

## UNIVERSIDADES PROMOTORAS DA SAÚDE: REVISÃO SISTEMÁTICA

*Amanda Tribulato Rego<sup>1</sup>, Julia Vieira Khoury<sup>2</sup>, Jane Biscaia Hartmann<sup>3</sup>, Marcelo Picinin Bernuci<sup>4</sup>, Mirian Ueda Yamaguchi<sup>5</sup>*

<sup>1,2</sup>Acadêmicas do Curso de Medicina, Universidade Cesumar - UNICESUMAR, Maringá-PR. <sup>1</sup>Bolsista PIBIC/ICETI-UniCesumar, amandatribulato@hotmail.com, juliakhoury66@gmail.com

<sup>3</sup>Doutoranda do Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde, UNICESUMAR, Maringá-PR. janebhart@gmail.com

<sup>4</sup>Coorientador, Doutor, Docente do Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Promoção da Saúde, UNICESUMAR, Maringá-PR. marcelo.bernuci@unicesumar.edu.br

<sup>5</sup>Orientadora, Doutora, Docente do Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Promoção da Saúde, UNICESUMAR, Maringá-PR. mirian.yamaguchi@unicesumar.edu.br

### RESUMO

A juventude é o período da vida em que os indivíduos estão mais susceptíveis a adquirirem hábitos prejudiciais à saúde e bem-estar, como má alimentação, poucas horas de sono, sedentarismo, sexo desprotegido, consumo de álcool e substâncias lícitas e ilícitas, dentre outros inúmeros fatores. Por este motivo, o objetivo do presente estudo foi identificar programas de promoção da saúde em universidades, por meio de uma revisão sistemática de literatura. Utilizou-se a metodologia PRISMA e as bases de dados PubMed, Scielo e Science Direct com os descritores “student e health promotion program”. Nas publicações identificou-se programas de promoção da saúde referentes às seguintes temáticas: saúde mental, atividade física, nutrição e álcool e drogas. Infere-se, portanto, a necessidade de estratégias específicas para promover saúde no ambiente universitário, uma vez que dentre os programas identificados, alguns não obtiveram êxito em seus resultados. Espera-se que os dados e experiências descritas no presente estudo colaborem na elaboração e implementação de políticas e programas de promoção da saúde nas universidades, com o objetivo de prevenir a prática de hábitos viciosos à saúde durante a vida acadêmica.

**PALAVRAS-CHAVE:** Estilo de Vida Saudável; Programas de bem-estar; Serviços de Saúde para Estudantes; Qualidade de vida.

## 1 INTRODUÇÃO

Diversas pesquisas no meio científico evidenciam a tendência à prática de comportamentos nocivos à saúde, em estudantes de ensino superior. Hábitos como o consumo de álcool e drogas, sedentarismo, má alimentação e poucas horas de sono, são cada vez mais vistos neste grupo, podendo trazer consequências a curto, médio e longo prazo. Afinal, a média de idade entre os estudantes é de 18 a 24 anos, período em que ainda estão no processo de desenvolvimento físico e mental, moldando, portanto, sua vida profissional e social. (ARROYO & RICE, 2009; LARA, et al., 2008)

Nesse íterim, os programas de promoção da saúde mostram-se como uma estratégia na mudança deste perfil. Essa preocupação é vista pelas Universidades Promotoras da Saúde, cujo objetivo é incentivar nessa faixa etária a aquisição de conhecimento e aptidões que culminem em práticas saudáveis à saúde. Sendo assim, um espaço propício para intervenções que tenham como finalidade a criação de um ambiente saudável, para a melhora do bem-estar não apenas dos estudantes, mas sim de todos os indivíduos que frequentam aquele campus, como funcionários e colaboradores (ARROYO & RICE, 2009; LARA, et al., 2008).

