

ESTUDO DO PERFIL ESTILO DE VIDA INDIVIDUAL DE ESTUDANTES DE PROEJA E SUA ASSOCIAÇÃO COM CARACTERÍSTICAS PESSOAIS E SOCIOECONOMICAS

MARTINS, Roseli de Souza¹
MARTINS, Guilherme Henrique²
PRATES, Maria Eloiza Fiorese³

RESUMO:

Introdução: Saúde, qualidade e estilo de vida tem sido alvo de pesquisas nos mais diversos ambientes, inclusive o escolar. Neste contexto, o estilo de vida de estudantes das mais diversas modalidades devem ser observados, para se diagnosticar a rotina dos mesmos e suas características. **Objetivo:** o objetivo deste estudo descritivo-exploratório foi analisar o perfil de estilo de vida individual de estudantes de ensino médio participantes do Programa Nacional de Integração da Educação Profissional com a Educação Básica na Modalidade EJA, de uma instituição de ensino pública do noroeste do Paraná. **Métodos:** Os sujeitos foram avaliados através de dois instrumentos, após terem sua participação solicitada e consentida. Para identificar o estilo de vida, utilizou-se o Questionário de Perfil de Individual de Estilo de vida e o Critério de Classificação Econômica do Brasil para determinar o perfil socioeconômico. Para a análise estatística dos dados foi utilizada estatística descritiva (mediana, frequência absoluta e relativa), o teste de normalidade Kolmogorov-Smirnov e o teste de associação Qui-Quadrado. O nível de significância adotado foi de $p \leq 0,05$. **Resultados:** Os resultados indicaram que não houve diferenças significativas, o que demonstra que as variáveis sócio-demográficas e níveis socioeconômicos, para este grupo, não interferem diretamente nos hábitos adotados nos diferentes componentes de estilo de vida estudados; Dos componentes avaliados, o relacionamento foi o melhor observado, enquanto que o comportamento preventivo, o pior. **Conclusões:** De modo geral, o estilo de vida dos estudantes do PROEJA necessita de auxílio de profissionais de saúde especializados, principalmente no que diz respeito a comportamento preventivo.

PALAVRAS-CHAVE: estilo de vida. saúde. adulto jovem.

STUDY OF INDIVIDUAL LIFESTYLE PROFILE OF PROEJA STUDENTS AND THEIR ASSOCIATION WITH PERSONAL AND SOCIO-ECONOMIC CHARACTERISTICS

ABSTRACT:

Introduction: Health, quality and style of life has been the subject of research in many different environments, including the school. In this context, the life style of life of students from different modalities should be observed, aa routine to diagnose them and their characteristics. **Objective:** The objective of this descriptive exploratory study was to analyze the lifestyle of individual high school students participating in the National Program for Integration of Professional Education with Basic Education in adult education mode, a public educational institution of northwestern Paraná . **Methods:** The subjects were assessed using two instruments, having requested and consented to their participation. To identify the lifestyle, we used the Profile Questionnaire for Individual Lifestyle and Economic Classification Criterion of Brazil to determine the socioeconomic profile. For statistical analysis we used descriptive statistics (median, absolute and relative frequency), the normality test Kolmogorov-Smirnov test and chi-square association. The level of significance was $p \leq 0.05$. **Results:** Results showed no significant differences, demonstrating that the socio-demographic and socioeconomic levels for this group, do not interfere directly in the habits adopted in the various lifestyle components studied; Of the components analyzed, the relationship was the best observed, whereas the preventive behavior, the worst. **Conclusions:** In general, the lifestyle of students PROEJA need help of skilled health professionals, particularly with regard to preventive behavior.

KEYWORDS: life style. health. young adult.

1. INTRODUÇÃO

A educação é um processo em constante transformação, graças a sua necessidade de maleabilidade perante as constantes mudanças da sociedade. Diante disto, ações de avanços e recuos nas práticas pedagógicas instituídas pelas mais diversas leis e normativas educacionais norteiam a o cenário educacional nacional. As escolas a fim de adaptar-se as mudanças e os avanços pedagógicos, têm de fornecer à conjuntura social ao qual está inserida, alunos cidadãos e preparados para o mercado de trabalho.

Neste contexto foi instituído pelo governo brasileiro o Programa de Integração da Educação Profissional à Educação Básica na modalidade de Educação de Jovens e Adultos (PROEJA). Este programa – e não uma modalidade de ensino como a Educação de Jovens e Adultos (EJA), visa unir a educação profissionalizante à EJA, ou seja, é uma proposta para um público de jovens e adultos que deseja ao mesmo tempo retomar os estudos e profissionalizar-se para o mercado de trabalho.

O PROEJA, criado pelo decreto presidencial 5.840 de 13 de julho de 2006, delinea-se como uma proposta de educação profissionalizante concomitante à educação básica, em nível de Ensino Médio. O PROEJA foi apresentado, desta maneira, como um programa governamental que pretende transformar-se em política pública inovadora e de caráter estratégico para a redução das desigualdades sociais e fortalecimento da cidadania na sociedade brasileira, mediante ações voltadas para a elevação dos níveis de escolarização e profissionalização da população, sobretudo do amplo contingente da população de jovens e adultos que em sua idade correspondente não concluiu a educação básica. (BRASIL, 2007).

¹ Pedagoga. Especialista em PROEJA, Universidade Tecnológica Federal do Paraná – *Campus* Campo Mourão, Campo Mourão, Paraná, Brasil.

