se tornando cada vez mais frequentes no ambiente ocupacional e acadêmico, podendo estar relacionado tanto aos hábitos de vida quanto as atividades desenvolvidas nestes espaços. Dentre os problemas de saúde relacionados à coluna vertebral, a dor nas costas é um agravo que vem acompanhando o ser humano desde o início dos tempos, acometendo a população de forma indistinta. A dor em geral apresenta uma estimativa de acometimento em 70% da população mundial, que em algum momento de suas vidas podem apresentar dor lombar. Dessa forma a estrutura da coluna vem sendo acometida principalmente pelo sedentarismo e má postura do indivíduo. A inatividade também é um fator bastante prejudicial ao nosso sistema muscular, podendo causar tanto instabilidade da coluna como dor (Gomes-Neto et al., 2016).

Alguns fatores podem ser predisponentes para a causa de dor e desconforto em universitários, como a carga incorreta que é transportada dos materiais acadêmicos, utilização de bolsas e mochilas inapropriadas, acúmulo de tarefas e jornada excessiva de horas para o cumprimento de atividades curriculares. Fatores intrínsecos, como hipotonicidade gerada por desuso muscular, fadiga local e o hábito de permanecer em posições por períodos prolongados também podem provocar processos algícos (Gomes-Neto et al., 2016).

Existem também fatores externos que contribuem para o surgimento de dores na coluna e outras articulações, como o sedentarismo associado ao estresse da vida moderna, o mobiliário inadequado utilizado pelo estudante, a exemplo as carteiras

que são confeccionadas sem oferecer conforto para sua utilização e a forma do estudante sentar-se no assento durante sua permanência na sala de aula, tornam-se fatores propícios para desencadear alguma disfunção nas articulações, aumentando a incidência de distúrbios musculoesqueléticos, podendo causar notáveis encurtamentos musculares. (Gomes-Neto et al., 2016).

Dessa forma, é necessária uma avaliação da incidência de fatores que desencadeiam ou potencializam o quadro algico em estudantes universitários. Dentro desse contexto o objetivo deste estudo consiste em avaliar a influência das dores musculoesqueléticas e fatores sociodemográficos sobre a qualidade de vida de estudantes universitários.

## 2. Metodologia

Este trabalho trata-se de uma pesquisa descritiva com corte transversal, quantitativa. O objetivo dos estudos de cortes transversal é obter dados fidedignos que ao final da pesquisa permitam elaborar conclusões confiáveis, robustas, além de gerar novas hipóteses que poderão ser investigadas com futuras pesquisas (Prodanov & Freitas, 2013).

A pesquisa foi realizada em uma Universidade Pública, no município de Santarém-PA, participaram 30 acadêmicos, pertencentes dos cursos de Fisioterapia e Medicina, os quais são estudantes da metodologia ativa e que estão definitivamente matriculados nos cursos de Medicina ou Fisioterapia e ativos nos cursos. A coleta será realizada fazendo uso de três questionários: Sociodemográfico modificado, Nórdico e WHOQOL-BREF. Os mesmos foram aplicados de forma virtual na plataforma do Google, chamada Google Forms sendo enviados via WhatsApp com o link direcionando à plataforma com os questionários. A pesquisa seguiu todos os preceitos da resolução CNS 466/12, obtendo aprovação no Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), da Universidade do Estado do Pará (UEPA) com número do parecer 5.038.660.

## 3. Resultados

Os estudantes de graduação da área da saúde foram investigados e este estudo apresentou um grande percentual de queixas musculoesquelética, onde os estudantes relatavam uma ou mais regiões do corpo com alguma queixa algica, dados que podem ser melhor observados nas tabelas abaixo.

**Tabela 1** - Distribuição de alunos por sexo.

Sexo	MÉDIA	DP	%
Masculino	0,38	0,49	38%
Feminino	0,62	0,49	62%

V = Variância, DP = Desvio Padrão. Fonte: Dados da Pesquisa.