Tal propósito foi evidenciado ao longo do século XIX, quando Leavell e Clark debateram a ideia de promover a saúde em meio ao nível primário da medicina preventiva, mudando o foco da saúde, que antes era apenas centralizada na doença (MENDES; FERNANDEZ; SACARDO, 2016). Com isso, após muitas discussões sobre a temática, em 1986 foi realizada, no Canadá, a Carta de Otawwa, na qual foram propostos planos com a finalidade de reorientar os serviços de saúde, reforçar a ação comunitária, implementar políticas públicas saudáveis, criar ambientes favoráveis à saúde e desenvolver habilidades

personais. Itens fundamentais nas estratégias das Universidades Promotoras da Saúde atuais (OLEGARIO, 2014).

Dessa forma, é necessário compreender e reconhecer as principais questões a serem analisadas dentro de cada campus, estabelecendo os maiores problemas daquela região bem como os principais déficits de conhecimento daqueles que a frequentam. Logo, é imperativo que a formulação de planos inteiramente focados e personalizados para determinada população, traz no futuro, resultados mais eficazes.

Perante o exposto, buscou-se por meio desta pesquisa analisar, através de uma revisão sistemática de literatura, as principais estratégias de promoção de saúde em universidades no mundo todo, ao decorrer dos séculos. Este estudo será fundamental para a elaboração de um questionário de Conhecimentos, Atitudes e Prática (*Knowledge, Attitudes and Practices-KAP*), que avaliará cada um desses itens ao ser aplicado em universidades que busquem promover saúde para seus alunos.

## 2 MATERIAIS E MÉTODOS

Este estudo consistiu em uma revisão sistemática da literatura científica que objetivou identificar estudos sobre programas de promoção da saúde implementados em universidades em todo o mundo. A pesquisa foi realizada nos bancos de dados *Scientific Eletronic Library Online* (SciELO), *Science Direct* e *United States National Library of Medicine* (PubMed) com os descritores "Students and Health Promotion Program". Adotou-se nesta pesquisa o protocolo PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*) para revisões sistemáticas. A busca foi realizada por duas pesquisadoras, que trabalharam de forma individual, no período entre novembro de 2019 a setembro de 2020.

A princípio foram identificados 1.264 documentos, sendo 1.134 na base de dados Science Direct, 129 no Pubmed (129) e um no Scielo referentes ao tema. Estabeleceu-se como critério primário de inclusão publicações que abordassem promoção de saúde em universidades, excluindo, portanto, trabalhos realizados no ensino infantil, fundamental e médio além daqueles realizados em adultos fora dos campus universitários. Com este critério foram excluídos 1.163 estudos. Dos 101 estudos restantes, quatro se apresentaram em mais de uma base de dados, sendo então retirados, resultando em 97 artigos.

Foi então estabelecido outro critério de seleção, incluindo apenas os estudos que abordaram práticas de promoção de saúde nas universidades, excluindo 67 estudos que se restringiram à apresentação de dados epidemiológicos sobre a temática. O terceiro critério de inclusão foi de estudos que se enquadraram em ensaios clínicos com intervenções realizadas tanto no grupo controle quanto no experimental, excluindo assim 24 dos 30 artigos restantes, resultando em 6 artigos.