² Acadêmico de Medicina, Universidade José do Rosário Vellano – *Campus* Alfenas, Alfenas, Paraná, Brasil. E-mail: ghenriquemartins@hotmail.com

³ Licenciada em Educação Física. Doutoranda em Educação Física (UEM), Mestre em Educação Física (UFSC), Docente do Curso de Especialização em PROEJA, Universidade Tecnológica Federal do Paraná – *Campus* Campo Mourão, Campo Mourão, Paraná, Brasil.

Com a retomada as atividades escolares – proposta do PROEJA, por muitas vezes depois de muitos anos, o estudante é posto diante de uma nova rotina. Ainda é necessário salientar os processos de vida pessoal e profissional que já estão em andamento para um adulto e/ou jovem, fazendo-se necessária uma análise do novo estilo de vida ao qual o aluno é submetido. Fatores como o trabalho e a família, para Franzoi *et al* (2010) e Santos (2003), são agentes modificadores que influenciam no decorrer das atividades pedagógicas dos estudantes, aliadas a sua rotina diária e deste modo passíveis de análise.

Sendo assim, a partir do momento que o indivíduo muda sua rotina diária em função dos estudos, consequentemente seus hábitos de vida poderão se modificar ao longo do tempo de modo a afetar sua produtividade acadêmica. De acordo com Catunda e Ruiz (2008), o aluno submetido a uma nova rotina de estudos vivencia sentimentos diversos, sobre perspectivas diversas no ambiente escolar, o que pode estar relacionado com o fato de a população ser de estudantes-trabalhadores, como no caso do PROEJA.

Neste contexto, o conceito de saúde é alocado na discussão. Conforme a Organização Mundial de Saúde (WHO, 2005, p. 01), saúde é tida como “um estado completo de bem-estar físico, mental e social, que não consiste apenas na ausência de doença ou de enfermidade” e por sua abrangência científica é alvo de preocupação na comunidade de pesquisa. Tal preocupação é justificada pelo estilo de vida moderno, baseado em situações cotidianas de descompromisso com a saúde individual, conceitos estes abordados, por conseguinte.

Diretamente proporcional ao conceito de saúde, o de qualidade de vida é empregado para “expressar” o grau de plenitude desta condição. Nestas condições, qualidade de vida é um termo que vem sendo a cada dia mais, empregado no intuito de expressar o resultado de maneiras e categorias de se viver, em meio urbano ou rural, nos últimos tempos. Mais recentemente vem sendo utilizado, também, para descrever situações em que, sob diversas ópticas, procuram se criar condições que agreguem valor a vida das pessoas (RUIZ, 2005).

No século XX e XXI, o conceito de qualidade de vida tem tomado patamares mais abrangentes, como uma evolução de conceitos. Wilhelm (1978) conceitua qualidade de vida como uma sensação, resultante de características de bem-estar individual. Na contemporaneidade, a multidisciplinaridade e transversalidade, são as prerrogativas para a construção de um conceito mais aceitável. Com isto, proporcionam a qualidade de vida uma abordagem diversa e mais realista.

A luz dos conceitos supracitados, qualidade de vida pode ser delineada como a expressão das condições de vida de um único indivíduo ou de um grupo de pessoas. Envolve o bem físico, mental, psicológico e emocional, além de relacionamentos sociais entre esferas de amizade e sentimentos para com a família e amigos. Qualidade de vida engloba também a saúde clínica, educação, poder de capital e circunstâncias afins da vida.

Em equiparação ao conceito de qualidade de vida, e em consonância com o de saúde, Lopes & Pires Neto (2001), dissertam que o estilo de vida “está ligado diretamente ao conceito moderno de saúde (...), preocupado com a qualidade de vida, com a integridade psico-corporal, com preocupações na condução de uma vida saudável” (LOPES; PIRES NETO, 2001, p.07) ou seja, retoma a ideia de hábitos e rotinas na composição da saúde do indivíduo.

Neste contexto, o estilo de vida representa então o reflexo das atividades cotidianas e da rotina de cada indivíduo.

o estilo de vida representa o conjunto de ações cotidianas que reflete as atividades e valores das pessoas. Estes hábitos e ações conscientes estão associados a percepção de Qualidade de Vida do indivíduo. Os componentes do estilo de vida podem mudar ao longo dos anos, mas isso só acontece se a pessoa conscientemente enxergar algum valor em algum comportamento que estilo de vida incluir ou excluir, além de perceber-se capaz de realizar as mudanças pretendidas. (NAHAS, 2001, p. 263)

Logo os maiores riscos para a saúde e o bem-estar advêm do próprio comportamento individual, resultante tanto da informação e do interesse pessoal, como também do contexto sociocultural ao qual está inserido. Tem-se então que os indicadores de qualidade de vida de cada um resultam em seu estilo de vida, se saudável, satisfatório ou não, construindo o perfil individual de cada pessoa.

Para efeitos deste estudo, qualidade de vida será considerada como “a condição humana resultante de um conjunto de parâmetros individuais e socioambientais, modificáveis ou não, que caracterizam as condições que vivem o ser humano” (NAHAS, 2001, p.05). Com isto, o conceito de estilo de vida será o de “conjunto de ações habituais que refletem as atitudes, os valores e as oportunidades na vida das pessoas.” (NAHAS, 2001, p.11).

Muito se discute acerca do estilo de vida individual em estudantes, em pesquisas como o de Santos e Venâncio (2006) e Martins *et al* (2012), que analisaram o estilo de vida de estudantes universitários, o de Catunda e Ruiz (2008), que mediram o mesmo em estudantes de diversos cursos superiores e o de Padilha *et al* (2009), com estudantes de ensino médio de escolas públicas. Todavia, nos estudos citados e na literatura especializada não se encontram estudos com a população proposta, ou seja, estudantes da modalidade de ensino para jovens e adultos e, mais especialmente, que estejam cursando ensino profissionalizante concomitantemente, justificando-se assim, a realização da pesquisa aqui descrita.