Inicialmente, se realizou a aplicação dos questionários de forma virtual com uma amostra total de 30 universitários. A amostra dos alunos apresentou idade média de 20,6 anos e foi composta por 38% homens e 62% mulheres, conforme a Tabela 1 acima.

**Tabela 2** - Distribuição de alunos por curso da UEPA.

Curso	MÉDIA	DP	%
Medicina	0,41	0,50	41%
Fisioterapia	0,59	0,50	59%

V = Variância, DP = Desvio Padrão. Fonte: Dados da Pesquisa.

Em relação ao curso de graduação, que faz uso da metodologia ativa, 41% dos participantes, pertenciam ao curso de Medicina, enquanto 59%, pertenciam ao curso de Fisioterapia, descritos na Tabela 2 acima.

A respeito dos dados sócio-demográficos, 52% relataram residir em moradia própria, enquanto 31% residem apartamento alugado e 14% em casa alugada, 3% em outros tipos de moradia. Em relação ao acesso a internet, 100% afirmaram possuir acesso a internet. Para a prática de atividade física, 66% relataram realizar algum tipo de atividade física, enquanto 34% são sedentários. No quesito de existência de doenças pregressas, apenas 7% relataram possuir algum tipo de doença.

**Tabela 3** - Intensidade da dor nas duas últimas semanas dos alunos do curso de Fisioterapia e Medicina da UEPA, segundo o Questionário Nórdico

REGIÃO DO CORPO	MÉDIA	V	DP
<b>Cabeça</b>	<b>2,55</b>	<b>0,90</b>	<b>0,95</b>
<b>Pescoço-Trapézio</b>	<b>2,48</b>	<b>1,19</b>	<b>1,09</b>
Ombros	2,10	1,38	1,18
Antebraço	1,52	0,54	0,74
<b>Lombar</b>	<b>2,69</b>	<b>1,08</b>	<b>1,04</b>
Punhos- Mãos	1,45	0,40	0,63
Quadril- Coxas	1,41	0,54	0,73
Joelhos	1,79	0,88	0,94
Tornozelos – Pés	1,83	1,29	1,14

V = Variância, DP = Desvio Padrão. Fonte: Dados da Pesquisa.

Conforme exposto na Tabela 3, a intensidade do quadro algíco é dividida nas variáveis que correspondem as regiões corporais, sendo que as regiões em que houveram maior queixa de dor foram região da cabeça (2,55), pescoço-trapézio (2,48) e com destaque para região lombar (2,69).

**Tabela 4** - Frequência de dor nas duas últimas semanas dos alunos do curso de fisioterapia e medicina da UEPA, segundo o Questionário Nórdico.

REGIÃO DO CORPO	MÉDIA	V	DP
<b>Cabeça</b>	<b>2,72</b>	<b>0,99</b>	<b>1,00</b>
<b>Pescoço-Trapézio</b>	<b>3,03</b>	<b>1,18</b>	<b>1,09</b>
Ombros	2,41	1,68	1,30
Antebraço	1,72	0,85	0,92
<b>Lombar</b>	<b>3,28</b>	<b>0,92</b>	<b>0,96</b>
Punhos-Mãos	2,14	1,19	1,09
Quadril-Coxas	1,59	0,68	0,82
Joelhos	2,00	1,57	1,25
Tornozelos-Pés	2,10	1,45	1,21

V = Variância, DP = Desvio Padrão. Fonte: Dados da Pesquisa.

A Tabela 4, elucida a frequência do quadro algico nas duas últimas semanas, novamente as regiões de cabeça (2,72), pescoço-trapézio (3,03) e região lombar (3,28) foram relatados como as regiões que mais apresentaram episódios de desconforto algico.

**Tabela 5** - Distribuição dos alunos dos cursos de medicina e fisioterapia da UEPA, segundo as variáveis do questionário de qualidade de vida WHOQOL-BREF.

