

JNT-FACIT BUSINESS AND TECHNOLOGY JOURNAL - ISSN: 2526-4281 QUALIS B1



**A Qualidade de Vida dos Estudantes de
Medicina e a Influência da Rotina Acadêmica**

**The Quality of Life of Medical Students and
the Influence of Academic Routine**

Andreia Costa RIOS
Centro Universitário UNITPAC
E-mail: andreariosandrea20@hotmail.com

Gabriela Maria Souza DIAS
Centro Universitário UNITPAC
E-mail: gabrielasouzadias99@gmail.com

Rodolfo Lima ARAÚJO
Centro Universitário UNITPAC
E-mail: rodolfolima18@hotmail.com



RESUMO

A rotina acadêmica exigente ocasiona adaptações e mudanças no estilo de vida, o que pode influenciar na saúde e na qualidade de vida dos estudantes de medicina. **Objetivos:** Avaliar a qualidade de vida dos estudantes de medicina do segundo ao quarto ano, do Centro Universitário Presidente Antônio Carlos (UNITPAC) em Araguaína- TO. **Metodologia:** Foi realizado um estudo descritivo-transversal com aplicação do *survey online* dividido em 3 blocos, sendo questões sociodemográficas, questionário WHOQOL-bref e quatro questões de autoria dos pesquisadores, aplicado a 194 alunos do segundo ao quarto ano de Medicina do Centro Universitário Presidente Antônio Carlos (UNITPAC) em Araguaína – TO. **Resultados:** A auto-avaliação da qualidade de vida dos estudantes do segundo ano evidenciaram melhores resultados quando comparados com os anos subsequentes. A média geral dos domínios na população estudada foi de 55.7 ± 0.1956 no Domínio Físico, 57.12 ± 0.155 no Domínio Psicológico, 63.22 ± 0.2845 no Domínio Relações Sociais e com maior valor 67.93 ± 0.2638 no Domínio Meio Ambiente. Em relação a rotina acadêmica, 83.8% dos alunos consideram a alta carga horária do curso como fator estressante e 100% dos respondentes do terceiro ano, 92.54% e 92.46% do segundo e quarto ano, respectivamente, afirmam já ter deixado de realizar atividades pessoais/lazer por conta da carga horária acadêmica. **Conclusão:** A qualidade de vida do estudante de medicina é influenciada pela carga horária e rotina do curso. Assim, estudos como este que visam a promover uma reflexão acerca da qualidade de vida dos estudantes de medicina são cruciais.

Palavras-Chave: Estudantes de Medicina. Qualidade de Vida. Rotina Acadêmica.

ABSTRACT

The academic routine requires adaptations and changes in lifestyle, which can influence the health and quality of life of medical students. **Objectives:** To evaluate the quality of life of medical students from the second to the fourth year, at the Centro Universitário Presidente Antônio Carlos (UNITPAC) in Araguaína-TO. **Methodology:** A descriptive cross-sectional study was carried out with the application of the online survey divided into 3 blocks, being sociodemographic questions, WHOQOL-bref questionnaire and four questions authored by the researchers, specialized in 194 students from the second to the fourth year of medicine at the Centro Universitário Presidente Antônio Carlos (UNITPAC)

in Araguaína –TO. **Results:** The self-assessment of the quality of life of second-year students showed better results when compared to subsequent years. The general mean of the domains in the studied population was 55.7 ± 0.1956 in the Physical Domain, 57.12 ± 0.155 in the Psychological Domain, 63.22 ± 0.2845 in the Social Relations Domain and with the highest value $67.93 \pm 0, 2638$ in the Environment Domain. Regarding academic routine, 83.8% of students consider the high course load as a stress factor and 100% of respondents in the third year, 92.54% and 92.46% in the second and fourth years, respectively, already affirm having started to perform personal / leisure activities due to the academic workload. **Conclusion:** The quality of life of the medical student is influenced by the course load and routine. Thus, studies like this that aim to promote reflection on the quality of life of medical students are crucial.

Keywords: Medical Students. Quality of Life. Academic Routine.