Deste modo, objetiva-se com este estudo analisar o perfil de estilo de vida individual de adultos jovens estudantes de ensino médio participantes do PROEJA de uma instituição de ensino pública do noroeste do Paraná, além de averiguar a correlação dele com características pessoais e socioeconômicas.

Face às considerações anteriores, este estudo busca responder as seguintes questões: qual o nível de estilo de vida entre estudantes do PROEJA? Qual é a situação socioeconômica dos estudantes do PROEJA? Os estudantes de PROEJA diferem em seu nível de estilo de vida, considerando-se diferentes faixas-etárias, gênero, estado civil, o exercício de atividade remunerada e classe social? Com isto, tem-se que o objetivo geral do estudo foi de analisar o perfil de estilo de vida individual de estudantes do curso técnico da modalidade PROEJA de um município da região noroeste do Paraná e associá-los a características pessoais e socioeconômicas.

2. METODOLOGIA

2.1 PARTICIPANTES DO ESTUDO

A população do estudo foi formada por 39 estudantes do PROEJA de um colégio público estadual região noroeste do Paraná. Cada grupo compôs-se de amostra heterogênea de estudantes: de gênero e idade aleatórios, de acordo com a turma.

2.2 INSTRUMENTOS DE MEDIDA

Previamente à aplicação de qualquer questionário, solicitou-se aos pesquisados sua permissão por meio do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, que continha dados sobre a pesquisa, compromisso ético dos pesquisadores e confidencialidade dos dados, bem como autorização para posterior divulgação.

Juntamente ao termo, foi aplicado o questionário de perfil de dados pessoais e socioeconômicos, com questões objetivas, composto por identificação de gênero, idade, estado civil, situação de trabalho e pelo Critério de Classificação Econômica do Brasil (ABEP, 2011). A classificação econômica proposta é dada com base em dois fatores de pontuação: a quantidade de itens/serviços possuídos pela família (televisão em cores, rádio, banheiro, automóvel, empregada mensalista, aparelho de DVD, geladeira e freezer) somados ao grau de instrução do chefe da família (analfabeto, até o primeiro ano do ensino fundamental I, ensino fundamental completo, ensino médio completo e ensino superior completo). Com base na pontuação proposta, as notas de corte - anteriormente tratadas com base em orientação da ABEP (2011), relacionam-se com as classes sociais: A1 (48 - 46), A2 (35 - 41), B1 (29 - 34), B2 (23 - 28), C1 (18 - 22), C2 (14 - 17), D (08 - 13) e E (00 - 07).

Para análise do estilo de vida, foi utilizado o questionário denominado Questionário de Perfil de Estilo de Vida Individual, indicado por Nahas (2001). A escala para o referido questionário foi validada por Both *et al* (2008). Utilizou-se deste para quantificar o nível de estilo de vida dos estudantes, o referido questionário com 15 (quinze) questões distribuídas nos chamados “componentes”: nutrição, atividade física, comportamento preventivo, relacionamentos e controle do estresse. Foi utilizada da seguinte escala de valores numéricos para correta mensuração:

(00) absolutamente não faz parte do seu estilo de vida;

(01) às vezes corresponde ao seu comportamento;

(02) quase sempre verdadeiro no seu comportamento;

(03) a afirmação é sempre verdadeira no seu dia a dia; faz parte do seu estilo de vida.

O valor de cada questão referia-se ao valor do item assinalado, ou seja, se o indivíduo assinalou 01 (um), a resposta vale 01 (um) ponto, seguindo a valoração: 00=00, 01=01, 02=02 e 03=03.

2.3 COLETA DE DADOS

A coleta de dados foi realizada pelos próprios pesquisadores (auto-relato), no segundo semestre letivo de 2011. Os questionários foram aplicados para todos os discentes participantes do estudo, de uma só vez, por turma, pelos próprios pesquisadores. O critério de inclusão amostral foi o completo preenchimento dos questionários.

2.4 ANÁLISE ESTATÍSTICA DOS DADOS

Para a análise estatística dos dados foi utilizada a estatística descritiva (mediana, frequência absoluta e relativa), o teste de Kolmogorov-Smirnov, para avaliar a normalidade dos dados e o teste de associação Qui-quadrado, para

verificar o nível de associação das características abordadas nos instrumentos. O nível de significância adotado foi de $p \leq 0,05$.

3. RESULTADOS

No que diz respeito à normalidade dos dados, para o teste de Kolmogorov-Smirnov ($p \leq 0,05$) os dados deste estudo foram considerados não normais.

3.1 CARACTERÍSTICAS POPULACIONAIS

Quanto às características gerais, percebeu-se que o grupo amostral foi constituído de 31% de estudantes do sexo masculino e 69% do sexo feminino. Os estudantes do grupo amostral possuem idade mediana de 27 anos. Em relação aos estado civil, 67% são “solteiros” e 33% são “casados”. Questionados sobre o exercício de função remunerada, 87% dos estudantes disseram que o fazem, e apenas 13% não. Quanto à classificação socioeconômica, não houve ocorrência de indivíduos das classes “A1”, “A2”, “B1” e “B2”. Neste contexto, 10% pertencem a classe “C1”, 38% a classe “C2”, 41% pertencem a classe “D” e 10% dos estudantes são pertencentes à classe “E”.