WHOQOL-BREF	MÉDIA	V	DP
Escore QVG	3,62	0,60	0,78
Escore SS	3,03	0,61	0,78
<b>Escore DF</b>	<b>2,99</b>	<b>0,19</b>	<b>0,43</b>
Escore DP	3,17	0,43	0,65
Escore RS	3,79	0,41	0,64
Escore MA	3,37	0,13	0,36

QVG = Qualidade de Vida Geral, SS = Satisfação com Saúde, DF = Domínio Físico, DP = Domínio Psicológico, RS = Relações Sociais, MA = Meio Ambiente, V = Variância, DP = Desvio Padrão. Fonte: Dados da Pesquisa.

A Tabela 5 apresenta os escores que o questionário WHOQOL-BREF delimita, ao total seis domínios. A classificação usando o questionário de qualidade de vida é realizada de acordo com a pontuação: necessita melhorar (1 até 2,9); regular (3 até 3,9); boa (4 até 4,9); muito boa (5). Ao total a maioria dos escores se encaixa em regular com média variável (3,03 a 3,79), somente o escore DF (2,99) que necessita de uma melhora, esta classificação está descrita no Quadro 1 abaixo.

**Quadro 1** - A classificação usando o questionário de qualidade de vida será realizada de acordo com a pontuação:

Escore Qualidade de Vida	
Necessita melhorar	1 até 2,9
Regular	3 até 3,9
Boa	4 até 4,9
Muito boa	5

A análise a ser realizada é de que quanto maior o escore, melhor a qualidade de vida. Fonte: UESC (2020).

#### 4. Discussão

A dor musculoesquelética (DME) é reconhecida como consequência do esforço repetitivo e distúrbios relacionados ao trabalho. Ossos, articulações e músculos se incluem na variedade de distúrbios relacionados a dor (Gomes-Neto et al.,). A dor pode ser de vários tipos como: aguda ou crônica, focal ou difusa (Moreira et al., 2020). A dor aguda surge de maneira repentina e tem como principal função a preservação do corpo e de sua integridade. Já quando a dor é persistente e recorrente é caracterizada como crônica pois acomete o corpo do indivíduo por um longo período de tempo (Miotto et al., 2022). Em um estudo realizado na Amazônia foi notificado que 62,5% da população do local sofrem de dores crônicas (Mota et al, 2020).

Algumas outras formas de DME são: tendinite, neuropatias, mialgias e fraturas. A dor lombar é a de maior prevalência (30 a 40%), em seguida vem a dor cervical e de ombro (15 a 30%, respectivamente) (Trindade et al., 2016). A coluna lombar sofre uma maior exigência muscular, principalmente os trabalhadores estivadores que trabalham com carregamento, transporte e levantamento de materiais, características principais da construção civil (Silva et al., 2020). Algumas medidas são tomadas

para existir a prevenção e minimização da ocorrência destes agravos. Torna-se necessário a readaptação dos locais de trabalho e a utilização de equipamentos, como cintas, para carregamentos de materiais de peso muito elevado (Pereira et al., 2015).

Muitos podem ser os fatores para DME, mas entre os principais estão os fatores comportamentais, socioculturais e ambientais. Fatores intrínsecos, tais como processo algico, podem levar a Síndrome do Descondicionamento Físico devido ao longo período de inatividade motora em uma mesma posição, geralmente ocasionada para evitar a dor, além da hipotonicidade gerada pelo desuso muscular e fadiga local (Pires et al., 2022).

Como fator extrínseco, o uso de mobiliários não confeccionados com base em medidas antropométricas, pode tornar-se um grande fator para desencadear alterações musculoesqueléticas e desconfortos globais. Assim como o sedentarismo e o estresse, e a forma do estudante sentar-se durante seu tempo em sala de aula tornam-se fatores propícios para desencadear alguma disfunção nas articulações, aumentando a ocorrência de distúrbios musculoesqueléticos, podendo causar notáveis encurtamentos musculares e desencadear a lombalgia e dores cervicais (Gomes-Neto et al., 2016).