INTRODUÇÃO

Qualidade de vida é um conceito abrangente e complexo que envolve a saúde física, estado psicológico, relações sociais e relações com as características do meio ambiente do indivíduo. Essa temática vem sendo amplamente discutida na atualidade e em diversos cenários, como por exemplo, o acadêmico, já que estudos apontam a presença de fatores estressantes já na formação médica e suas consequências para a saúde dos estudantes¹.

Existem duas características importantes em relação ao conceito de qualidade de vida: seu caráter subjetivo e multidimensional. Sendo importante considerar a subjetividade, a percepção da pessoa, configurando-se como uma autoavaliação sobre sua situação e, ainda, o reconhecimento de que seu construto é composto de diversas dimensões: físico, psicológico, social e do meio ambiente¹².

O estudante de medicina pode apresentar, privação de sono, má alimentação, sedentarismo, transtornos ansioso e depressivos, condições que afetam seu aprendizado, relacionamentos, saúde e, portanto, sua qualidade de vida, devido o reflexo da sobrecarga pelo conteúdo extenso, grade horária em período integral e por atividades direta ou indiretamente ligadas ao curso no cuidado e dedicação com a sua própria saúde⁹.

Os futuros médicos ingressam num curso longo e de muitas exigências e precisam assimilar obrigações, conhecimentos, posturas, habilidades e atitudes. O excesso de atividades e exigências muitas vezes não permite que o estudante tenha tempo para exercitar-se, cuidar da sua saúde, relacionar-se com família e amigos ou desenvolver outros

interesses. Dessa forma, o curso de medicina em muito influencia no cuidado à saúde e a qualidade de vida do estudante¹⁵.

Para melhorar a percepção de qualidade de vida no curso de medicina é preciso medidas de desenvolvimento pessoal e institucional. Se faz necessário, ensinar ao acadêmico a gerir seu tempo, valorizar a vida, cuidar da sua saúde física e mental e desenvolver resiliência. É importante também, que as escolas médicas criem projetos políticos-pedagógicos, possibilitem tempo livre, diminuam a competitividade e estabeleçam suporte e apoio, a fim de melhorar a qualidade de vida do aluno¹⁵.

É necessário conhecer as consequências da alta demanda exigida pela matriz curricular do curso de medicina nos hábitos de vida para poder prevenir e intervir sobre elas, visando a atenção do estudante sobre o cuidado em que está tendo com a sua saúde para que ocorra a melhora da qualidade de vida do discente. Assim, é fundamental abordar aos estudantes a necessidade do cuidado de forma integral com sua saúde mesmo com as responsabilidades e a rotina acadêmica pautada a estes. Nesse contexto, esta pesquisa tem o objetivo de avaliar a qualidade de vida dos estudantes de medicina e a relação com a influência de sua rotina acadêmica.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo, de análise quantitativa e de natureza transversal, realizado em Araguaína - TO, com estudantes do segundo ao quarto ano do curso de Medicina do Centro Universitário Presidente Antônio Carlos (UNITPAC). Foram escolhidos esses períodos para possibilitar a comparação da qualidade de vida ao longo do curso.

A amostra foi do tipo não probabilística, por conveniência e constituída por 194 alunos. Foram incluídos acadêmicos do curso de Medicina do UNITPAC, regularmente matriculados nos períodos correspondentes do segundo ao quarto ano, de ambos os sexos, maiores de 18 anos e que assinassem o termo de consentimento livre e esclarecido. Aqueles com disciplinas pendentes em outros períodos, acima de 60 anos, do primeiro ano e internato foram excluídos da análise.

A coleta de dados foi realizada no período de outubro a dezembro de 2020, por meio de um *survey online*, via *Google Forms* composto por 30 questões, alocadas em 3 blocos, sendo o primeiro bloco para identificar o perfil sócio-demográfico (sexo, idade, período acadêmico, raça, estado civil); o segundo bloco com a aplicação de 26 questões, do questionário WHOQOL-bref, instrumento internacional, validado no Brasil, desenvolvido pela Organização Mundial da Saúde (OMS), no qual a primeira pergunta refere-se à

qualidade de vida de modo geral e a segunda à satisfação com a própria saúde; as outras 24 perguntas restantes estão divididas nos domínios físico, psicológico, das relações sociais e meio ambiente e o terceiro bloco com mais 4 questões, de autoria dos pesquisadores, relacionadas a rotina acadêmica do entrevistado e sua perspectiva em relação a influencia em sua saúde e qualidade de vida.