3.2 CARACTERÍSTICAS DO ESTILO DE VIDA

Através da Tabela 01, pode-se notar que os componentes nutrição, controle do estresse e atividade física tiveram medianas que correspondem a assertiva “às vezes corresponde com seu comportamento”. O componente comportamento preventivo obteve mediana zero, o que significa que para a maioria dos estudantes, hábitos de comportamento preventivo, “absolutamente não faz parte do seu estilo de vida”. Quanto ao componente relacionamentos, a mediana obtida corresponde a “quase sempre verdadeiro no seu comportamento”, o que evidencia o melhor resultado entre as medianas encontradas.

Tabela 01 – Medianas, valores mínimos e máximos obtidos de questões sobre o estilo de vida dos estudantes do grupo amostral (n=39).

Componentes de Estilo de Vida	Md	Mínimo	Máximo
Nutrição	1,0	0,0	3,0
Atividade física	1,0	0,0	3,0
Comportamento preventivo	0,0	0,0	3,0
Relacionamentos	2,0	0,0	3,0
Controle do Estresse	1,0	0,0	3,0

n – número de indivíduos; Md – mediana.

Pode-se perceber, de acordo com a Tabela 02, que majoritariamente, independente da variável estudada, o comportamento descrito pelos indivíduos reflete valores 0 ou 01, ou seja, respostas correspondentes a “absolutamente não faz parte do seu estilo de vida” e apenas “às vezes faz parte do seu estilo de vida”, tanto para a componente nutrição, quanto para a atividade física. Todavia, para a componente atividade física, nota-se uma maior distribuição entre as categorias de valores (“00 e 01” e “02 e 03”), em relação ao componente nutrição, não havendo diferença significativa entre as variáveis estudadas, o que reflete que as variáveis sócio-demográficas estudadas não na interferem nos componentes nutrição e atividade física.

Ainda na Tabela 02, para o componente comportamento preventivo, a maior porcentagem de incidência de respostas se deu na categoria “00 e 01”, bem como no componente controle do estresse, que pode ser visualizado na Tabela 02. Em contraponto, no componente relacionamentos, houve mais casos de valores “02 e 03”, que significa, respectivamente, os itens “quase sempre verdadeiro no seu comportamento” e “afirmação é sempre verdadeira no seu dia-a-dia; faz parte do seu estilo de vida”, o que representa independente da variável, um comportamento anômalo em relação aos demais componente na idade adulta jovem.

Tabela 02 – Frequências absolutas e relativas de variáveis pessoais e socioeconômicas em relação aos componentes de estilo de vida (n=39).

Variável	Componentes de Estilo de Vida (n=39)																			
	Nutrição		Atividade Física		Comportamento Preventivo		Relacionamentos		Controle do Estresse											
	Valores 00 e 01 (n=36)	Valores 02 e 03 (n=03)	Valores 00 e 01 (n=31)	Valores 02 e 03 (n=08)	Valores 00 e 01 (n=27)	Valores 02 e 03 (n=12)	Valores 00 e 01 (n=16)	Valores 02 e 03 (n=23)	Valores 00 e 01 (n=31)	Valores 02 e 03 (n=08)										
	f %	f %	f %	f %	f %	f %	f %	f %	f %	f %										
Faixa etária																				
17 a 25 anos	17	94,4	01	5,6	11	61,2	07	38,8	11	61,2	07	38,8	05	27,8	13	72,2	12	66,7	06	33,3
26 a 34 anos	19	90,5	02	9,5	16	76,2	05	23,8	16	76,2	05	23,8	11	52,4	10	47,6	19	90,5	02	9,5
Gênero																				
Feminino	24	88,9	03	11,1	17	63,0	10	37,0	17	63,0	10	37,0	10	37,0	17	63,0	20	74,0	07	26,0
Masculino	12	100,0	00	00,0	10	83,4	02	16,6	10	83,4	02	16,6	06	50,0	06	50,0	11	91,7	01	8,3
Estado Civil																				
Solteiro	17	85,0	03	15,0	15	75,0	05	25,0	15	75,0	05	25,0	10	50,0	10	50,0	18	90,0	02	10,0
Casado	19	100,0	00	00,0	12	63,1	07	37,0	12	63,1	07	37,0	06	31,6	13	68,4	13	68,5	06	31,5
Atividade Remunerada																				
Sim	32	94,2	02	5,8	23	67,7	11	32,3	23	67,7	11	32,3	14	41,1	20	58,9	27	79,5	07	20,5
Não	04	80,0	01	20,0	04	80,0	01	20,0	04	80,0	01	20,0	02	40,0	03	60,0	04	80,0	01	20,0
Classe Socioeconômica																				
C1	03	75,0	01	25,0	03	75,0	01	25,0	03	75,0	01	25,0	01	25,0	03	75,0	04	100,0	00	00,0
C2	14	93,4	01	6,6	11	73,4	04	26,6	11	73,4	04	26,6	08	53,4	07	46,6	10	66,7	05	33,3
D	15	93,8	01	6,2	11	68,8	05	31,2	11	68,8	05	31,2	06	37,5	10	62,5	13	81,3	03	18,7
E	04	100,0	00	00,0	02	50,0	02	50,0	02	50,0	02	50,0	01	25,0	03	75,0	04	100,0	00	00,0

f – frequência absoluta; % - frequência relativa; n – número de indivíduos.

De acordo com a Tabela 03, segundo o teste Qui-Quadrado ($p \leq 0,05$), não houve diferença significativa entre as variáveis de estilo de vida, e as características de idade, gênero e estado civil. Com isto, notou-se que não há diferença estatística entre as medianas dos pontos de corte de idade (faixa etária de 17 a 25 anos ou 26 a 34 anos), entre os sexos (masculino ou feminino) e estado civil (solteiro ou casado), caracterizando que estes perfis sócio demográficos parecem não interferir nos componentes de estilo de vida individual dos participantes do estudo.