Oliveira e Chisti (2020) relataram em seu trabalho que estudantes universitários apresentaram uma maior prevalência de alterações musculoesqueléticas nos últimos 7 dias a região inferior da costa (30,61%), isto está em consonância com os resultados da pesquisa, pois a região da coluna lombar é a área que receber maior descarga de peso na postura sentada, isso deve estar relacionado pelas várias horas que os universitários passam nessa posição estudando e pela postura inadequada adotada.

O estudo de Moraes et al. (2019) sobre a prevalência de DME entre os estudantes de graduação da área da saúde evidenciou que as alterações musculoesqueléticas afetam mais de uma região corporal, a região da coluna cervical (51,0%) e lombar (54,5%), seguidas pela região dos membros superiores (54,1%), destacando-se os ombros (40,4%), Oliveira e Chisti (2020) relatam que 34,68% dos alunos apresentam DME em mais de duas partes do corpo. Os resultados de ambos autores estão em consonância com os dados da presente pesquisa, na qual, os estudantes relatam que possuem queixa de dor em mais de um local, os locais mais acometidos foram a região lombar (3,28), ombro/trapézio (3,03), cabeça (2,72).

As dores nas costas e as alterações posturais se manifestam na infância e na adolescência, não só nos adultos. Um estudo transversal apontou que a ocorrência de dores musculoesqueléticas em duas ou mais áreas anatômicas é alta entre os jovens estudantes. Uma alta prevalência de dores nas costas também foi encontrada em um estudo com 887 estudantes adolescentes, que constatou que 66% dos avaliados experimentaram esse tipo de dor. Além disso, a dor nas costas foi significativamente maior nas meninas do que nos meninos (Langame et al., 2016). Outro fator é o uso inadequado das mochilas, por parte dos adolescentes, transportando cargas excessivas e de forma ineficiente, os submetem a sérios desvios posturais. Como forma de melhorar essa situação, vários autores recomendam usar apenas 10% do peso corporal nas mochilas para não a ver males futuros (Fonseca et al., 2016).

O acometimento de várias áreas por DME pode ser resultante de fatores externos como o mobiliário inadequado na qual os estudantes passam horas utilizando, a postura de flexão de tronco seguido de flexão da coluna cervical para ler e escrever durante as aulas, o excesso de peso que transportam nas suas mochilas como livros, notebook, cadernos, o estresse de deslocamento até a universidade. Tudo interfere para que ocorra alguma alteração nas partes corporais desses indivíduos no meio acadêmico, além disso o sedentarismo e o estresse são fatores que contribuem para o surgimento de distúrbios musculoesqueléticos, pois o corpo reflete o que o indivíduo sente (Oliveira et al., 2022).

Ferreira et al. (2021) mostrou resultados positivos relacionados a qualidade de vida dos estudantes, onde a média da qualidade de vida geral nos grupos estudados foi de 3,65 e esse resultado é próximo do que foi encontrado nessa pesquisa com uma média de 3,62. Os demais domínios apresentam resultados divergentes, o DF (Domínio Físico) (3,11) apresentado foi mais elevado que o da pesquisa atual com uma média de 2,99. Ferreira et al. (2021) diz que provavelmente essa diferença esteja relacionada com o tipo de metodologia de ensino que os estudantes estão inseridos, o uso de método de ensino e aprendizagem baseado em problemas, que incentiva o raciocínio clínico, tende a ser mais estressantes durante a graduação do que os métodos

de aulas expositivas. É uma via de mão dupla, uma vez que é necessário para estimular a aquisição de conhecimentos importantes, mas que traz consigo um excessivo estresse que pode interferir nesse processo, acaba gerando sobrecarga, aumentando assim as queixas de fadiga, cansaço, péssima qualidade sono, pouco repouso e quadros algícos intensos. Classificando assim o DF da pesquisa como necessita melhorar (1 até 2,9).