Os programas estatísticos utilizados para processamento e análise dos dados foram Microsoft Excel e Bioestat 5.0. Cada domínio é representado por um escore final numa escala de 0 a 100. Quanto maior o escore, melhor a qualidade de vida relacionada a esse domínio. Esses escores são calculados por uma sintaxe ²², que considera as respostas de cada questão que compõem o domínio, realizado por uma ferramenta desenvolvida a partir do software Microsoft Excel para realização do cálculo dos escores e estatística descritiva.

Os dados estatísticos foram apresentados em médias e desvios padrões. Foi utilizado o teste “t student” para amostras independentes, com a finalidade de comparar os escores dos alunos do início com aqueles do meio e do final do curso.

O estudo teve a aprovação prévia do Comitê de Ética em Pesquisa do UNITPAC (CEP/UNITPAC). Todos os participantes concordaram e assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido.

RESULTADOS

A amostra total do estudo foi composta por 198 alunos, o que significou uma amostra final de 55 estudantes do segundo ano (27,8%), 77 do terceiro ano (38,9%) e 66 do quarto ano (33,3%).

Sociodemográfico

A respeito da análise do perfil sociodemográfico, os dados encontram-se descritos na tabela 1. Sobre à variável sexo 131 estudantes eram do sexo feminino e 67 do masculino. Com relação à idade, 71,22% dos respondentes possuíam entre 18 a 22 anos, 25,75% 23 a 27 anos, 2,02% 28 a 32 anos e 1,01% 32 a 48 anos.

Tabela 1- Descrição dos dados sociodemográficos dos estudantes de medicina do segundo, terceiro e quarto ano do curso de medicina.

Variáveis		Estudantes 2º ano	Estudantes 3º ano	Estudantes 4º ano	Total
		n(%)	n(%)	n(%)	n(%)
Sexo	Feminino	37(67.3)	49(63.6)	45(68.2)	131(66.2)
	Masculino	18(32.7)	28(36.4)	21(31.8)	67(33.8)
Raça	Branca	32(58.2)	36(46.7)	39(59.1)	107(54.05)
	Parda	19(34.5)	35(45.5)	26(39.4)	80(40.4)
	Negra	3(5.5)	5(6.5)	0(0)	8(4.05)
	Amarela	1(1.8)	1(1.3)	1(1.5)	3(1.5)
Estado civil	Casados	2(3.6)	2(2.6)	3(4.5)	7(3.5)
	Solteiros	53(96.4)	75(97.4)	63(95.5)	191(96.5)
TOTAL		55	77	66	198

Qualidade de Vida

Quanto à qualidade de vida, a primeira (Como você avalia sua qualidade de vida?) e a segunda questão (Quão satisfeito(a) você está com sua saúde?) foram avaliadas através do quesito auto-avaliação em escala de zero a cem. Os estudantes do segundo ano evidenciaram melhores resultados quando comparados com os anos subsequentes, de forma geral o 2º, 3º e 4º ano do curso apresentaram média de 67.75, 62.5 e 61, respectivamente.

Ao serem avaliadas separadamente, a primeira questão apontou que 72.7% dos alunos do 4º ano consideram sua qualidade de vida boa ou muito boa, contra 70.6% do segundo e 70.2% do terceiro ano. A comparação entre os scores atingidos no segundo (média: 71.25), terceiro (média: 72) e quarto ano (média: 66) obteve diferença estatística ($p=0.001$). Em relação à satisfação com a própria saúde, avaliada na questão dois, não houve diferença estatística na comparação dos escores entre os anos cursados. Apresentando média 65 para o 2ºano, 52.9 para 3ºano e 56 para o 4ºano da graduação e $p=0.06$.

Os resultados das respostas do WHOQOL-bref foram expressos por médias e desvios padrão para cada um dos domínios. A média geral dos domínios na população estudada foi de 55.7 ± 0.1956 no Domínio Físico, 57.12 ± 0.155 no Domínio Psicológico, 63.22 ± 0.2845 no Domínio Relações Sociais e com maior valor 67.93 ± 0.2638 no Domínio Meio Ambiente (Tabela 2). O Domínio Físico apresentou o menor score em comparação aos demais, seguido do Domínio Psicológico.