Tabela 03 – Associação dos componentes de estilo de vida com a idade, gênero e estado civil dos estudantes do PROEJA (n=39).

Variáveis	Características										
	Faixa Etária			Gênero			Estado Civil				
	Md	x ²	P	Md	x ²	P	Md	x ²	P		
Componentes de Estilo de Vida	17 a 25 anos	26 a 34 anos		Feminili.	Masculili.		Solt	Casado			
Nutrição	2,0	1,0	8,72	0,18	2,0	1,5	0,68	2,0	1,0	4,82	0,18
Atividade física	2,0	1,5	3,07	0,79	2,0	1,7	0,62	1,0	1,5	1,17	0,76
Comportamento preventivo	1,5	2,0	6,42	0,37	2,0	2,0	0,55	1,0	1,5	1,66	0,64
Relacionamentos	1,5	2,0	4,14	0,65	2,0	4,1	0,25	2,0	1,0	5,03	0,17
Controle do Estresse	2,0	2,0	3,94	0,68	2,0	1,9	0,57	1,0	1,0	2,91	0,40

Diferença significativa pelo teste do Qui-Quadrado ($\chi^2 \leq 0,05$).
n – número de indivíduos; Md - mediana.

De acordo com a Tabela 04, levando-se em consideração os questionamentos do exercício ou não de atividade remunerada e as classes socioeconômicas, percebe-se que não há significância estatística, no que tange a comparação, entre as variáveis estudadas.

Tabela 04 – Associação dos componentes de estilo de vida com o exercício da atividade remunerada e classificação socioeconômica dos estudantes do PROEJA (n=39).

Variáveis	Características									
	Atividade Remunerada			Classe socioeconômica						
	Md	x ²	p	Md	x ²	p				
Componentes de Estilo de Vida	Sim	Não		C1	C2	D	E			
Nutrição	1,0	1,0	3,50	0,32	3,0	2,0	1,5	0,0	1,42	0,23
Atividade física	1,0	1,0	1,13	0,76	2,0	3,0	2,5	2,0	0,68	0,40
Comportamento preventivo	1,0	1,0	2,31	0,50	2,5	2,0	0,0	3,0	0,85	0,35
Relacionamentos	1,0	1,0	6,66	0,08	2,5	2,0	2,5	3,0	0,07	0,79
Controle do Estresse	1,0	1,0	2,23	0,52	3,0	3,0	0,0	3,0	0,09	0,75

Diferença significativa pelo teste do Qui-Quadrado ($\chi^2 \leq 0,05$).
n – número de indivíduos; Md - mediana.

4. DISCUSSÃO

4.1 CARACTERIZAÇÃO SÓCIO-DEMOGRÁFICA DOS GRUPOS PESQUISADOS

Os resultados obtidos sugerem que o grupo pesquisado é composto, em sua maioria por estudantes entre 26 e 34 anos (54%), classificados, em sua maioria como adultos jovens, um público essencialmente feminino (69%), trabalhador (87%), solteiro (52%) e com baixo poder de compra (classe D – 41%).

A fase do adulto jovem apresenta uma série de desafios que são únicos desse estágio da vida, no qual os estudantes são convidados a assumir diversas responsabilidades e a conviver com adversidades da vida em sociedade, em casa, no trabalho e na escola (PRATES, 2004). Com base nisso, observa-se os estudantes investigados abrangem uma população em plena fase produtiva da vida. Aliado ao trabalho esta a volta aos estudos em um curso técnico que acarreta em uma redução no tempo hábil pela saúde na vida. Deste modo, o desenvolvimento de doenças ocupacionais e fisicamente visíveis podem acometer o estudante.

Conforme Spindola (2008), mulheres atentam para a necessidade de profissionalização para o mercado de trabalho em maior proporção em relação aos homens, assim como foi evidenciado neste trabalho – pela predominância de ocorrência de indivíduos do gênero feminino. Com o supracitado, percebe-se que indivíduos do sexo feminino se posicionam privilegiadamente para o ingresso no ensino superior, após a conclusão do ensino médio. De acordo com Naiff e Naiff (2008), a busca pela profissionalização do sexo feminino se dá pela evidência do crescimento do mercado de trabalho especializado e da oportunidade de melhor remuneração financeira, o que pode ser observado como vantagem no comportamento feminino em relação ao masculino.

Estudos como o de Fontana e Brigo (2012), que analisaram a jornada estudo-trabalho entre estudantes de curso técnico em enfermagem, ressaltam que mesmo com a jornada diária dupla, os estudantes entendem que as dificuldades de se trabalhar e estudar são necessários para alcançar objetivos de melhor qualidade de vida e melhor remuneração futura, com a formação acadêmica concluída. Deste modo, apesar do exercício de atividade remunerada em concomitância a formação escolar - como se observou neste estudo, os estudantes enxergam uma perspectiva vantajosa da situação, evidenciando a conscientização da importância dos estudos escolares sistemáticos e profissionalizantes.

Conforme a ABEP (2011), a classe D – que representa a condição socioeconômica de 41% dos participantes deste estudo, possui renda média familiar bruta de R\$ 680,00, o que evidencia baixo poder de compra, tendo em vista o salário mínimo em vigor à época da coleta dos dados, de R\$ 545,00 (BRASIL, 2011). De acordo com Mancebo *et al* (2002) apesar de o mercado atual ter como público alvo a classe D, com seu baixo poder de compra, resta a seus representantes as compras em longo prazo, o que acarreta em um constante panorama de endividamento, instabilidade e inconstância orçamentária para a classe.

