

ANÁLISE DE QUALIDADE DE VIDA DE ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO DE ESCOLA PÚBLICA EM ESPÍRITO SANTO DO PINHAL – SP**QUALITY OF LIFE ANALYSIS OF HIGH SCHOOL STUDENTS AT PUBLIC SCHOOL IN ESPÍRITO SANTO DO PINHAL – SP****Beatriz YAMAMOTO¹; Inês Juliana Martorano GIARDINI²; Mariana ZANCO²; Anderson MARTELLI²; Thais Louise SOARES²***1. Graduação em Biomedicina Centro Regional Universitário de Espírito Santo do Pinhal – UNIPINHAL;**2. . Docente do curso de Biomedicina Centro Regional Universitário de Espírito Santo do Pinhal - UNIPINHAL**E-mail: thaisls@yahoo.com***RESUMO**

A qualidade de vida é definida como a percepção do indivíduo de sua posição na vida, no contexto de sua cultura e no sistema de valores em que vive em relação a expectativas, padrões e preocupações. O objetivo do presente estudo foi investigar a qualidade de vida de estudantes do terceiro ano do Ensino Médio das escolas públicas de Espírito Santo do Pinhal/SP. Foram aplicados questionários e analisadas variáveis no município. Os dados foram obtidos através de entrevista a partir do questionário WHOQOL-bref. Entre estudantes matriculados no ensino médio de escolas públicas nos anos de 2019 e que concordaram em participar voluntariamente do estudo, após explicação do trabalho para intervenção foi realizada a abordagem nas escolas por meio de amostragem aleatória. Foi analisada então a diferença entre o domínio físico, psicológico, social e meio ambiente entre esses alunos, com sua percepção de qualidade de vida, além de diferir essa percepção entre gêneros masculino e feminino. Portanto conclui-se nesse trabalho que a qualidade de vida de cada indivíduo é determinado pelos seus hábitos, crenças, moradia, e outros determinantes do dia a dia, que apesar dos domínios serem analisados de forma separados, eles estão totalmente correlacionados.

Palavras- chave: Qualidade de vida, Escala de avaliação, Promoção da Saúde**ABSTRACT**

Quality of life is defined as an individual's perception of their position in life, in the context of their culture and the value system in which they live in relation to expectations, standards and concerns. The objective of the present study was to investigate the quality of life of third-year high school students at public schools in Espírito Santo do Pinhal/SP. Questionnaires were administered and variables were analyzed in the municipality. Data were obtained through interviews using the WHOQOL-bref questionnaire. Among students enrolled in high school in public schools in 2019 and who agreed to voluntarily participate in the study, after explaining the work for intervention, the approach was carried out in schools through random sampling. The difference between the physical, psychological, social and environmental domains among these students was then analyzed, with their perception of quality of life, in addition to the difference between this perception between male and female genders. Therefore, this work concludes that the quality of life of each individual is determined by their habits, beliefs, housing, and other day-to-day determinants, which despite the domains being analyzed separately, they are fully correlated.

Keywords: Quality of life, Assessment scale, Health

Recebimento dos originais: 28/01/2024.

Aceitação para publicação: 15/03/2024.

INTRODUÇÃO

Qualidade de vida se define como uma síntese cultural de elementos que compõe o que a sociedade considera padrão á fim do seu bem estar, podendo incluir então conhecimentos, valores, experiências, espaços, construção social, cultural, educação, alimentação, saneamento básico, saúde, tudo o que gira a volta de um indivíduo ou sociedade. Ter qualidade de vida é buscar um estado de equilíbrio entre a saúde física, emoções, domínios, elevação da consciência e suas crenças, e a partir daí exteriorizar essas relações interpessoais ao meio ambiente (GORDIA, et al., 2011).

Desta forma, qualidade de vida refere-se a estimar parâmetros além dos sintomas, também a diminuição da mortalidade e aumento de expectativa de vida. Este termo que está associado a ter uma boa condição de saúde e um bom funcionamento social, além disso, esta independe de cultura, nação ou época, apenas se há boas condições físicas, psicológicas e sociais (FLECK, et al., 2000).

O bem-estar subjetivo assume que as pessoas se predispõem a inúmeras formas de interpretações sobre situações e experiências de vida tanto de forma negativa quanto positiva, e essa propensão influencia em sua vida. O julgamento de situações e satisfações está nas diferenças entre as condições reais e o que se impõem como padrão, pois a diferença entre uma comparação superior resulta em uma menor satisfação (GIACOMONI, 2004).

Entretanto qualidade de vida aborda movimentos das ciências humanas e biológicas para valorizarem o controle de sintomas, diminuição da mortalidade e um aumento da expectativa de vida. Considerada como percepção do posicionamento de um indivíduo em relação a objetivos, expectativas, padrões e preocupações (PEREIRA; TEIXEIRA; SANTOS, 2012).

Assim demonstrando que as condições de vida e qualidades de saúde estão fortemente influenciada na sobrevivência do indivíduo, o desenvolvimento da promoção da saúde e práticas que buscam essa finalidade de integração (BUSS, 2000). O objetivo deste estudo foi investigar a qualidade de vida de estudantes através dos quatro domínios no presente estudo (físico, psicológico, social e meio ambiente) do terceiro ano do Ensino Médio das escolas públicas de Espírito Santo do Pinhal/SP.

MATERIAL E MÉTODOS

O trabalho foi aprovado pelo comitê de ética do Centro Universitário das Faculdades Associadas de Ensino - FAE/UNIFAE, em Novembro de 2018, com o número de parecer 3.015.444.