Os domínios SS (Satisfação com Saúde), DP (Domínio Psicológico), RS (Relações Sociais) MA (Meio Ambiente) se enquadram em regular (3 até 3,9) o mesmo é encontrado no trabalho de Ferreira et al. (2021), que faz a abrangência de diversas variáveis como satisfação com a saúde, autoestima, concentração, memória, o apoio social, apoio familiar, segurança, suporte financeiro, são causas que influenciam diretamente na vida desse estudante durante a graduação.

A Qualidade de vida é definida como a percepção do indivíduo de sua condição na vida, no contexto da cultura e sistema de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações. A fase acadêmica de formação é apontada como profundamente estressante. Outras investigações determinam que tempo demandado para os estudos, pressão para aprender, exigência de alto rendimento, volume de informações, falta de tempo para atividades sociais, contato com pessoas doentes e com morte são causas que podem conduzir ao aparecimento de sintomas depressivos entre os acadêmicos. (Bampi et al., 2013).

No cenário acadêmico, os estudantes de graduação da área da saúde, assim como os trabalhadores da saúde, também se expõem a fatores físicos e psíquicos, tanto na academia quanto na sua inserção no ambiente laboral, podendo desencadear a ocorrência de Dor Musculoesquelética (DME). Observam-se altas prevalências de DME, na literatura internacional (67,1%) e brasileira (87%), entre estudantes da área da saúde. (Morais et al., 2018).

Ademais, ao refletir sobre os aspectos relacionados ao estilo de vida dessa população, tais como carga horária extensa em sala de aula e prática, relação professor-aluno, falta de espaços de acolhimento e lazer, reduzindo tempo de sono, hábito alimentar insatisfatório, ausência de prática regular de atividade física, ansiedade constante pela cobrança do desempenho acadêmico, dentre outros, nota-se que o ambiente universitário pode não promover ou até mesmo, prejudicar a qualidade de vida. (Morais et al., 2019).

As condições sociodemográficas de um indivíduo interferem diretamente em sua qualidade de vida, principalmente quando analisamos quesitos socioeconômicos (Garbin et al. 2021; Ferreira et al., 2021). No presente estudo foi possível constatar que 45% dos participantes residem em moradia alugada, Viana et al. (2019) relatam que o ônus excessivo com aluguéis em cidades urbanas, são um dos fatores que interferem no déficit habitacional da população, fator que está diretamente ligado a qualidade de vida dos habitantes.

A condição socioeconômica de uma população ou indivíduo influencia decisivamente na qualidade de vida e nas condições de saúde, onde a maior parte das dores e das doenças acontece por conta das condições em que as pessoas nascem, vivem, trabalham e envelhecem. Esse conjunto é denominado “determinantes sociais da saúde”, um termo que resume os fatores sociais, econômicos, políticos, culturais e ambientais da saúde. (Carvalho, 2013).

A ONU considera o acesso a internet como parte integrante dos direitos humanos, pois considera uma forma de acesso a informação, contudo o acesso a internet também pode ser prejudicial, como o caso de nomofobia, ou vício em redes sociais, fatores que impactam e interferem na qualidade de vida de estudantes (Santos et al., 2021). 100% dos participantes do presente estudo relatam ter acesso a internet, é fundamental o uso da internet para atividades acadêmicas, inclusive permitindo a realização remota de atividades, contudo o presente estudo não pôde avaliar a qualidade do uso da internet e se de alguma forma ela impacta negativamente na qualidade de vida dos estudantes.