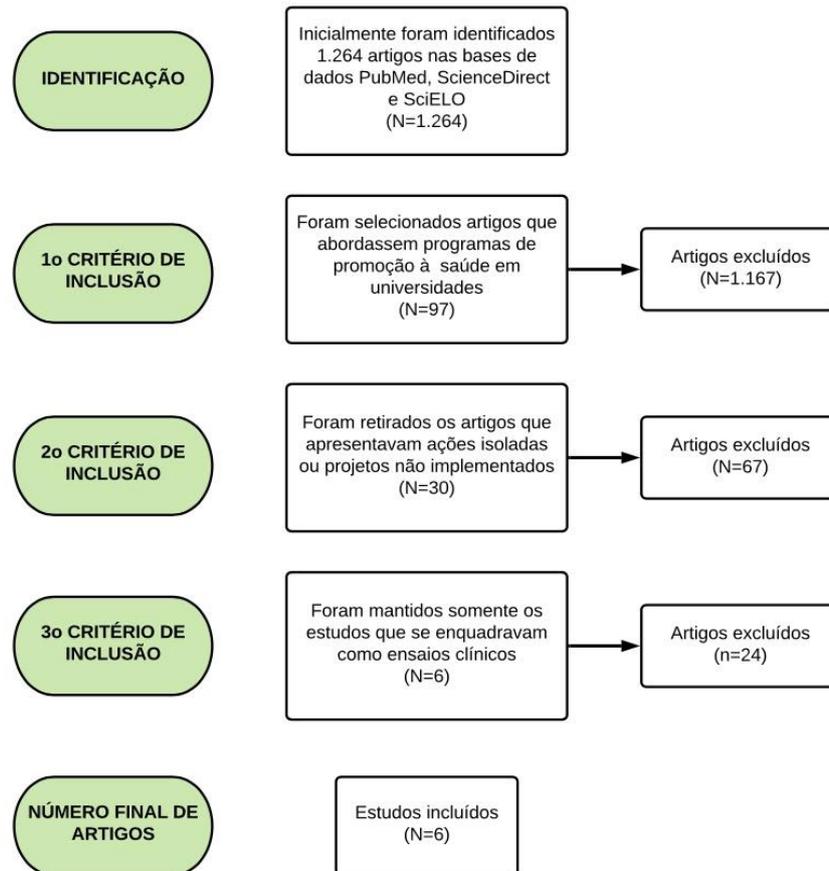


Figura 1. Diagrama de fluxo da seleção do estudo segundo o protocolo PRISMA.

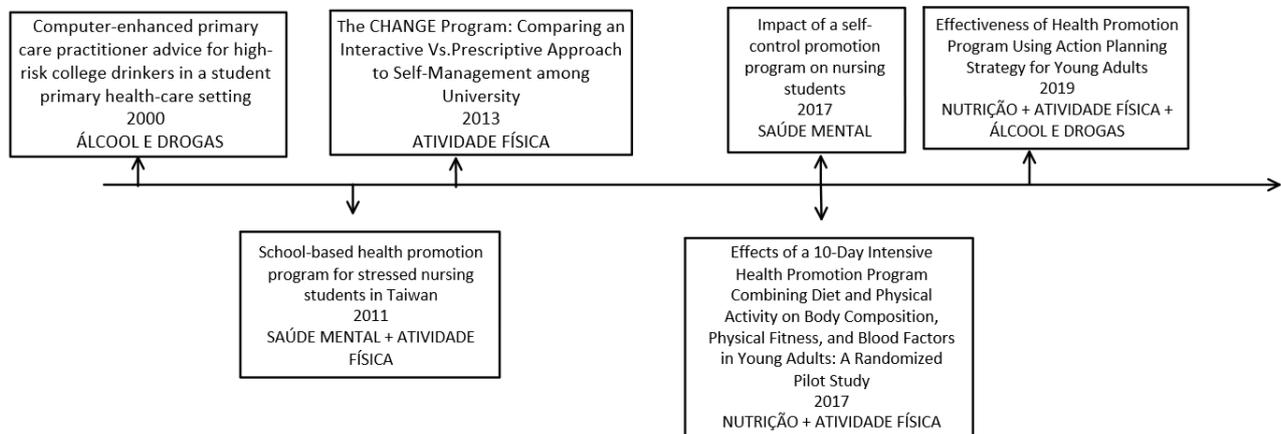
### 3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A leitura de todos os documentos selecionados, possibilitou a identificação e a categorização dos materiais em grupos, a partir do objetivo estabelecido por cada programa de promoção à saúde, aplicado nas universidades ao redor do mundo. Dos 6 artigos publicados, dois abordaram a saúde mental, sendo que um deles teve como objeto de pesquisa a atividade física como potencial modulador do estresse em estudantes de enfermagem (ÂNGULO, 2018). Já o outro artigo, publicado no Canadá, enfocou a prática de exercícios físicos. Obteve-se resultados satisfatórios na redução de peso e na mudança de hábitos alimentares (PEARSON et al., 2013).