A pesquisa tratou de um estudo descritivo com pesquisa de campo, no qual foram aplicados questionários e analisadas variáveis (faixa etária, gênero e qualidade de vida) na cidade de Espírito Santo do Pinhal - SP. Foi assegurado aos colaboradores o anonimato de sua identidade e delimitados para o estudo os estudantes do terceiro ano do ensino médio de escolas públicas no ano de 2019 em Espírito Santo do Pinhal - SP

Após a explicação do trabalho e seus objetivos, foi realizada a coleta dos Termos de Consentimento Livre e Esclarecido e Termos de Assentimento Livre e Esclarecido assinados (os estudantes maiores de idade assinaram o TCLE e os adolescentes o TALE trazendo o TCLE assinado pelos pais ou responsáveis). Houve esclarecimento das dúvidas e a intervenção foi realizada, no qual os estudantes responderam ao questionário juntamente com a supervisão da professora da escola e o aluno/professor responsável pela aplicação do questionário sem identificação. Para aplicação do questionário foi utilizada a versão abreviada, em português, do WHOQOL-bref. Esse instrumento foi traduzido e validado no Brasil, e apresenta bom desempenho psicométrico e praticidade de uso, sendo uma alternativa para avaliar a qualidade de vida no País (FLECK et al., 2000). O WHOQOL-bref

possui 26 itens; as duas primeiras questões avaliam a autopercepção da qualidade de vida e satisfação com a saúde. Os 24 restantes representam cada uma das 24 facetas que compõem o instrumento original (WHOQOL-100), divididas em quatro domínios: físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente. Diferente do WHOQOL-100, em que cada uma das 24 facetas é avaliada a partir de quatro questões, no WHOQOL-bref cada faceta é avaliada por apenas uma questão: aquela que mais altamente se correlaciona com o escore total, calculado pela média de todas as facetas (FLECK et al., 2000). O WHOQOL-bref possui cinco escalas de respostas do tipo Likert: “muito ruim a muito bom” (escala de avaliação), “muito insatisfeito a muito satisfeito” (escala de avaliação), “nada a extremamente” (escala de intensidade), “nada a completamente” (escala de capacidade) e “nunca a sempre” (escala de frequência) (FLECK et al., 2000). Cada domínio é composto por questões cujas pontuações das respostas variam de um a cinco.

Após a tabulação dos resultados no software programa Excel e foi utilizado a escala para os resultados do questionário correspondendo aos valores: 1 até 2,9 (Necessita melhorar); 3 até 3,9 (regular); 4 até 4,9 (boa) e 5 (muito boa) para confeccionar os gráficos e comparar os resultados.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Perfil dos Entrevistados

Foram visitadas 2 escolas, nas quais obteve-se um total de 33 estudantes do terceiro ano do Ensino médio de escolas Estaduais.

Ao analisar o perfil dos entrevistados foram avaliados faixa etária, o sexo de cada entrevistado e o tipo de ensino, conforme apresentado na Tabela 1. É possível analisar que a maioria dos alunos está na faixa etária entre 18 a 20 anos (75,7%). A maior quantidade de entrevistados foi do sexo masculino (63,6%), e grande parte do ensino EJA (81,8%) que é no período noturno, relacionado ao ensino médio/técnico que foi de 18,2%.

Tabela 1: Perfil dos entrevistados de Espírito Santo do Pinhal - SP

		Quantidade dos entrevistados (n)	Porcentagem dos entrevistados (%)
Faixa etária	18 a 20 anos	25	75,7%
	21 a 30 anos	5	15,2%
	31 a 40 anos	3	9,1%
	Mais de 40 anos	0	0%
Gênero	Feminino	12	36,4%
	Masculino	21	63,6%
Escola	A	6	18,2%
	B	27	81,8%
Tipo de Ensino	Médio/Técnico	6	18,2%
	EJA	27	81,8%

No trabalho realizado por Gordia, et al, (2009a) em Curitiba apresentou uma amostra de alunos entre 14 a 20 anos em escolas públicas e privadas, sendo maior que a metade dos envolvidos de escolas públicas. Portanto além de grande parte da amostra ser de escola pública, mostra-se que de 608 alunos, 369 são do sexo feminino, o que se difere com o presente trabalho, pois a maioria dos alunos encontrados é do sexo masculino.

Percepção da Qualidade de Vida

A percepção da qualidade de vida em que os entrevistados possuíram quando responderam o questionário foi positiva (GRÁFICO 2), apenas 3,0% dos indivíduos de 18 a 20 anos acreditam que precisam melhorar, já 27,3% desses mesmos indivíduos avaliam como regular e igualmente 27,3% como boa, o restante 18,2% avaliam como muito boa. Já na minoria, 6,0% dos indivíduos de 21 a 30 anos avaliaram como regular e 9,1% como boa, e os entrevistados de 31 a 40 anos apenas 3,0% avaliaram como regular e 6,1% como boa. Portanto, em geral a percepção da qualidade de vida dos envolvidos é boa.

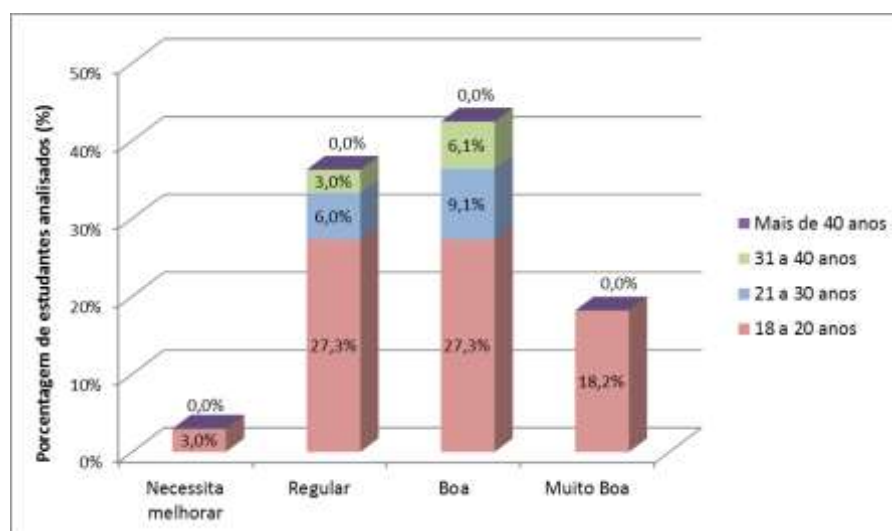


Gráfico 1: Percepção da qualidade de vida em estudantes do ensino médio de escolas estaduais em Espírito Santo do Pinhal – SP.