4.2 ANÁLISE DOS DADOS DE ESTILO DE VIDA

Em um panorama geral, percebeu-se que os resultados encontrados se fizeram em torno de valores correspondentes a 1,0, o que para o instrumento utilizado refere-se “às vezes corresponde com seu comportamento”, como pode ser visto no componente nutrição, atividade física e controle do estresse. O componente comportamento preventivo apresentou mediana correspondente a 0,0, valor este referente a “absolutamente não faz parte do seu estilo de vida”, sendo este o componente que registrou o pior desempenho entre os estudantes. O melhor resultado foi observado no comportamento relacionamentos, no qual a mediana registrada foi de 2,0, “quase sempre verdadeiro no seu comportamento”.

No que diz respeito ao componente nutrição, a totalidade dos homens e 88,9% das mulheres participantes apresentaram comportamento considerado insatisfatório, com mediana 1,0. Neste contexto, os dados representam a falta de hábitos de alimentação saudável, com variedade de frutas, legumes e verduras, quantidade de refeições diárias insuficientes e ingestão de alimentos gordurosos recorrente. Percebeu-se também, que indivíduos casados, apresentaram uma qualidade de alimentação que deixa a desejar pelos fatores já citados, bem como a maioria dos entrevistados que exercem atividade remunerada.

Em seu estudo com adultos jovens recém-ingressos na faculdade, Vieira *et al* (2002), constatou que mais da metade dos pesquisados não possuíam hábitos alimentares desejáveis, resultados estes que corroboram os encontrados neste estudo. Uma alimentação saudável, além da manutenção correta da saúde, colabora em nível fisiológico para um completo estado de bem estar, necessário para a prática de atividades acadêmicas plenas. Borges e Lima Filho (2004), em um estudo com também recém-ingressos na universidade, relatam que os hábitos alimentares alteraram-se para pior com a introdução da atividade acadêmica. Os autores revelam ainda que a má alimentação neste período esteja relacionada com a pouca disponibilidade de tempo para o preparo de uma refeição saudável, recursos financeiros limitados e a variedade encontrada nos estabelecimentos comerciais fornecedores. Deste modo, há o que se entende por desequilíbrio alimentar.

Ao analisar o componente atividade física, verifica-se a maioria das respostas foram projetadas entre valores com baixa perspectiva de estilo de vida, ou seja, os indivíduos possuem deficiente regularidade de prática de exercícios físicos. Percebeu-se a prática de exercícios físicos não é uma constante no dia a dia dos estudantes, independentemente se exercem atividade remunerada ou não. De acordo com Matsudo *et al* (2002), que avaliaram o nível da prática de exercícios físicos em adultos, para a variável gênero nota-se uma tendência similar entre os sexos feminino e masculino, com um discreto maior envolvimento em atividade física regular entre as mulheres, dados estes que corroboram com os resultados encontrados neste estudo. Ainda no aspecto de atividade física, Rogatto e Gobbi (2001), em um estudo sobre impacto de atividade física em mulheres – maioria considerável de indivíduos deste estudo, notaram que mulheres

fisicamente ativas tem grande tendência a manter a qualidade óssea e muscular até a velhice, colaborando assim para o equilíbrio e manutenção da saúde.

No componente comportamento preventivo, notou-se que, timidamente, mais estudantes mulheres do que os homens disseram apresentar maior preocupação com a prevenção para uma saúde melhor. Neste ponto, 37% das mulheres entrevistadas dizem que quase sempre ou sempre apresentam comportamento preventivo no dia a dia (consultam médicos, evitam alimentos gordurosos etc.), em contraponto a apenas 16,6% dos homens. Corroborando esta afirmação, Carlini-Cotrim *et al* (2000) relatam em seu estudo que a atividade de comportamento preventivo entre jovens e adulto-jovens não é hábito recorrente e que, assim como neste estudo, mulheres tem maior tendência a apresentar comportamento preventivo do que homens. Visitas regulares a profissionais de saúde, evitar ingestão de alimentos prejudiciais à saúde e cuidados básicos com higiene através de um estilo de vida saudável e de comportamento preventivos mantêm a qualidade de vida e a saúde estáveis.

Quanto ao componente controle do estresse, os dados obtidos revelam sobretudo que indivíduos pertencentes a classe D e E, apresentam comportamento alarmante. Com mediana de 0,0, 100% dos entrevistados da classe E e 81,3% da classe D, dizem não reservar tempo todos os dias para relaxar, raramente mantêm uma discussão sem alterar-se, mesmo quando contrariado e que equilibrar o tempo dedicado ao trabalho com o tempo dedicado ao lazer, não faz parte do seu dia-a-dia.

No que diz respeito ao controle do estresse em relação à variável gênero, as mulheres apresentaram uma menor sobrecarga de estresse, diferente de Peruzzo *et al* (2008). Com isto e considerando que a porcentagem de mulheres estudantes no grupo de estudo deste trabalho é maior do que a de homens acredita-se, que as mulheres lidam melhor com as perspectivas e acúmulo de estudo, trabalho, e vida familiar. Paulino *et al* (2010) ressaltam que o estresse, mesmo em pequenas porções cotidianas pode resultar, a longo prazo, em um espectro negativo a saúde, com extrema ligação com as funções pedagógicas de aprendizagem.

Para o componente relacionamentos, em todas as variáveis estudadas – bem como em sua categorização, notou-se que mais de 50% por estudantes assinalaram valores correspondentes a um estilo de vida satisfatório, para atividades relacionadas à sociabilização. Com isto, observou-se que os estudantes dizem cultivar amigos e estarem satisfeitos com seus relacionamentos, que seu lazer inclui encontro com amigos, atividades esportivas em grupo e que procuram ser ativos em sua comunidade, sentindo-se útil no seu ambiente de convívio diário.