Tabela 2 - Análise geral dos domínios do WHOQOL- bre

Domínio	Média ± DP*
Físico	55.7 ± 0.1956
Psicológico	57.12 ± 0.155
Relações Sociais	63.22 ± 0.2845
Meio Ambiente	67.93 ± 0.2638

DP*: desvio-padrão

Quando analisados os diferentes domínios no decorrer do curso (Tabela 3), os escores dos domínios do WHOQOL-bref mostraram redução dos escores dos Domínios Psicológico, Relações Sociais e Meio Ambiente, no quarto ano. No Domínio Físico foi observado menor escore no terceiro ano em relação ao segundo e quarto ano, porém sem diferenças estatisticamente significativas.

Ao analisar o terceiro ano em comparação ao segundo e quarto, percebe-se os maiores valores de escores dos Domínios Psicológico, Relações Sociais e Meio Ambiente, em conjunto com o menor escore do Domínio Físico.

Tabela 3- Comparação dos escores dos domínios do questionário WHOQOL-abreviado entre estudantes do segundo ao quarto ano do curso de medicina

Domínios	2° Ano	3° Ano	4° Ano	p*
Físico	57.80	55.00	57.95	0.71
Psicológico	60.15	62.22	53.22	0.03
Relações sociais	61.72	69.15	57.95	0.0001
Meio ambiente	67.82	70.9	65.19	0.05

p*: t de student

Rotina Acadêmica

No que se refere a influência da rotina acadêmica na qualidade de vida dos estudantes (Tabela 4), 83.8% dos alunos consideram a alta carga horária do curso como fator estressante.

O quarto ano apresentou a maior porcentagem de 90.9%, em relação a interferência da rotina acadêmica na qualidade de vida, contra 87.3% do segundo e 89.6% do terceiro

ano. No entanto, foi o ano com a menor taxa para a resposta sim quanto a ter menos tempo para se dedicar a sua saúde por conta da rotina acadêmica.

Deixar de realizar atividades pessoais/lazer por conta da carga horária acadêmica obteve unanimidade nas respostas com 100% dos respondentes do terceiro ano marcando sim nessa questão, sendo também a pergunta com maiores percentagens para o segundo e quarto ano com 92.54% e 92.46%, respectivamente, o que evidencia a negligência com a vida pessoal por conta da demanda do cronograma da graduação.

Tabela 4- Comparação dos dados referentes a percepção da influência da rotina acadêmica na qualidade de vida e saúde

		2° Ano	3° Ano	4° Ano	Total
		%(n)	%(n)	%(n)	%(n)
27	S*	80(44)	93.5(72)	75.75(50)	83.8(166)
	N**	20(11)	6.5(5)	24.25(16)	16.2(32)
28	S*	87.3(48)	89.6(69)	90.9(60)	89.4(177)
	N**	12.7(7)	10.4(8)	9.1(6)	10.6(21)
29	S*	76.4(42)	74(57)	68.2(45)	72.7(144)
	N**	23.6(13)	26(20)	31.8(21)	27.3(54)
30	S*	92.54(52)	100(77)	92.4(61)	95.96(190)
	N**	4.46(3)		7.6(5)	4.04(8)
TOTAL		55	77	66	198

Perguntas: 27- Você considera alta a carga horária do curso como fator estressante?; 28- Você acha que sua rotina acadêmica interfere em sua qualidade de vida?; 29- Você acha que tem menos tempo para se dedicar a sua saúde por conta da sua rotina acadêmica?; 30- Você já deixou de realizar atividades pessoais/lazer por conta da carga horária acadêmica?

S*: sim

N:** não

DISCUSSÃO

Tem se tornado crescente a preocupação com questões relacionadas à qualidade de vida, sendo amplamente discutida na atualidade e em diversos cenários, como por exemplo, o acadêmico²⁰. O ingresso do estudante no ambiente universitário envolve aspectos externos, relacionados ao ambiente acadêmico e aspectos internos do indivíduo, como a habilidade de encarar as diversas situações e as reações físicas psicossomáticas^{16,23,25}. Assim, a relação positiva entre qualidade de vida e formação médica é fundamental para o exercício pleno da futura profissão.