Assim como no presente trabalho a satisfação com a qualidade de vida dos adolescentes, verificada e evidenciada por Segabinazi, et al, (2010), as propriedades foram psicométricas positivas, mas não houve uma correta dimensão sobre o que é necessário para compor exatamente essa satisfação com a qualidade de vida, embora o âmbito familiar é sempre o mais alto, ou seja, acredita-se que a família é a base para o bem-estar dos adolescentes, além dos familiares, as médias em amizades também são altas, e relaciona-se isso com a felicidade.

Satisfação com a Saúde

A satisfação com a saúde como apresentado no Gráfico 3 demonstra que a maioria dos entrevistados de 18 a 20 anos consideraram boa (36,4%), já 27,2% dessa mesma categoria de indivíduos consideraram como regular (27,2%), outra parte destes (9,1%) considerou como muito boa, e por fim a minoria (3,0%) acredita que precisam melhorar. Já os indivíduos de 21 a 30 anos possuem

uma visão inferior sobre a qualidade da saúde, 9,1% avaliaram que precisam melhorar e 6,1% como boa. Diferente dos indivíduos de 31 a 40 anos que apesar de serem minoria dos entrevistados 3% avaliaram como regular e 6,1% como boa.

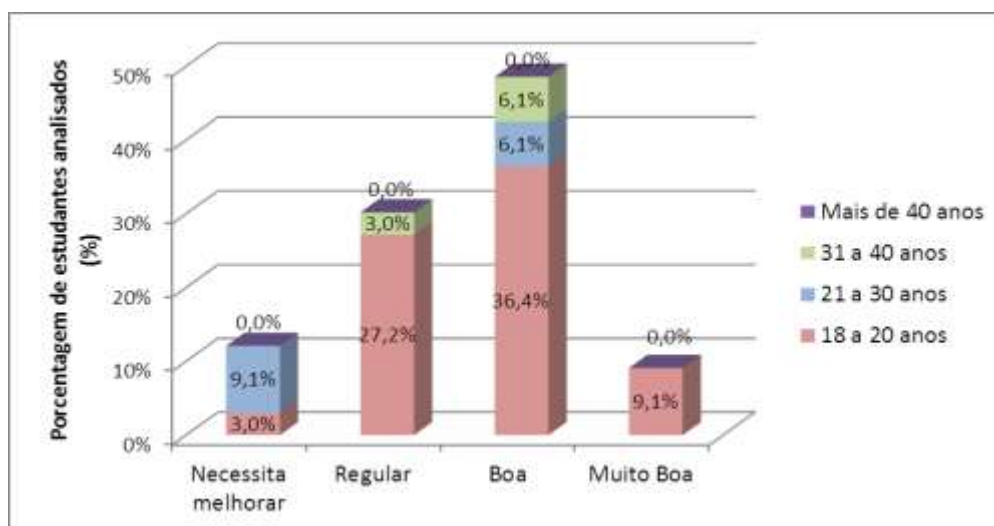


Gráfico 2: Satisfação com a saúde em estudantes do ensino médio de escolas estaduais em Espírito Santo do Pinhal – SP.

Em convergência com os resultados do presente estudo, que apontou uma boa satisfação com a saúde, Cruz; Collet; Nóbrega, (2018), em João Pessoa, realizaram um estudo em que aponta um crescente aumento em crianças e adolescentes com Diabetes 1, que pode ser relacionada com estresse, autogestão, má alimentação e qualidade de vida, entre esses não houve diferenças elevadas de casos relacionados à idade e sexo, porém o sexo masculino obtém piores indicadores. A renda familiar também é um fator para as diferenças relevantes, pois associam a falta de alimentos de boa qualidade. Observaram também o aumento o IMC (Índice de Massa Corporal) que influencia negativamente na qualidade de vida, resultando em Diabetes, podendo ser causada por distúrbios de saúde, anorexia, bulimia, ansiedade.

Já em um estudo feito por Costa, et al, (2015) aponta que os adolescentes estão carentes de escuta, nas ações de promoções da saúde, que os apoiem em seus hábitos saudáveis, portanto nesse estudo obteve um resultado positivo em relação às ações em que assistentes da saúde e também familiares fazem entre os adolescentes, atuando de forma interdisciplinar e multidisciplinar, atendendo as necessidades dos adolescentes e promovendo uma melhor assistência á saúde.

Através do estudo de Campos, et al, (2017) que fala sobre a relação entre a saúde da sexualidade em adolescentes, aponta que alguns fatores da sexualidade entre adolescentes são considerados como problemas da saúde pública, por efeito da iniciação sexual sem proteção em todas as relações sexuais, baixo uso e conhecimento de métodos de proteção, infecções sexualmente transmissíveis, gravidez na adolescência e violência. Portanto o autor ressalta a importância da educação sexual durante a adolescência, estratégias para promover a saúde sexual entre esse público.

Análise dos Domínios

Em uma visão geral dos domínios como apresentado no Gráfico 4, 63,7% dos entrevistados avaliaram como regular, sendo eles, 6,1% pessoas com 31 a 40 anos, 12,1% de 21 a 30 anos e 45,5% de 18 a 20 anos, já como boa 24,2% de 18 a 20 anos e 3,0% de 31 a 40 anos, como muito boa nenhum grupo de entrevistados avaliou, e como necessitam melhorar pequena parte deles (9,1%).

