

2^o Encontro Internacional

Saúde escolar



Os Estilos de vida dos Estudantes do 7^o ano de uma Escola Básica da Região do Tâmega e Sousa, durante a pandemia por COVID-19

Introdução

A adolescência traduz-se numa fase preponderante na vida de qualquer indivíduo, onde a autonomia, o desenvolvimento e a captação de valores, costumes e capacidades influenciam e determinam a identidade de cada um, implicando modificações nos diversos níveis (Ferreira, 2013). O SARS-CoV-2, ou pandemia por COVID-19, trouxe consigo um impacto evidente no quotidiano dos adolescentes, pondo-os à prova em vários domínios, promovendo e facilitando a mudança de comportamentos e de mentalidade, que podem conduzir esta faixa etária a comportamentos de risco e não saudáveis, que prejudicarão todo o seu desenvolvimento (DGS, 2021)

Lima, F.¹, Magalhães, C.², Silva, M.¹, Costa, F. ¹
¹Licenciados em Enfermagem pela ESSVS – CESPU
²Diretora da Escola Superior de Enfermagem do Tâmega e Sousa - CESPU.



Metodologia

Como metodologia, impera o método exploratório e descritivo, realizado numa população de 99 estudantes, pertencentes ao 7^o ano de uma escola EB 2,3, da região do Tâmega e Sousa. Os dados foram recolhidos através do *Fantastic Life Assessment*, da autoria de Silva, Amado e Brito, (2014), que avalia os Estilos de Vida em 10 domínios.

Objetivo

Caracterizar os Estilos de Vida dos adolescentes de uma escola básica da região do Tâmega e Sousa no período da pandemia.

Resultados e Discussão

De acordo com a classificação nominal preconizada pelos autores do *Fantastic Life Assessment*, a população de adolescentes estudada possui um estilo de vida "Muito bom", com um valor médio de 93,91.

A fragilidade apresentada em cada um destes domínios, traduz-se em alterações nos níveis de otimismo e positividade, havendo um aumento de sentimentos ligados à tristeza, depressão e ansiedade e numa dificuldade de gestão do stress.

No que ao score dos comportamentos de saúde e sexuais diz respeito, verificamos que é o que apresenta valores mais baixos (2,78). Este resultado deve merecer a atenção dos profissionais de saúde, pois na adolescência ocorrem diversas alterações e descobertas ligadas a este domínio, impostas pelas alterações a nível físico, hormonal e psicológico (Ferreira & Torgal, 2010; Coelho, 2019).