Avaliar qualidade de vida é um processo complexo que se apresenta, tanto de forma global, enfatizando a satisfação geral com a vida, como dividida em componentes, envolve parâmetros subjetivos, como bem-estar, contexto cultural e social, seus padrões e valores, realização pessoal, além de medidas objetivas que refletem a satisfação das necessidades básicas, econômicas e sociais de determinada sociedade. A melhora da qualidade de vida passou a ser um dos resultados esperados das práticas assistenciais, mas, principalmente, foco da promoção de saúde e da prevenção de doenças^{2,12}.

Existem vários métodos para analisar qualidade de vida, sendo o Whoqol um instrumento adequado e muito utilizado, optou-se por este questionário neste estudo, por ser de fácil aplicação e além de abranger todos os pontos de interesse, ele é instrumento internacional validado no Brasil. Aliado a isso, buscou-se selecionar períodos do curso de Medicina em que os alunos estariam em estágios diferentes de sua aprendizagem e vivência. Quanto a influência da rotina acadêmica do estudante de medicina em sua qualidade de vida, foram elaboradas mais quatro questões, a fim de conhecer o nível de preocupação com a saúde, a percepção do estresse ocasionado pela rotina estudantil e a ocorrência da negligência com a vida pessoal e/ou momentos de lazer.

Nas duas primeiras questões, observou-se avaliação positiva pelos estudantes, sendo que o segundo ano evidenciou melhor resultado quando comparados com os anos subsequentes, com média de 67.75, 62.5 e 61, para o 2º, 3º e 4º ano respectivamente. A primeira, que trata da percepção da qualidade de vida, destacou que dos participantes, 70.6% do 2º, 70.2% do 3º e 72.7% do 4º ano a consideram boa ou muito boa. Outras pesquisas, com uso da mesma metodologia, realizadas com estudantes de medicina³ também revelaram essa opinião por parte dos acadêmicos. A segunda questão, que aborda a satisfação com as condições da própria saúde, não demonstrou diferença estatística.

Em análise geral, o Domínio Físico em comparação aos demais, apresentou o menor escore, a carga horária em que os estudantes estão submetidos na graduação e a dificuldade em administrar o tempo com as exigências das diferentes disciplinas, faz o aluno ter, em média, menos horas de sono, mais sonolência diurna²⁴ e cansaço. A privação de sono tem correlação com a diminuição do desempenho acadêmico⁶, já que as facetas capacidade de desempenhar atividades do dia a dia e de trabalhar (no caso estudar), sono e energia para o dia a dia e o quesito concentração, do Domínio Psicológico, estavam comprometidos. Em relação aos anos do curso, o terceiro ano apontou o menor índice, atribui-se a isso a transição do ciclo básico para o clínico, com maior carga prática e hospitalar¹⁷.

O presente estudo apontou um decréscimo significativo do Domínio Psicológico entre os alunos do quarto ano, quando comparados aos do segundo e terceiro ano do curso. Este déficit de pontuação pode ser explicado pelo fato de que ao longo da graduação o estudante enfrenta períodos estressantes^{19,27} e delicados²⁶, como aumento em sua carga horária de estudos, preocupações com a chegada do internato e própria formação médica, além de estar mais frequentemente diante de situações de morte e sofrimento por conta do maior contato com os pacientes e o processo saúde-doença¹⁷.

Observa-se em estudos sobre a de qualidade de vida de estudantes do último ano de Medicina forte tendência de estes apresentarem baixos escores no Domínio Psicológico. De acordo com o estudo de Alves et al.¹, identificou-se que os escores do domínio psicológico foram menores nos alunos no final do curso quando comparados aos do início do curso. Em estudo de mesmo objeto, Júnior et al.¹⁷ evidenciou que 15 a 25% dos estudantes universitários apresentem algum tipo de transtorno psiquiátrico durante sua formação acadêmica, como transtornos depressivos e de ansiedade. É perceptível, que a qualidade de vida dos estudantes de Medicina, principalmente no que se refere ao Domínio Psicológico, torna-se mais negativa ao longo da graduação¹³.