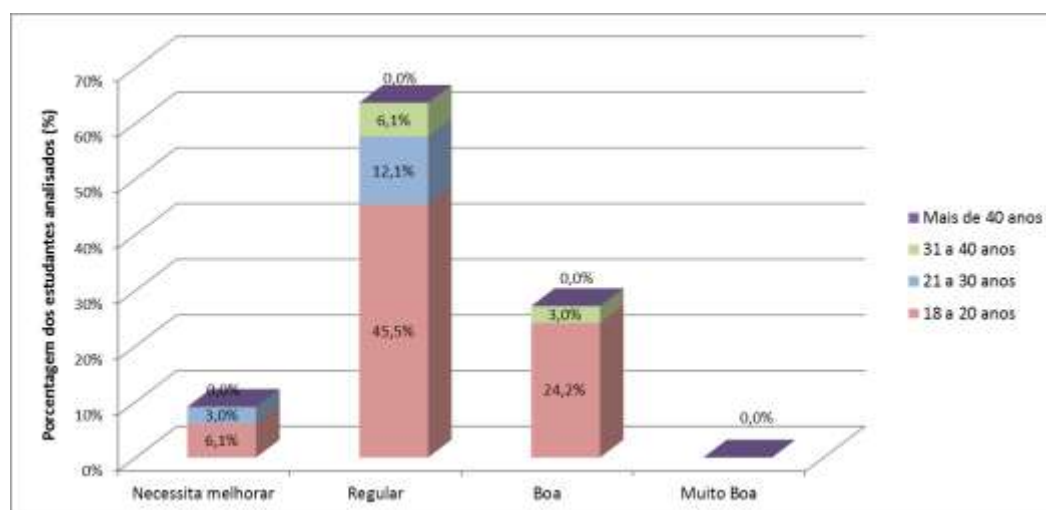


Gráfico 3: Qualidade de Vida no geral em estudantes do ensino médio de escolas estaduais em Espírito Santo do Pinhal – SP.

Em análise nos grupos de jovens entre 13 a 22 anos, em São Paulo Bueno; Strelhow; Câmara, (2010) observaram que a satisfação geral com a vida é maior entre aqueles que têm 19 a 22 anos, resultado semelhante ao encontrado nessa pesquisa, já em quesito de autoestima e propósito de vida os jovens que possuem de 13 à 18 anos. O autor do estudo também separou por gêneros, sendo então ponderado que em quesito de autoestima as mulheres possuem média mais elevadas que os homens, já na satisfação geral os homens possuem a média superior, e no quesito propósito de vida são iguais.

Segundo estudo de Gaspar, et al (2008), apontaram em sua pesquisa, que a qualidade de vida de crianças e adolescentes está intimamente ligado com o bem-estar e seu psicológico, dependendo das relações com seus familiares, o desenvolvimento emocional, mas também social, onde a escola é uma estrutura social para complementar essa qualidade de formação e educação, portanto a satisfação com os domínios em geral são positivas assim como no presente estudo.

Domínio Físico

A qualidade de vida relacionada ao domínio físico apresenta a maioria (54,6%) avaliando como regular (GRÁFICO 5), sendo então eles 9,1% pessoas de 31 a 40 anos, 6,1% 21 a 30 anos e 39,4% de 18 a 20 anos, logo outra grande parte dos entrevistados avaliaram como boa, 6,1% de 21 a 30 anos e 33,3% de 18 a 20 anos, os que consideraram muito boa foram apenas 3,0% e de pessoas com 18 a 20 anos, e os que acham que precisam melhorar foram os de 21 a 30 anos com apenas 3,0% também.

Destaca-se que 81,8% dos alunos são do ensino EJA noturno, esse fator que pode influenciar na falta de tempo para a prática de atividade física.

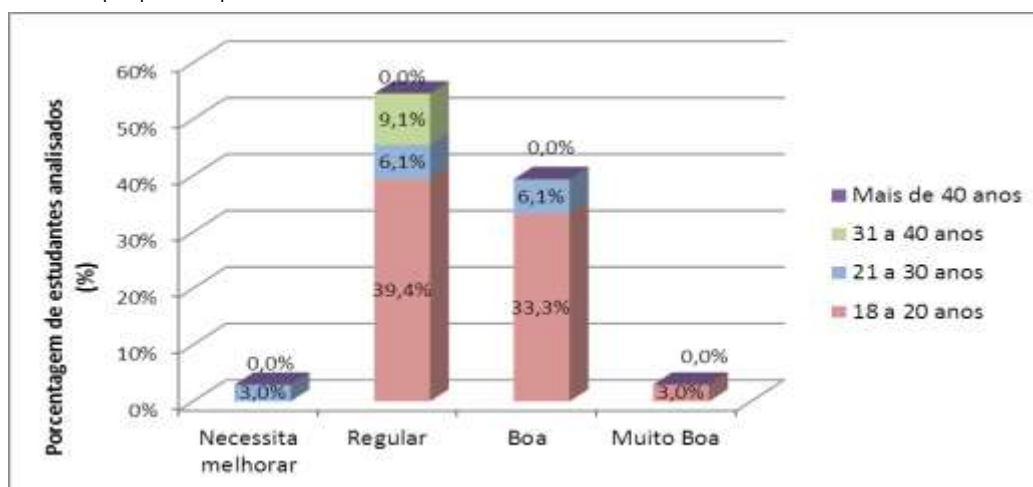


Gráfico 4: Qualidade de Vida no domínio Físico em estudantes do ensino médio de escolas estaduais em Espírito Santo do Pinhal – SP.