O primeiro estudo identificado sobre a aplicação de um programa de promoção de saúde em uma universidade com grupo experimental e controle, foi realizado nos Estados Unidos (DIMEFF & McNEELY, 2000), no qual tinha 41 participantes submetidos à ações voltadas ao consumo de álcool e drogas. Por meio desta intervenção, conseguiu-se reduzir consideravelmente estes hábitos viciosos e maléficos à saúde. Utilizaram um questionário online para análise do perfil de cada universitário, seguido de uma discussão individual com um profissional da área.

Além disso, juntamente com nutrição e a temática álcool e drogas, atividade física foi novamente abordada em um estudo recente realizado na Coreia do Sul (KIM et al., 2019), apresentando bons resultados quando comparados ao grupo controle. A metodologia aplicada foi a elaboração de planos de ações semanais durante 5 semanas (1 sessão por semana), dividindo os participantes em grupos de 10 pessoas com 1 líder que

também era estudante universitário, especificamente do curso de enfermagem, cuja função era monitorar o desempenho do comportamento de saúde de seus colegas. No final do programa, houve melhoria no peso, força física, alimentação e menor consumo de tabaco entre os estudantes.



**Figura 2.** Linha cronológica dos documentos publicados sobre programas de promoção da saúde nas universidades.

#### 4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se com essa revisão sistemática que os benefícios dos programas de promoção da saúde em universidades são mais evidentes quando utiliza-se estratégias específicas para os problemas encontrados.

Espera-se que as experiências dos programas adotados nas universidades dos diversos países discutidos no presente estudo, auxilie outros gestores de instituições de ensino superior na criação de políticas de saúde e programas de promoção da saúde nas suas respectivas universidades.

Para tanto, é necessário que estes gestores estejam atentos à prática de hábitos nocivos, como abuso de álcool e drogas, má alimentação e sedentarismo, para criar programas direcionados a fim de preveni-las.

#### REFERÊNCIAS

ÂNGULO, Lidia Grima-Ruiz de. Impact of a self-control promotion program on nursing students. *Enfermería Clínica (English Edition)*, [S.L.], v. 28, n. 2, p. 118-124, mar. 2018. Elsevier BV. Disponível em <<http://dx.doi.org/10.1016/j.enfcl.2017.03.014>>

ARROYO, H. V.; RICE, M. Una Nueva Mirada al Movimiento de Universidades Promotoras de la Salud en las Américas. Documento de Trabajo Desarrollado para el IV Congreso Internacional de Universidades Promotoras de la Salud. Evento organizado por la Universidad Pública de Navarra a efectuarse en Pamplona, España del 7-9 de octubre de 2009.

BLEE, Fiona L.; REAVLEY, Nicola J.; JORM, Anthony F.; MCCANN, Terence V.. Student driven mental health promotion in an Australian university setting. *Mental Health & Prevention*, [S.L.], v. 3, n. 1-2, p. 26-33, maio 2015. Elsevier BV. Disponível em <<http://dx.doi.org/10.1016/j.mhp.2015.04.004>>

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Carta de Ottawa. Brasília, DF, 1986. Disponível em <[http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/carta\\_ottawa.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/carta_ottawa.pdf)>

DIMEFF, Linda A.; MCNEELY, Marguerite. Computer-enhanced primary care practitioner advice for high-risk college drinkers in a student primary health-care setting. *Cognitive And Behavioral Practice*, [S.L.], v. 7, n. 1, p. 82-100, dez. 2000. Elsevier BV. Disponível em <[http://dx.doi.org/10.1016/s1077-7229\(00\)80010-3](http://dx.doi.org/10.1016/s1077-7229(00)80010-3)>

FERREIRA, Fernanda Maria Príncipe Bastos; BRITO, Irma da Silva; SANTOS, Margarida Reis. Health promotion programs in higher education: integrative review of the literature. *Revista Brasileira de Enfermagem*, [S.L.], v. 71, n. 4, p. 1714-1723, 2018. FapUNIFESP (SciELO). Disponível em <<http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2016-0693>>