Algo importante a ser relatado é que muitos sintomas físicos são reflexos de sintomas psíquicos, abordado por Barbosa et al.⁴ na pesquisa sobre a saúde dos médicos no Brasil, observou-se que o estresse, a ansiedade e a depressão podem cursar também com manifestações físicas, dentre elas fadiga, alterações no sono e dificuldade de concentração. Sintomas físicos de estresse, ansiedade e depressão não surgem exclusivamente em estudantes de Medicina, situação semelhante é verificada nos estudantes de outros cursos, como Enfermagem²¹.

Apesar do Domínio Relações Sociais ser um dos mais bem avaliados, quando analisado de forma geral, ao ser comparado aos anos do curso, nota-se redução em seu escore no 4º ano. Assim, a redução da qualidade de vida afeta negativamente as relações interpessoais dos acadêmicos e, embora o quesito relacionamento entre acadêmicos e professores não tenha sido avaliado, pode-se levantar a pauta da ocorrência de relacionamento conflituoso com os docentes e também a falta de apoio que os estudantes recebem por parte de seus professores, portanto cabe ressaltar o papel de destaque que os docentes apresentam como facilitadores e apoiadores do processo de formação dos acadêmicos³.

Durante a graduação, nem sempre as necessidades dos estudantes por cuidados são percebidas e, gradativamente (ainda que sem perceberem), os estudantes assimilam o discurso de que ser médico é abdicar do auto cuidado, da vida pessoal e social, bem como

da sua subjetividade⁵. Por isso, é fundamental compreender a influência que a rotina acadêmica exerce sobre a qualidade dos futuros médicos. No resultado da amostra 83.8% dos alunos consideram a alta carga horária do curso como fator estressante. Constatando que o excesso de atividades e exigências torna o curso de medicina marcado por fatores geradores de estresse, o que acaba por influenciar de forma negativa o estilo de vida dos estudantes¹⁰.

Em relação à interferência da rotina acadêmica na qualidade de vida, o quarto ano apresentou a maior porcentagem de 90.9%, contra 87.3% do segundo e 89.6% do terceiro ano. Entretanto foi o ano com a menor taxa para a resposta sim quanto a ter menos tempo para se dedicar a sua saúde por conta da rotina acadêmica. O que pode ser explicado pela capacidade de adaptação que os alunos desenvolvem ao longo do curso, já que as novas responsabilidades que surgem com o decorrer da formação médica exige que aluno consiga encontrar o equilíbrio entre sua vida pessoal e estudantil^{8,9}.

O excesso de atividades e exigências muitas vezes não permite que o estudante tenha tempo para exercitar-se^{7,14}, cuidar da sua saúde, relacionar-se com família e amigos ou desenvolver outros interesses^{11,12,18}. A cerca deste pensamento, o presente estudo apontou que 100% dos respondentes do terceiro ano, 92.54% do segundo e 92.46% do quarto ano, já deixaram de realizar atividades pessoais/lazer por conta da carga horária acadêmica, o que evidencia a negligência com a vida pessoal, cuidado à saúde e a qualidade de vida por conta da demanda do cronograma da graduação¹⁵.

É perceptível a importância da continuidade em busca do melhor conhecimento do perfil dos alunos do curso de medicina e o acompanhamento da qualidade de vida destes ao longo do curso. Estratégias para promover saúde, preparar o estudante para lidar com o estresse durante a formação médica, ensinar o acadêmico a gerir seu tempo, valorizar a vida, cuidar da sua saúde física e mental e desenvolver resiliência, tornam-se necessárias²⁷, além da necessidade de maior preocupação dos envolvidos na educação médica com a qualidade de vida do estudante de medicina.

CONCLUSÃO

A medicina não é uma profissão fácil, desde a graduação o estudante é exposto, constantemente, à desafios. O excesso de atividades e exigências torna o curso de medicina marcado por fatores geradores de estresse, o acadêmico tem seu modo de vida modificado sob diversos aspectos, quando ingressa no curso como, por exemplo, a necessidade de alteração do tempo dedicado a atividades pessoais, o que acaba influenciando o cuidado do estudante com sua saúde.