Furtado (2003) propõe que o indivíduo socialmente habilidoso é capaz de obter ganhos com maior frequência, desempenhar o mínimo possível de tarefas indesejáveis, além de desenvolver e manter relacionamentos mutuamente benéficos e sustentadores em ambientes diversos, como a escola. Assim, indivíduos socialmente habilidosos buscam constantemente a satisfação pessoal, tornando o ambiente palco das interações mais agradável e por consequência desejável – o que é um fator relevante no caso da permanência e não evasão escolar.

Para associações investigadas com relação às variáveis estudadas, percebeu-se que não revelam a existência de diferenças significativas, o que demonstra uma relação de dependência entre as características sócio-demográficas com os componentes de estilo de vida, ou seja, as variáveis investigadas (pessoais e socio-demográficas) neste estudo parecem não interferir no sentido de tomar decisões quanto à adoção de hábitos (estilo de vida) saudáveis de vida do grupo estudado.

5. CONCLUSÕES

Em relação às características pessoais e socioeconômicas dos estudantes do grupo amostral estudado, observou-se que os participantes do estudo são predominantemente adulto-jovens, do sexo feminino, solteiros, com média de idade de 27 anos, exercem atividade remunerada e pertencem à classe “D”, o que representa baixo poder de compra.

O estilo de vida dos estudantes do PROEJA do grupo amostral avaliado não é considerado ideal, principalmente pelo fato de que no atual estágio de vida e de preparação para o mercado de trabalho, há uma necessidade de equilíbrio mental, físico e social, para que haja de modo pleno a aprendizagem na escola que o prepara. Há necessidade de busca por instrução e atendimento especializado principalmente no componente comportamento preventivo, já que obteve o pior resultado, bem como nos componentes atividade física, controle do estresse e nutrição. Excetuando-se a esta perspectiva está com o componente relacionamentos, considerado satisfatório.

Entende-se que o panorama deficiente do estilo de vida dos estudantes de PROEJA diagnosticado por este trabalho é resultado de um período de transição e de importante tomada de decisões na vida, que causam instabilidade na rotina dos estudantes. É comum, neste aspecto, entre os adultos jovens e, como se observa nos resultados, que alguns fatores como o comportamento preventivo seja deixado de lado, bem como a prática de exercícios físicos e alimentação deficientes.

Percebeu-se que não há influência das características socioeconômicas, analisando-se as diferentes classes encontradas no grupo amostral (C1, C2, D e E), em seu estilo de vida, tendo em vista que em sua essência o estilo de vida de todas encontra-se em patamar de preocupação.

A busca por um estilo de vida veiculado a hábitos saudáveis na atualidade é essencial para manutenção da saúde física, mental e espiritual do estudante sendo este um aspecto crucial para a manutenção de uma considerável qualidade de vida. Neste aspecto, considerando-se a necessidade de trabalho concomitante com o estudo, a busca por melhores hábitos de rotina prioritariamente saudáveis representam um mecanismo necessário para o estudo.

Uma recomendação importante é que se trabalhe, através de iniciativas pedagógicas da escola temas relacionados à melhoria da qualidade e estilo de vida entre estudantes. Nessa perspectiva, as estratégias utilizadas devem propiciar ao estudante uma atividade reflexiva e por parte da escola, instrutiva.

Considera-se importante a realização de futuras investigações sobre esse tema em outras unidades escolares e com outros cursos técnicos do PROEJA, ou seja, em outras realidades, a fim de analisar se os dados aqui apresentados apresentam similaridade. A continuação dessa investigação pode auxiliar na criação de uma perspectiva mais ampla sobre a qualidade de vida de estudantes de nível técnico, em modalidade de educação de jovens e adultos. Desse modo, sugere-se a realização de estudos de aprofundamento das características sócio-demográficas, bem como analisar a correlação com variáveis pedagógicas, como notas escolares, podendo ainda ser abordadas outras características não incluídas neste estudo.

Por fim, avalia-se importante a utilização de outras metodologias para avaliação do estilo de vida, bem como da qualidade de vida propriamente dita dos estudantes em questão analisando-se também experiências anteriores, para melhor esclarecer a correção entre estilo de vida e sua influência na vida dos estudantes.

REFERÊNCIAS

ABEP (Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa). **Critério de classificação econômica do Brasil**. 2011. Fonte: <<http://www.abep.org/novo/Uteis/FileGenerate.ashx?id=197>>. Acesso em: 02.10.11. Ás: 14h16min.

BORGES, C. M.; LIMA FILHO, D. O. Hábitos alimentares dos estudantes universitários: um estudo qualitativo. 2004. *In Seminários em Administração da FEA/USP*, 7., 2004, São Paulo. Anais.... Disponível em: <http://www.ead.fea.usp.br/semead/7semead/paginas/artigos%20recebidos/marketing/MKT37_-_H%E1bitos_Alimentares_dos_Estudantes_Uni.PDF>. Acesso em: 19 jun. 2012.

BOTH, J. *et al.*; Validação da escala “perfil do estilo de vida individual”. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**. Pelotas, v. 13, n. 1, p. 05-14, jan. 2008.

BRASIL. **Lei nº. 12.382**, de 25 de fevereiro de 2011. Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil. Poder Executivo, Brasília, DF, 28 fev. 2011. Seção 01, p.05.

