



2018

ISSN 2447-8075

PROMOÇÃO DA SAÚDE EM DEBATE:

VIII FORUM DE DISCUSSÃO SOBRE DROGAS: Dialogando com adolescentes
V Seminário Científico do Programa de Pós Graduação em Promoção da Saúde da UNISC
I mostra regional das Práticas Integrativas e Complementares



UNISC
UNIVERSIDADE DE SANTA CRUZ DO SUL

69877 - Perfil de mestrandos a partir da aplicação de escala individual de estilo de vida Área de Conhecimento: Área da Saúde

Introdução: o estilo de vida da população influencia de maneira importante no desenvolvimento de determinadas patologias, a exemplo das doenças cardiovasculares, que estão entre as principais causas de óbitos no Brasil. A partir da interpretação do Pentágulo do Bem-Estar é possível avaliar cinco aspectos do estilo de vida das pessoas: nutrição, atividade física, comportamento preventivo, relacionamento social e controle do stress, em condições individuais e grupos, que em geral estão associados a doenças crônicas não transmissíveis como hipertensão, diabetes, neoplasias. Objetivo: identificar a partir da interpretação do perfil de estilo de vida individual, o equilíbrio entre os 5 diferentes domínios avaliados. Método: levantamento descritivo de abordagem quantitativa com aplicação de escala adaptada auto administrada, a partir do Pentágulo do Bem-Estar em um grupo de 16 alunos, na disciplina de estilo de vida de um mestrado acadêmico. Os dados foram organizados em tabela e analisados com auxílio do programa Microsoft Excel. Resultados: constatou-se que 12 entrevistados são do sexo feminino. Sobre os domínios questionados, 37,5% da amostra referiu aderir a uma alimentação equilibrada apenas às vezes; em relação ao domínio atividade física, 43,75% da amostra busca praticar alguma atividade quase sempre; no terceiro domínio, relacionado ao comportamento preventivo em saúde, metade dos entrevistados assinalaram a opção sempre; no parâmetro relacionamento social, 43,75% dos entrevistados consideraram-se atentos a importância do convívio em grupo, assinalando a alternativa sempre e por último, avaliando o controle do stress, 43,75% relatou autocontrole e atenção a este domínio, assinalando a alternativa quase sempre. O domínio que abrange a nutrição apresentou a resposta às vezes mais repetidamente, permitindo levantar a hipótese da necessidade de estimular hábitos alimentares saudáveis. Considerações finais: avaliando as respostas dos entrevistados, de uma maneira geral, os índices apontam para uma relação equilibrada entre os cinco diferentes domínios, onde cada um desempenha um papel fundamental na qualidade de vida individual. Importante ressaltar que através da associação destas áreas em uma mesma avaliação, é possível debater de forma ampla o conceito de saúde, identificando sob esta ótica a qualidade de vida e os determinantes de saúde de uma população. Palavras chave: estilo de vida, qualidade de vida, dieta saudável, educação em saúde.

Autor - Janaína Chiogna Padilha

Coautor - Mariana Portela de Assis

Coautor - Raquel Cristine Barcella

Coautor - Jane Dagmar Pollo Renner

Coautor - Cézane Priscila Reuter