Estudos como este que visam promover a reflexão acerca da qualidade de vida dos estudantes de medicina - dos futuros médicos, são cruciais, pois quanto mais precocemente este acadêmico refletir sobre sua própria saúde e qualidade de vida, melhor poderá contribuir com a qualidade de vida de outra pessoa, afinal é importante cuidar de si para então, ter condições de cuidar do próximo.

REFERÊNCIAS

1. ALVES, João Guilherme Bezerra et al. Qualidade de vida em estudantes de Medicina no início e final do curso: avaliação pelo Whoqol-bref. **Rev. bras. educ. med.** 2010, vol.34, n.1, pp.91-96.
2. ANVERSA, Andreisi Carbone et al. Qualidade de vida e o cotidiano acadêmico: uma reflexão necessária. **Cad. Bras. Ter. Ocup.**, São Carlos, v. 26, n. 3, p. 626-631, 2018.
3. BAMPI, Luciana Neves da Silva et al. Qualidade de vida de estudantes de medicina da Universidade de Brasília. **Rev. bras. educ. med.**, Rio de Janeiro, v. 37, n. 2, p. 217-225, June 2013. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010055022013000200009&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 15 jun 2020.
4. BARBOSA, Genário Alves et al. **A saúde dos médicos no Brasil**. Brasília: Conselho Federal de Medicina, 2007. 220 p.
5. CATUNDA, M.A.P; RUIZ, V.M. Qualidade de vida de universitários. *Pensamento plural*. 2008;2(1): 22-31.
6. CARDOSO, Hígor Chagas et. al. Avaliação da qualidade do sono em estudantes de Medicina. **Rev. bras. educ. med.**, Rio de Janeiro, v. 33, n. 3, p. 349-355, Sept. 2009. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022009000300005&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 21 jun 2020.
7. CAVALHEIRO, Letícia Silva. **Avaliação do Nível de Atividade Física de Universitários**. 18 f. Trabalho de Conclusão de curso (Bacharelado em Educação Física). UNICRUZ, Cruz Alta-RS, 2018.
8. CHAZAN, Ana Cláudia Santos. **As dores e delícias da formação médica. Um estudo de caso sobre a qualidade de vida dos estudantes de Medicina da Faculdade de Ciências Médicas da UERJ**. 131 f. Tese (Doutorado em Saúde Pública) - Escola Nacional de Saúde Pública Sergio Arouca, Fundação Oswaldo Cruz, Rio de Janeiro, 2015.
9. CHAZAN, Ana Cláudia Santos; CAMPOS, Mônica Rodrigues; PORTUGAL, Flávia Batista. Qualidade de vida de estudantes de medicina da UERJ por meio do Whoqol-bref: uma abordagem multivariada. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 2, p. 547-556, fev. 2015. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141381232015000200547&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 15 jun. 2020.