HSIEH, Pei-Lin. A School-Based Health Promotion Program for Stressed Nursing Students in Taiwan. *Journal Of Nursing Research*, [S.L.], v. 19, n. 3, p. 230-237, set. 2011. Ovid Technologies (Wolters Kluwer Health). Disponível em <<http://dx.doi.org/10.1097/jnr.0b013e318228d010>>

KIM, Su Hyun; KIM, Min Ji; KIM, Sang Hee; KIM, So Yeon; PARK, Chae Yeon; BANG, Jee Yun. Effectiveness of Health Promotion Program Using Action Planning Strategy for Young Adults. *Journal Of Korean Academy Of Nursing*, [S.L.], v. 49, n. 4, p. 461, 2019. Korean Society of Nursing Science. Disponível em <<http://dx.doi.org/10.4040/jkan.2019.49.4.461>>

LARA, R. M. M.; ÁVILA, F. S.; GARCIA, B. L.; LUCERO, V.; CHÁVEZ, A. P.; SIERRA, M. D. V. Evaluación de la percepción de calidad de vida y el estilo de vida en estudiantes desde el contexto de las Universidades Promotoras de la Salud. *Revista de Educación y Desarrollo*, n. 8, 2008.

LEE, Kyoung Soon; LEE, Jae Koo; YEUN, Young Ran. Effects of a 10-Day Intensive Health Promotion Program Combining Diet and Physical Activity on Body Composition, Physical Fitness, and Blood Factors of Young Adults: a randomized pilot study. *Medical Science Monitor*, [S.L.], v. 23, p. 1759-1767, 11 abr. 2017. International Scientific Information, Inc. Disponível em <<http://dx.doi.org/10.12659/msm.900515>>

MENDES, Rosilda; FERNANDEZ, Juan Carlos Aneiros; SACARDO, Daniele Pompei. Promoção da saúde e participação: abordagens e indagações. : abordagens e indagações. **Saúde em Debate**, [s.l.], v. 40, n. 108, p. 190-203, mar. 2016. FapUNIFESP (SciELO). Disponível em <<http://dx.doi.org/10.1590/0103-1104-20161080016>>

OLEGARIO, Natália Bitar da Cunha. **UNIVERSIDADE PROMOTORA DE SAÚDE: PERCEPÇÃO DO ADOLESCENTE ACADÊMICO**. 2014. 63 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Mestrado em Saúde Coletiva-msc, Fundação Edson Queiroz Universidade de Fortaleza, Fortaleza, 2014

OLIVEIRA, C. S. A Universidade Promotora da Saúde: uma revisão de literatura. Dissertação (Mestrado em estudos interdisciplinares sobre a universidade). Instituto de Humanidades, Artes e Ciências Professor Milton Santos, Universidade Federal da Bahia, 2017. Disponível em <<http://repositorio.ufba.br/ri/handle/ri/23569>>

PEARSON, Erin S.; IRWIN, Jennifer D.; MORROW, Don; BATTRAM, Danielle S.; MELLING, C.W. James. The CHANGE Program: comparing an interactive vs. prescriptive

approach to self- management among university students with obesity. Canadian Journal Of Diabetes, [S.L.], v. 37, n. 1, p. 4-11, fev. 2013. Elsevier BV. Disponível em <<http://dx.doi.org/10.1016/j.jcjd.2012.12.002>>

SOUSA, Thiago Ferreira de; JOSÉ, Helma Pio Mororó; BARBOSA, Aline Rodrigues. Conduas negativas à saúde em estudantes universitários brasileiros. Ciência & Saúde Coletiva, [S.L.], v. 18, n. 12, p. 3563-3575, dez. 2013. FapUNIFESP (SciELO). Disponível em < <http://dx.doi.org/10.1590/ s1413-81232013001200013>>