Em estudo feito por Agathão; Reichenheim; Moraes, (2018) em adolescentes entre 12 a 17 anos sobre o domínio físico ponderou que a importância da atividade física e da diferença entre os hábitos entre meninas e meninos, os meninos começam desde cedo, pelas brincadeiras que já são deste incentivo, e quando mais velhos continuam com esforços físicos intensos e esportes, diferente para as meninas que tem um menor estímulo social para esta prática, e as brincadeiras não envolvem tanto esforços físicos quanto os meninos, portanto isso pode ser associado ao sedentarismo mais relacionado com as meninas. Além disso o estudo também aponta que o nível de esforço físico é mais elevado em escolas públicas a privadas, uma vez que os alunos aproveitam as aulas de educação física para o lazer, já que não possuem recursos financeiros para o esporte, portanto resultados se correlacionam positivos em ambos resultados.

Outro aspecto a ser abordado por Melo, et al, (2018), em um estudo em São Paulo sobre a qualidade de vida entre adolescentes com doenças cardiovasculares e pulmonares, que demonstrou a função física influencia na qualidade de vida apontando que crianças e adolescentes com doença cardíaca obtém baixos escores físicos, e notaram que acabam sendo excluídas da sociedade por uma doença adquirida, que interfere em suas relações físicas.

Já um importante estudo feito por Pinheiro; Andrade; Micheli, (2016) aponta sobre o uso de drogas feito por adolescentes com o uso irracionalizado, abusivo, precoce e inadequado, aquelas com finalidade de possuírem um corpo perfeito, ou aumentarem o rendimento nas atividades físicas, porém são capazes de causar problemas à saúde como uma sobrecarga renal, desidratação e problemas cardíacos. Semelhante a esses produtos, observa-se também o uso excessivo de bebidas energéticas, a fim de melhorar rendimento esportivo, mas também podem causar danos, principalmente cardiovasculares. Outra percepção feita pelo autor é que a prática de esporte tem se dado muito pela qualidade de vida, portanto, a pratica em excesso tem aumentado gradativamente entre as populações, principalmente entre os adolescentes, causando danos a saúde também.

Domínio Psicológico

Por ser mais abrangente as relações que afetam esse domínio, a avaliação aos domínios psicológico pesou um pouco mais para a necessidade de melhorar, como podemos observar no Gráfico 6, essa avaliação de quem acredita que deve melhorar é 6,1% das pessoas com 21 a 30 anos e 12,1% de 18 a 20 anos. Porém a maioria dos entrevistados avaliou como boa, sendo eles 9,1% de 31 a 40 anos, 3,0% de 21 a 30 anos e 30,3% de 18 a 20 anos. Quase se igualou com os que avaliaram regulares de 18 a 20 anos com 33,3%. Porém ninguém considerou esse domínio como muito boa.

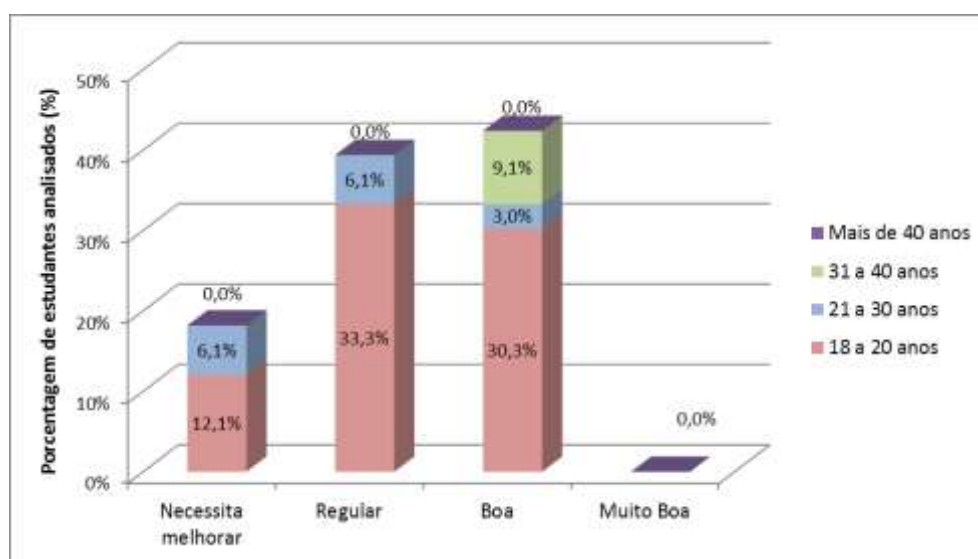


Gráfico 5: Qualidade de Vida no domínio Psicológico em estudantes do ensino médio de escolas estaduais em Espírito Santo do Pinhal – SP.

Os resultados encontrados nesse domínio podem ser devido à pressão psicológica para passar no vestibular e decidir que rumo e planos pós finalização do Ensino médio, assim como em estudo feito por Strelhow; Bueno; Câmara, (2010) em Campo Grande, nas salas de aulas de várias escolas, com 188 adolescentes, avaliou a qualidade de vida e o domínio psicológico entre os jovens, então analisou que a frequência desses quase semanalmente sentiram-se deprimidos, e mais de uma vez por semana nervosos, irritados ou bravos. Quanto à percepção de felicidade a maioria se referiu muito felizes e satisfeitos, entre a relação familiar, satisfação com a vida em geral, consigo mesmo, e também em relação às escolas, em média obteve bons resultados. Já em comparação entre gêneros, o estudo apresentou que os meninos obtiveram maiores índices com relação à satisfação com a vida em geral, e as meninas apresentaram maiores médias em relação ao estresse, e na felicidade ambos os sexos apresentaram percepções parecidas.