10. CHEHUEN NETO, José Antônio et al. Estudantes de medicina sabem cuidar da própria saúde?. **HU Revista. Juiz de Fora**, v. 39, n. 1 e 2, p. 45-53, jan./jun. 2013
11. EVANGELISTA, Carolyn; RICCI, Carolina Daniela. Comportamento alimentar de estudantes de medicina de uma faculdade privada do interior de São Paulo. **Revista da Faculdade de Ciências Médicas de Sorocaba**, [S.l.], out. 2014. Disponível em: <<https://ken.pucsp.br/RFCMS/article/view/21032>>. Acesso em: 21 jun. 2020.
12. FEODRIPPE, André Luiz Oliveira; BRANDAO, Maria Carolina da Fonseca e VALENTE, Tânia Cristina de Oliveira. Qualidade de vida de estudantes de Medicina: uma revisão. **Rev. bras. educ. med.** 2013, vol.37, n.3, pp.418-428.
13. FERREIRA, Carlos Magno Guimarães; KLUTHCOVSKY, Ana Claudia Garabeli Cavalli; CORDEIRO, Tatiana Menezes Garcia. Prevalência de Transtornos Mentais Comuns e Fatores Associados em Estudantes de Medicina: um Estudo Comparativo. **Rev. bras. educ. med.**, Rio de Janeiro , v. 40, n. 2, p. 268-277, June 2016 . Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010055022016000200268&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 21 Jun 2020.
14. FIGUEIREDO, Estevão Tavares de et al.. Influência da rotina acadêmica na prática de atividade física em graduandos de Medicina. **Rev. Soc. Bras. Clín. Méd** ; 7(3): 174-176, maio-jun. 2009.
15. FIEDLER, Patricia Tempski. **Avaliação da qualidade de vida do estudante de medicina e da influência exercida pela formação acadêmica**.266f. Doutorado[Tese]-Departamento de Medicina Preventiva, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2008. Disponível em: http://www.abemeducmed.org.br/pdf_tese/tese_patricia_tempski.pdf. Acesso em: 15 junho 2022.
16. FIOROTTI, Karoline Pedroti et al. Transtornos mentais comuns entre os estudantes do curso de medicina: prevalência e fatores associados. **J. bras. psiquiatr.**, Rio de Janeiro , v. 59, n. 1, p. 17-23, 2010 . Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S004720852010000100003&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 15 jun 2020.
17. JÚNIOR, Miguel Angelo Giovanni Noronha et al. Depressão em estudantes de medicina. **Revista médica de minas gerais**, Belo horizonte, v. 25, n. 4, p.111-222, out./dez. 2015.
18. MOTA, Maria Carliana et al . Estilo de vida e formação médica: impacto sobre o perfil nutricional. **Rev. bras. educ. med.**, Rio de Janeiro , v. 36, n. 3, p. 358-368, Set. 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010055022012000500010&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 15 jun 2020.
19. MOUTINHO, Ivania Lúcia Damásio. **Estresse, Ansiedade, Depressão, Qualidade de Vida e Uso de Drogas ao Longo da Graduação em Medicina: estudo longitudinal**. 2018. 151 f. Tese (Doutorado) - Curso de Pós-graduação em Saúde, Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora, 2018. Disponível em: <https://repositorio.ufjf.br/jspui/handle/ufjf/7118>. Acesso em: 17 abr. 2020

20. OLIVEIRA, L. M. **Qualidade de vida do estudante de medicina**. 2015. 76 f. Tese (Doutorado em Ciências da Saúde) - Universidade Federal de Goiás, Goiânia, 2015.
21. OLIVEIRA, B.M; MININEL V.A; FELLI, V.E.A. Qualidade de vida de graduandos de enfermagem. **Rev Bras Enferm**. 2011;64(1):130-5.
22. PEDROSO, Bruno et al. Cálculo dos escores e estatística descritiva do WHOQOL-bref através do Microsoft Excel. **Rev Bras Qualidade de Vida** 2010; 2(1):31-36.
23. PEREIRA, E. F.; TEIXEIRA, C. S.; SANTOS, A dos. Qualidade de vida: abordagens, conceitos e avaliação. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 26, n. 2, p.241-250, 2012.
24. PURIM, Kátia Sheylla Malta et al. Privação do sono e sonolência excessiva em médicos residentes e estudantes de medicina. **Rev. Col. Bras. Cir.**, Rio de Janeiro , v. 43, n. 6, p. 438-444, Dec. 2016. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-69912016000600438&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 14 jun 2020.
25. SILVA, Adriano Gonçalves; CERQUEIRA, Ana Teresa de Abreu Ramos; LIMA, Maria Cristina Pereira. Apoio social e transtorno mental comum entre estudantes de Medicina. **Rev. bras. epidemiol.**, São Paulo , v. 17, n. 1, p. 229-242, Mar. 2014 . Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-790X2014000100229&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 21 jun 2020.
26. SOUZA, L. **Prevalência de sintomas depressivos, ansiosos e estresse em acadêmicos de medicina**. 2011.233 f. Tese (Doutorado em Medicina)–Universidade de São Paulo, São Paulo, 2010.
27. ZONTA, Ronaldo; ROBLES, Ana Carolina Couto; GROSSEMAN, Suely. Estratégias de enfrentamento do estresse desenvolvidas por estudantes de Medicina da Universidade Federal de Santa Catarina. **Rev. bras. educ. med.**, Rio de Janeiro , v. 30, n. 3, p. 147-153, Dec. 2006. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_ =en&nrm=iso>. Acesso em 15 jun 2020.