Estilos de Vida por Categorias

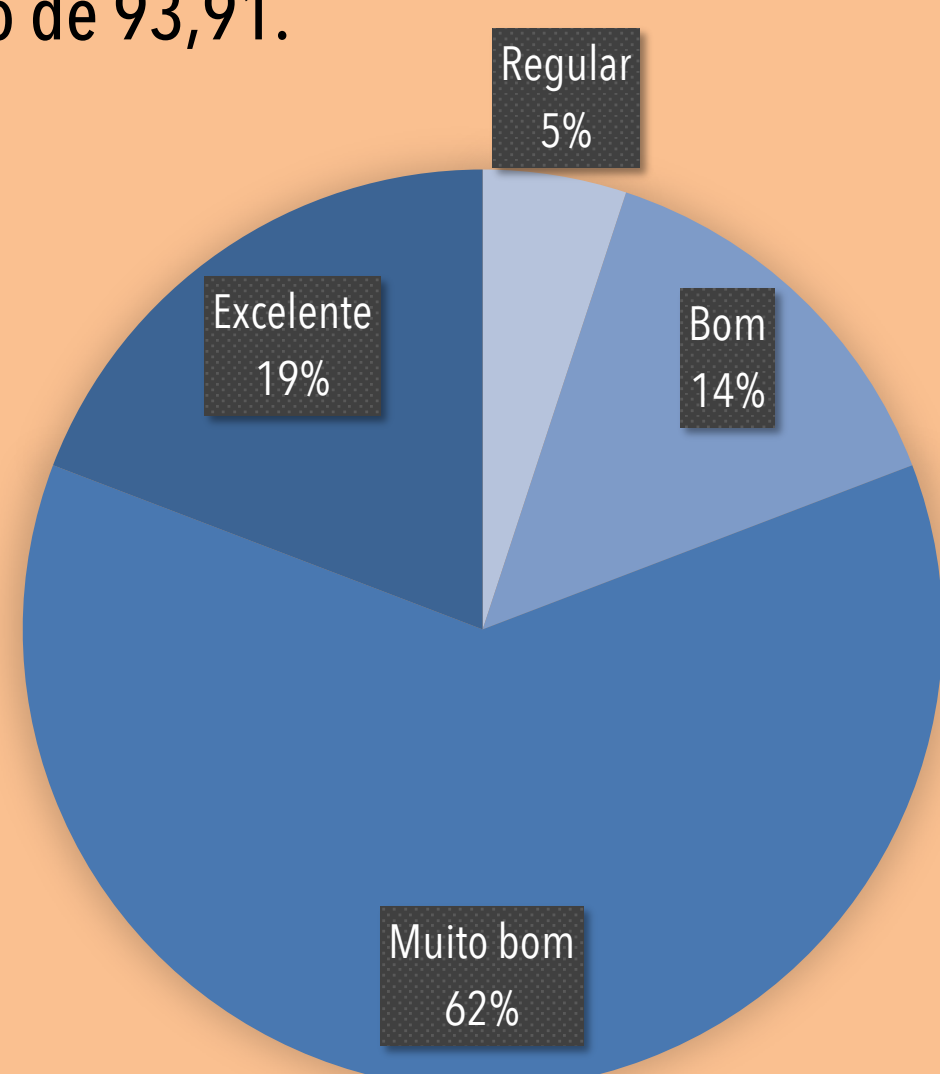


Gráfico 1. Classificação Global dos Estilos de Vida

Não obstante da classificação resultante no conjunto dos 12 domínios de Estilos de Vida estudados, existem domínios, conforme se pode observar na Tabela 1, nomeadamente os relacionados com os comportamentos sexuais, as relações interpessoais entre a família e amigos e a introspeção e tipo de personalidade, que pela cotação obtida carecem de uma intervenção por parte dos profissionais de saúde, por forma a aumentar o seu score.

Tabela 1. Scores de cada domínio dos Estilos de Vida

Domínios	Média	Minimo	Máximo	Desvio-padrão
Família e Amigos	3,48	0	4	1,034
Atv. Física e Associativismo	4,09	0	6	1,286
Nutrição	4,15	1	6	1,034
Tabaco	3,92	2	4	0,369
Álcool e outras drogas	11,65	6	12	0,884
Sono e Stress	4,59	0	6	1,385
Trabalho e tipo de Personalidade	4,13	0	6	1,489
Introspeção	4,48	0	6	1,508
Comportamentos de Saúde Sexuais	2,78	0	6	1,805
Outros comportamentos	3,69	1	4	0,723
Score Fantastic Life	93,91	54	120	12,17

Conclusão

Nos adolescentes estudados, o domínio dos comportamentos sexuais e de saúde e os domínios relacionados com o tipo de personalidade, introspeção e stress são os que apresentam valores médio mais baixos, o que pode impactar a sua saúde mental e culminar na adoção de comportamentos de risco. Face aos resultados, considera-se pertinente intervir no sentido de promover a adoção de estilos de vida que possam promover a saúde dos adolescentes.

Bibliografia

- Coelho, D. (2020). Estilos de vida dos estudantes do 5^o ano de uma Escola básica da região do Vale do Tâmega e Sousa Ferreira. Trabalho final de conclusão do Curso de Licenciatura em Enfermagem, Escola Superior de Saúde do Vale do Sousa, Departamento de Ciências da Saúde.
- Torgal (2011). Estilos de vida na adolescência: comportamento sexual dos adolescentes portugueses. Revista da Escola de Enfermagem da USP, 45, 589- 595.
- Silva, A. M. M., Brito, I. D. S., & Amado, J. M. D. C. (2014). Tradução, adaptação e validação do questionário *Fantastic Lifestyle Assessment* em estudantes do ensino superior. *Ciência & Saúde Coletiva*, 19, 1901-1909.
- Lima, F. (2022). Os Estilos de Vida dos estudantes do 7^o ano de uma Escola Básica da Região do Tâmega e Sousa, durante a pandemia por COVID-19. Trabalho final de conclusão do Curso de Licenciatura em Enfermagem, Escola Superior de Saúde do Vale do Sousa, Departamento de Ciências da Saúde.
- Ferreira, M. (2013). Consumo de substâncias, estilos de vida ativos e a saúde dos adolescentes portugueses (Tese de Doutoramento, Universidade de Lisboa).
- Direção Geral de Saúde - Task Force de Ciências Comportamentais. (2022). Policy Brief N^o1 - Contexto Escolar e COVID-19.