_____. Ministério da Educação. Secretaria de Educação Tecnológica. **Programa Nacional de Integração da Educação Profissional com a Educação Básica na Modalidade de Educação de Jovens e Adultos: Ensino Médio/Técnico – PROEJA**. Documento Base. Brasília, 2007. 74 p.

CARLINI-COTRIM, B. *et al.* Comportamentos de saúde entre jovens estudantes das redes pública e privada da área metropolitana do Estado de São Paulo. **Revista de Saúde Pública**. São Paulo, v.34, n.6, p. 636-45, dez. 2000.

CATUNDA, M. A. P.; RUIZ, V. M.; Qualidade de vida de universitários. Pensamento Plural: **Revista Científica da UNIFAE**. São João da Boa Vista, v. 2, n. 1, p. 22-31, s/d, 2008.

FONTANA, R. T.; BRIGO, L. Estudar e trabalhar: percepções de técnicos de enfermagem sobre esta escolha. **Escola Anna Nery**. Rio de Janeiro, vol.16, n.1, p. 128-133, mar., 2012.

FRANZOI, N. L. Escolas, saberes e trabalho: a pesquisa do PROEJA no Rio Grande do Sul. **Educação e Realidade**. Porto Alegre, v. 32, n.1, p. 167-186, abr. 2010.

FURTADO, E. de S. *et al.* Avaliação do estresse e das habilidades sociais na experiência acadêmica de estudantes de medicina de uma universidade do Rio de Janeiro. **Interação em Psicologia**. Curitiba, v.7, n.2, p. 43-51, s/d. 2003.

LOPES, A. da S.; PIRES NETO, C. S.; Estilo de Vida de Crianças com Diferentes Características Étnico-Culturais do Estado de Santa Catarina, Brasil. **Estilo de Atividade Física e Saúde**. Londrina, v.6, n.3, p. 6-16, s/d., 2001.

MANCEBO, D. *et al.* Consumo e subjetividade: trajetórias teóricas. **Estudos de Psicologia**. Natal, v. 7, n. 2, p. 325-332, jul. 2002.

- MARTINS, G. H. *et al.* Análise dos parâmetros de qualidade e estilo de vida de universitários. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**. São Paulo, v. 11, n. 01, p. 22-30, jul. 2012.
- MATSUDO, S. M. *et al.* 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 Ciências e Movimento**. Brasília, v. 10, n. 4, p. 41-50, out. 2002.
- NAHAS, M. V. Atividade Física, Saúde e Qualidade de vida. Conceitos e Sugestões para um Estilo de vida Ativo. Londrina: **Midiograf**, 2001.
- NAIFF, L. A. M; NAIFF, D. G. M. Educação de jovens e adultos em uma análise psicossocial: representações e práticas sociais. **Psicologia e Sociedade. Florianópolis**, vol. 20, n.3, p. 402-407, set., 2008.
- PADILHA, L. A. *et al.* Qualidade de vida dos alunos de escolas públicas. **Revista do Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida**. Campinas, v.1, n.2, p. 01 – 05, set. 2009.
- PAULINO, C. A. *et al.* Qualidade Sintomas de estresse e tontura em estudantes de pós-graduação. **Revista Equilíbrio Corporal e Saúde**. São Paulo, v.2, n.1, p. 15 – 26, jun. 2010.
- PERUZZO, A. S. *et al.* Estresse e vestibular como desencadeadores de somatizações em adolescentes e adultos jovens. **Psicologia Argumento**. Curitiba, v. 26, n.55, p. 319-327, out., 2008.
- PRATES, M. E. F. **Impacto da disciplina qualidade de vida na mudança de comportamento para a prática de atividades físicas em estudantes universitários**. 2004. 151 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Universidade Federal de Santa Catarina, 2004.
- ROGATTO, G. P.; GOBBI, S. Efeitos da atividade física regular sobre parâmetros antropométricos e funcionais de mulheres jovens e idosas. **Revista Brasileira de Ciniantropometria e Desempenho Humano**. Florianópolis, v. 03, n. 01, p. 67-69, 2001.
- RUIZ, V. M.; Psicologia e Qualidade de Vida. *In* **Pesquisas e Temáticas em Desenvolvimento Social**. Itui: Ottoni, 2005.
- SANTOS, G. L. A.; VENÂNCIO, S. E.; Perfil do estilo de vida de acadêmicos concluintes em educação física do centro universitário do leste de minas gerais UNILESTE-MG. *Movimentum – Revista Eletrônica de Educação Física. Ipatinga*, v.1, n.1, p. 01-18, dez., 2006.
- SANTOS, G. L.; Quando adultos voltam para a escola: o delicado equilíbrio para obter êxito na tentativa de elevação da escolaridade. *In* SOARES, L. (Org.). **Aprendendo com a diferença – estudos e pesquisas em educação de jovens e adultos**. Belo Horizonte, MG: Autêntica, 2003, p.11-38.
- SPINDOLA, T; *et al.* Enfermagem como opção: perfil de graduandos de duas instituições de ensino. **Revista Brasileira de Enfermagem**. Brasília, vol.61, n.2, p. 164-169., mar. 2008.
- VIEIRA, V. C. R. *et al.* Perfil socioeconômico, nutricional e de saúde de adolescentes recém-ingressos em uma universidade pública brasileira. **Revista de Nutrição. Campinas**, v.15, n.3, p. 273 – 282, set. 2002
- WILHEIM, J. **Cidades: substantivo e o adjetivo**. São Paulo: Perspectiva, 1978.
- WHO (WORLD HEALTH ORGANIZATION). The WHOQOL Group. WHOQOL: **Measuring quality of life**. 2005. Disponível em: <http://www.who.int/mental_health/media/68.pdf>. Acesso em: 19/09/2010.