Já em outro estudo feito por Coutinho, et al, (2016), em 204 estudantes de escolas públicas na cidade de João Pessoa, avaliaram a relação em depressão nesses adolescentes e constatou que a maioria das sintomatologias depressivas são constituídas pelo sexo feminino na faixa etária entre 16 e 18 anos, nos relacionamentos com colegas grande parte considera bom, os outros de razoável a mal, já na satisfação com o próprio corpo, quase 70% consideram-se satisfeitos, o que é bom, apontando uma boa qualidade de vida desses adolescentes, apesar no âmbito da depressão que obteve um impacto negativo, afetando portanto o domínio psicológico.

Em Santa Cruz do Sul uma pesquisa feita por Castro, et al, (2016), relacionado ao domínio psicológico e à obesidade dos indivíduos, analisou sobre adolescentes entre 10 e 12 anos, em 42 alunos 20% estavam com sobrepeso, 30% obesas e 50% com peso normal, no sobrepeso/obesidade a constância foi entre os meninos. A avaliação envolveu também além de hábitos, a quantidade de pessoas que residem em suas casas e a relação de obesidade entre familiares. Porém a maior relação com a obesidade foi vista pelo domínio emocional, onde eles acreditam que seus pais não compreendem seus problemas e preocupações, e outro fator também foi comportamentos de riscos como uso de álcool, drogas, cigarros e laxantes.

De tal maneira que em discussão com a obesidade e problemas com o corpo, nota-se uma análise de Pereira, et al, (2018), em Minas Gerais, caracterizado sobre a insônia e o sobrepeso em adolescentes, portanto analisou que a insônia está relacionada a hábitos da vida, e caracteriza que um boa noite de sono está relacionada com esforços físicos praticados, além de aumentarem a auto estima, a aceitação social, sensação de bem estar, além do autoconhecimento corporal.

Domínio Relações Sociais

No presente trabalho pode-se avaliar as relações sociais consideradas regulares envolvendo as idades, como observado no Gráfico 7 abaixo, sendo 3,0% pessoas com 31 a 40 anos, 15,2% pessoas de 21 a 30 anos e 36,4% de 18 a 20 anos. Consideraram boa, 21,2% pessoas de 18 a 20 anos e 3,0% de 31 a 40 anos. Na avaliação muito boa teve uma porcentagem maior comparado aos outros domínios de 6,1% com as pessoas de 18 a 20 anos. Acreditam que precisam melhorar 12,1% das pessoas com 18 a 20 anos também, e apenas 3,0% de 31 a 40 anos.

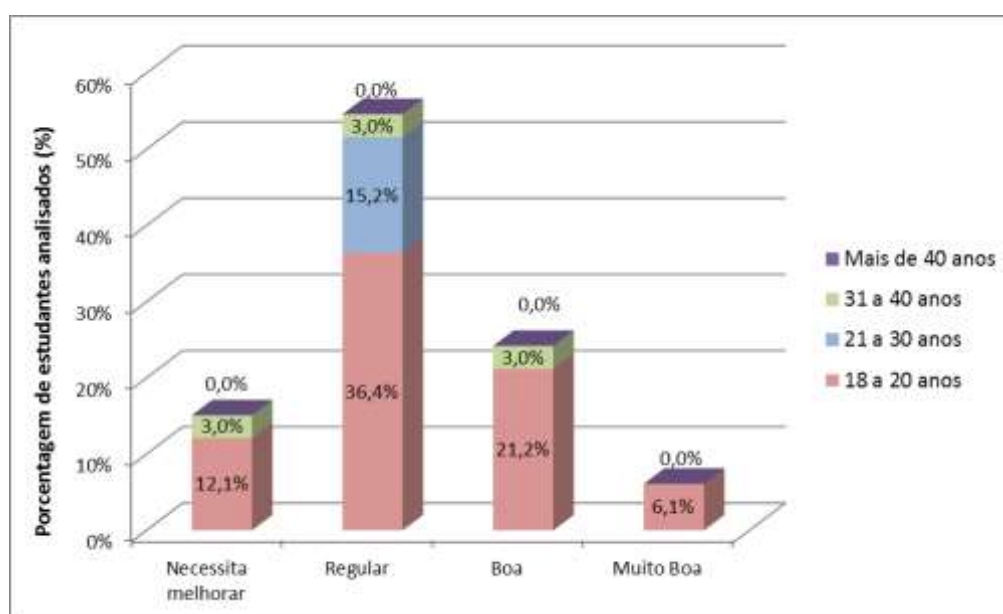


Gráfico 6: Qualidade de Vida no domínio relações social em estudantes do ensino médio de escolas estaduais em Espírito Santo do Pinhal – SP.

No contexto atual sabe-se que relações sociais entre adolescentes e família são conturbadas. Muitos tem problema de comunicação e de acordo com análise realizada por Nery, et al, (2015), aponta que a maioria dos pais nunca conversou com seus filhos sobre sexualidade por falta de

coragem, acharem que não tem necessidade, não sabem como abordar e passar informações adequadas sobre contracepção e prevenção de doenças, e ainda aponta que o pai tem mais facilidade de ter essa conversa quando o filho é do sexo masculino.

Em virtude dos fatos mencionados Resende, et al, (2006) avaliou a satisfação com a rede de relações sociais e a maioria (53,3%) dos indivíduos consideram-se muito satisfeitos com suas redes de relações sociais e apenas 4,4% pouco satisfeitos. Este que avalia que esses números também estão associados a parceiros, família e amigos, reduzindo estresse na saúde mental, e uma melhoria de todos os domínios para uma boa qualidade de vida.

Domínio Meio Ambiente

Neste domínio os entrevistados de todas as idades avaliaram que necessitam melhorar, como presente no Gráfico 8, sendo 3,0% de 31 a 40 anos, 6,1% de 21 a 30 anos e 6,1% de 18 a 20 anos. Nenhum avaliou como muito boa, pequena parte como boa sendo 3,0% de 21 a 30 anos e 9,0% de 18 a 20 anos, já a grande maioria avaliaram como regular, 6,1% de 31 a 40 anos, 6,1% de 21 a 30 e 60,6% de 18 a 20 anos.