Na pesquisa 7% dos entrevistados da pesquisa relataram possuir alguma doença pregressa, não especificada. O processo saúde-doença está diretamente relacionado a qualidade de vida das estudantes, pois o método de aprendizado e rotinas exaustivas podem contribuir para o adoecimento dos estudantes, ou até o agravamento de doenças já existentes (Coêlho et al., 2018). Quando

o indivíduo que convive com alguma doença, principalmente aquelas que não possuem cura, pode interferir diretamente no seu bem-estar (Santos et al., 2021). Dessa forma é necessário que além do tratamento, seja realizado ações para aumentar a saúde e assim proporcionar melhor qualidade de vida, como por exemplo a realização de atividade física.

A prática de atividade física é algo altamente relacionado a qualidade de vida. Pois promove o aumento de força musculoesquelética, o que contribui para diminuir a ocorrência de DME, melhora a saúde cardiorrespiratória, aumento de propriocepção, diminui o estresse, melhora a qualidade do sono e ajuda diretamente no tratamento de doenças crônicas não transmissíveis (Menezes et al., 2020). 66% dos participantes relataram realizar algum tipo de atividade física, fator que contribui muito para qualidade de vida dos estudantes.

## 5. Considerações Finais

A prevalência de DME foi significativa nos estudantes de Fisioterapia e Medicina, onde os universitários apresentaram mais de uma região corporal afetada por quadro álgico (3,01). Logo eles estão suscetíveis a apresentar alterações musculoesqueléticas (DME), fator que está fortemente relacionado ao meio que estão inseridos e principalmente ao uso de metodologia ativa que a universidade utiliza, gerando distúrbios álgicos que interferem no seu rendimento acadêmico, relações sociais, lazer, sono, psicológico e proporcionando assim a diminuição na qualidade de vida dos estudantes.

A partir da pesquisa, é possível destacar que as dores musculoesqueléticas nas regiões de cabeça, pescoço-trapézio e lombar são as mais frequentes, e também as que apresentam maior intensidade álgica. Crises álgicas predisõem a uma menor qualidade de vida, assim, os acadêmicos da presente IES podem não alcançar a qualidade de vida esperada, enquanto buscam o sonho de uma formação universitária.

O presente trabalho evidenciou que o índice de qualidade de vida desses estudantes é regular (3 a 3,9), contudo, por mais que o escore seja regular, é ideal que os estudantes possam ter qualidade de vida, para assim desempenharem de forma melhor as suas atividades. Promover qualidade de vida para esses futuros profissionais de saúde vai influenciar diretamente na qualidade profissional e no processo de humanização, uma vez que o olhar deve ser completo para o indivíduo, objetivando alcançar uma recuperação adequada a partir de um ato mais humanizado.

Fatores sociodemográficos como tipo de moradia, acesso à internet e prática de atividade física, estão diretamente relacionados a qualidade de vida dos estudantes. Portanto, a colaboração da instituição para promover estratégias de manutenção da qualidade de vida desses estudantes, é uma alternativa plausível, já que o local que o estudante passa mais tempo é a universidade, o mesmo seria responsável por promover mais cuidados com os estudantes oferecendo mobiliário mais adequado e confortável, incentivo a prática desportiva, oficinas de diversas temáticas (artesanato, pintura).

A partir disso, o estudo impulsiona a busca por mais pesquisas com ênfase à qualidade de vida dos estudantes universitários. Visto que a dinâmica estudantil sofreu grandes impactos durante a pandemia da Covid-19, e nesse período qualidade de vida de toda a população foi afetada. Desta forma a Universidade poderá avaliar e trabalhar para proporcionar maior qualidade de vida aos estudantes.