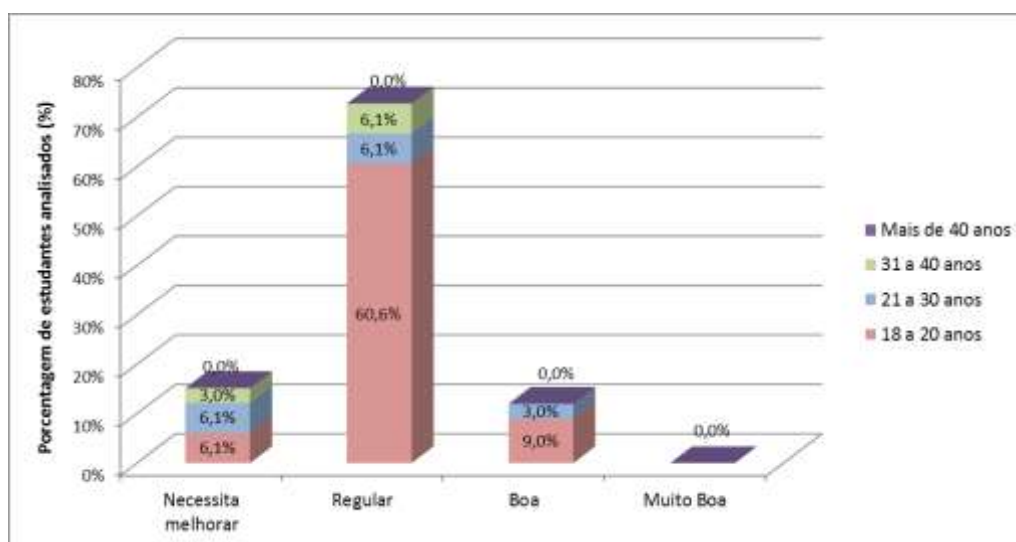


Gráfico 7: Qualidade de Vida no domínio Meio Ambiente em estudantes do ensino médio de escolas estaduais em Espírito Santo do Pinhal – SP.

Há de se considerar problemas com meio ambiente dos últimos acontecimentos e a preocupação dessa geração com as mudanças climáticas e de todos os problemas com poluição e falta de lazer. Em consequência Gordia; Quadros; Campos (2008) avaliaram a relação do meio ambiente com a qualidade de vida global dos indivíduos e perceberam que adolescentes do sexo feminino possuem mais percepção negativa sobre o domínio do meio ambiente do que os homens, além dos indivíduos de uma classe social mais baixa também possui um alto índice de percepção negativa sobre o ambiente. Este estudo mostrou que esse domínio é vulnerável da qualidade de vida entre os adolescentes, portanto a necessidade de melhorias e investimentos governamentais em relação à proteção e segurança física, oportunidades de recreação para lazer, poluição, ruído, transporte, entre outros.

A educação para a sustentabilidade é a base para a melhoria da qualidade de vida, tanto para o indivíduo quanto para a sociedade, sendo necessário o estímulo para a redução de lixos, produção de cultivo de hortaliças e sustentabilidade. Resultando em possibilidades de aumentar laços nas relações afetivas e compromisso com o outro através das melhorias do meio ambiente, e realçando a qualidade de vida (Bezerra, et al, 2019).

Média de valores por Domínio analisado

A média de valores de cada domínio é observado pelo Gráfico 9, em que o domínio físico tem o maior índice (3,8) apesar das médias não terem grandes diferenças entre si. O mais distante da maior média do domínio físico foi o domínio ambiental com apenas 3,4. Já os domínios psicológicos e sociais estão pouco distantes do domínio físico, não havendo grandes diferenças visualmente de avaliação. Neste estudo essa média dos domínios são classificados pelo WHOQOL como regular que vai de 3,0 à 3,9.

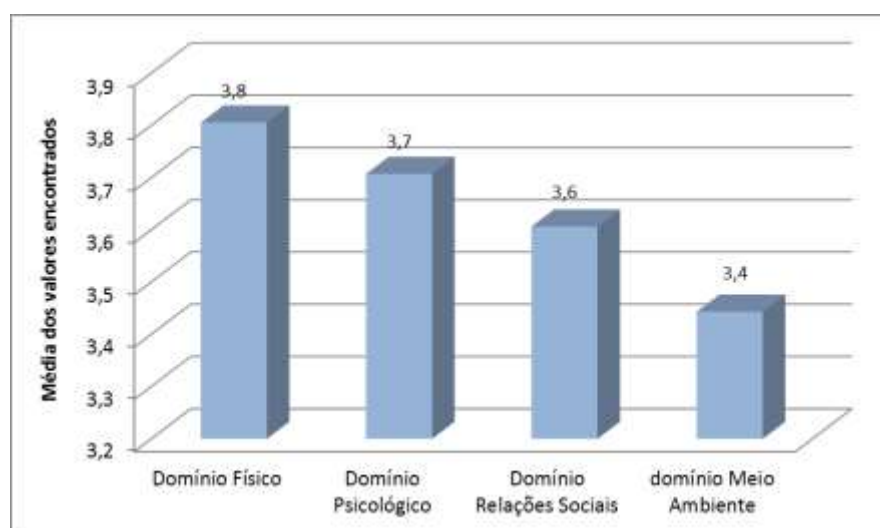


Gráfico 8: Média dos valores encontrados em cada eixo entre estudantes do ensino médio de escolas estaduais em Espírito Santo do Pinhal – SP.