## Referências

- Alfieri, F. M., de Oliveira, N. C., Santana, I. E. F. C., do Prado Ferreira, K. M., & Pedro, R. D. M. (2016). Prevalência de dor lombar em universitários da saúde e sua relação com estilo de vida e nível de atividade física. *CEP, 5858(001)*.
- Bampi, L. N. D. S., Baraldi, S., Guilhem, D., Araújo, M. P. D., & Campos, A. C. D. O. (2013). Qualidade de vida de estudantes de Medicina da Universidade de Brasília. *Revista Brasileira de Educação Médica, 37*, 217-225.
- Carvalho, A. D., & Fundação Oswaldo Cruz. (2013). Determinantes sociais, econômicos e ambientais da saúde. *Fundação Oswaldo Cruz. A saúde no Brasil em, 2030*, 19-38.

- Coêlho, P. D. L. P., Becker, S. G., Leocádio, M. A. S. C. L., Oliveira, M. L. C. D., Pereira, R. S. F., & Lopes, G. D. S. (2018). Processo saúde-doença e qualidade de vida do residente multiprofissional. *Rev. enferm. UFPE on line*, 3492-3499.
- Ferreira, B. C. S., Martins, S. S., Cavalcante, T. B., Junior, J. F. S., & da Silva Carneiro, S. C. (2021). Indicadores sociodemográficos e de saneamento e moradia na qualidade de vida de pessoas com estomia. *Estima—Brazilian Journal of Enterostomal Therapy*, 19.
- Ferreira, M. R., da Silva Marcelino, A., Monteiro, B. B. S., Torres, L. G. S., de Almeida, C. P., Bezerra, A. C. D. N. S., & Pereira, C. A. O. (2021). Análise das dores musculoesqueléticas, nível de estresse e qualidade de vida em acadêmicos de Enfermagem. *Revista CPAQV—Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida* | Vol, 13(2), 2.
- Fonseca, C. D., Candotti, C. T., Noll, M., Luz, A. M. H., Santos, A. C. D., & Corso, C. O. (2016). Prevalence of back pain among high school students in a municipality in southern Brazil. *Fisioterapia em Movimento*, 29, 137-146.
- Garbin, C. A. S., dos Santos, L. F. P., Garbin, A. J. S., Garbin, A. J. Í., Saliba, T. A., & Saliba, O. (2021). Fatores associados ao desenvolvimento de ansiedade e depressão em estudantes de Odontologia. *Revista da ABENO*, 21(1), 1086-1086.
- Gomes-Neto, M., Sampaio, G. S., & Santos, P. S. (2016). Frequência e fatores associados a dores musculoesqueléticas em estudantes universitários. *Revista Pesquisa em fisioterapia*, 6(1).
- Langame, A. P., Neto, J. A. C., Melo, L. N. B., Castelano, M. L., Cunha, M., & Ferreira, R. E. (2016). Qualidade de vida do estudante universitário e o rendimento acadêmico. *Revista Brasileira em Promoção da Saúde*, 29(3), 313-325.
- Menezes, G. R. S., da Silva, A. S., Silvério, L. C., & de Medeiros, A. C. T. (2020). Impacto da atividade física na qualidade de vida de idosos: uma revisão integrativa. *Brazilian Journal of Health Review*, 3(2), 2490-2498.
- Miotto, L. P., Souza, D. M. X. D., Gonçalves, A. M. D. S., Zerbetto, S. R., & Hortense, P. (2022). Dor crônica, ansiedade e sintomas depressivos em estudantes de Enfermagem em tempos de pandemia. *Escola Anna Nery*, 26.
- Morais, B. X., Dalmolin, G. D. L., Andolhe, R., Dullius, A. I. D. S., & Rocha, L. P. (2019). Dor musculoesquelética em estudantes de graduação da área da saúde: prevalência e fatores associados. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 53.
- Morais, M. L., Silva, V. K. O., & Silva, J. M. N. D. (2018). Prevalência e fatores associados a dor lombar em estudantes de fisioterapia. *BrJP*, 1, 241-247.
- Moreira, D., de Sá Silva, D., & Pozzatti, R. R. (2020). Impacto da dor musculoesquelética em pacientes com fibromialgia: estudo retrospectivo. *Brazilian Journal of Health Review*, 3(5), 14489-14496.
- Mota, P. H. D. S., Lima, T. A. D., Berach, F. R., & Schmitt, A. C. B. (2020). Impacto da dor musculoesquelética na incapacidade funcional. *Fisioterapia e Pesquisa*, 27, 85-92.
- Oliveira, L. M. D., & Chisti, L. A. (2020). Relação entre dor musculoesquelética e saúde física e mental dos estudantes. *UNITAU*.
- Oliveira, S. M., dos Santos, S. O., & Gouveia, S. S. V. (2022). Queixas musculoesqueléticas e nível de estresse relacionados aos hábitos de vida de universitários durante a pandemia. *Research, Society and Development*, 11(5).
- Paula, G. M., & Cotrim, T. P. (2020). A dor lombar como indicador de alteração na qualidade de vida no trabalho de docentes universitários: uma revisão da literatura. *Brazilian Journal of Development*, 6(10), 74905-74921.
- Paula, V. R. M., & Cotrim, T. P. (2020). A contribuição da sintomatologia músculo-esquelética na alteração da qualidade de vida no trabalho de docentes universitários: uma revisão da literatura. *Brazilian Journal of Development*, 6(10), 74953-74964.
- Pereira, C. C., Debiase, D. F., de Farias, J. M., Madeira, K., & Longen, W. C. (2015). Análise do risco ergonômico lombar de trabalhadores da construção civil através do método NIOSH. *Revista Produção Online*, 15(3), 914-924.
- Pires, F. O., Pontes-Silva, A., Mostarda, C. T., de Souza, S. A. R., de Jesus, S. F. C., & Dibai Filho, A. V. (2022). *Dor: abordagens biomédica e biopsicossocial*. Editora CRV.
- Prodanov, C. C., & De Freitas, E. C. (2013). *Metodologia do trabalho científico: métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico-2ª Edição*. Editora Feevale.
- Santos, I. B., da Silva, N. M., de Queiroz, T. D. R., do Nascimento, B. B., de Souza, L. R. V., Della Giustina, G. Z., ... & Maia, A. M. L. R. (2021). Aspectos clínicos e psicossociais na perspectiva de portadores da hemofilia: uma análise sobre o processo saúde-doença e qualidade de vida. *Research, Society and Development*, 10(12).
- Santos, K. H. C., da Silva Cruz, B., Cardoso, J. M. S., da Silva, M. L. G., Campos, N. B., da Cunha, V. M. C., ... & dos Santos Ferreira, M. (2021). Impacto do uso de smartphone na qualidade de vida e no risco para nomofobia. *Revista Brasileira de Qualidade de Vida*, 13.
- Silva, T., Oliveira, A. L., dos Santos, S. M., de Jesus Oliveira, T., Guimarães, L. S., Ferreira, A. M. R., ... & Ferreira, C. P. (2020). Qualidade de vida e prevalência de dor na região cervical em acadêmicos. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, (39).
- Trindade, A. P. N. T., de Almeida, G. R., Santos, A. C., & Oliveira, F. B. (2016). Prevalência de distúrbio osteomuscular e qualidade de vida em alunos do curso de fisioterapia. *Cinergis*, 17(4).
- UESC. (2020). Análise do WHOQOL-BREF. [https://convibra.org/congresso/res/uploads/pdf/artigo25432\\_20202841.pdf](https://convibra.org/congresso/res/uploads/pdf/artigo25432_20202841.pdf)
- Viana, R. M., de Souza, C. C. A., Franco, M. P. V., de Marilac Souza, L., & de Miranda-Ribeiro, A. (2019). Carências Habitacionais no Brasil e na América Latina: o papel do ônus excessivo com aluguel urbano/Housing needs in Brazil and Latin America: the role of the urban rental affordability stress. *Caderno de Geografia*, 29(56), 287-287.