O domínio que é mais afetado na qualidade de vida entre alunos do oitavo ano ao ensino médio apresentado por Gaspar, et al, (2019) é o domínio psicológico e consequentemente o físico, por conta dos sintomas de preocupações, estresse, ansiedade, depressão, comportamentos, percepção de felicidade, e isso acaba causando problemas físicos.

Diferente do estudo de Brito, et al, (2019), que mostra que os índices são baixos nos domínios físicos, por conta das atividades físicas e nutrição, que ainda podem levar a um estilo de vida que afeta seu domínio psicológico, causando depressões, insatisfações, e até pode afetar o domínio social, com uma auto percepção negativa sobre si perante outros.

Análise do Sexo dos Estudantes Participantes

Em relação aos sexos dos participantes, a diferença é grande entre os homens, sendo eles a maioria dos entrevistados (GRÁFICO 10), identificou-se que tanto os grupos dos participantes femininos e masculinos não indicara porcentual de análise muito boa para a qualidade de vida, já em análise regular, houve um equilíbrio, sendo de 33,3% masculino e 30,3% feminino, na avaliação boa o

sexo masculino se destacou com 24,3% enquanto o feminino com 3,0%. Achar que necessitam melhorar houve 6,1% dos homens e 3,0% das mulheres.

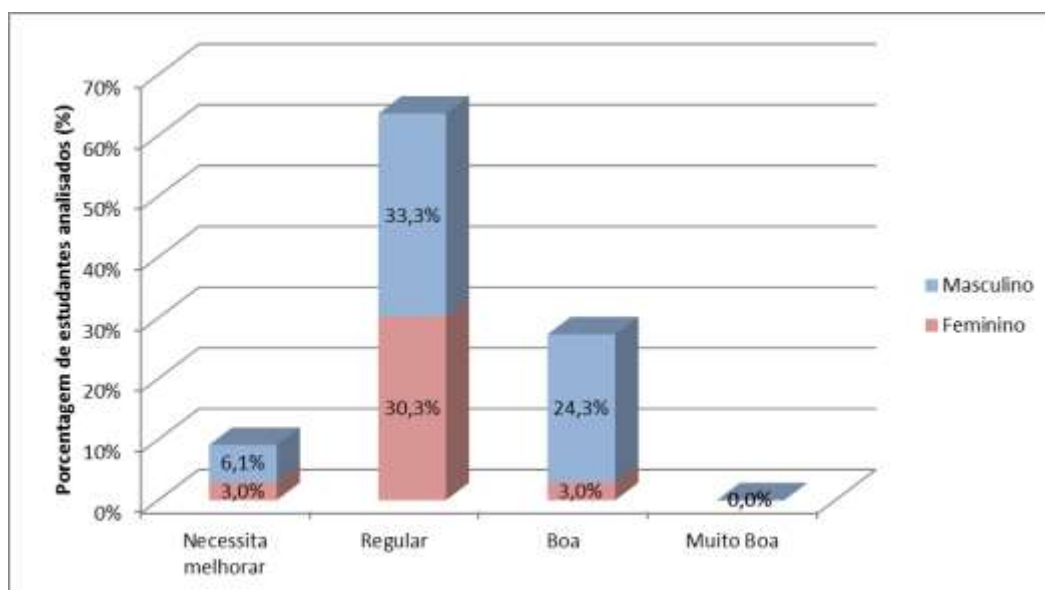


Gráfico 9: Qualidade de Vida em relação ao sexo dos estudantes do ensino médio de escolas estaduais em Espírito Santo do Pinhal – SP.

De forma que ao notar o Gráfico 11, a relação entre homens e mulheres com a satisfação geral de cada domínio não houve diferença entre os sexos. Os domínios físicos e psicológicos se sobressaem minimamente sobre os outros domínios, e o meio ambiente é o menor.

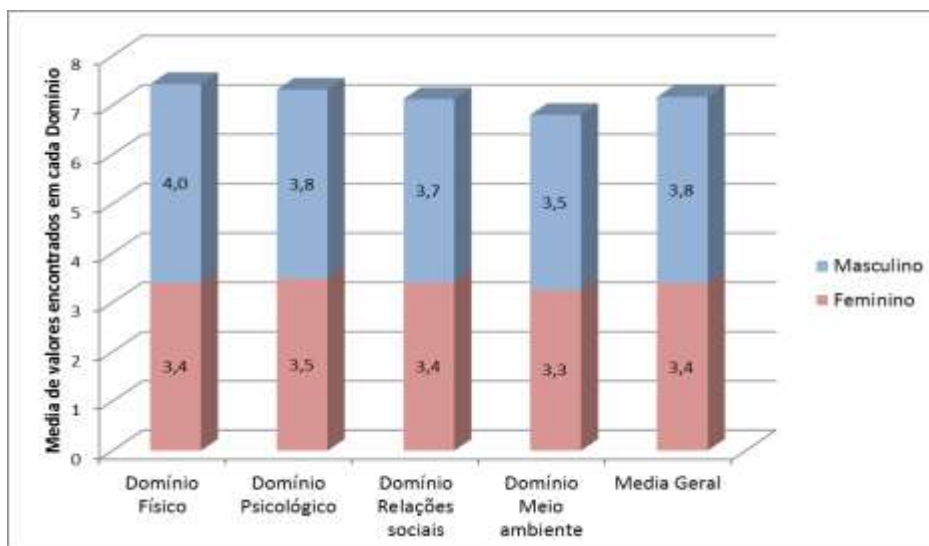


Gráfico 10: Média dos valores encontrados em cada eixo entre estudantes do ensino médio de escolas estaduais em Espírito Santo do Pinhal – SP.

Comparando as médias entre os domínios de qualidade de vida de grupos masculinos e femininos, Pereira, et al (2006) observou-se que estatisticamente houve uma grande diferença entre as médias dos domínios físicos, ambiental e psicológico para os grupos masculinos e femininos, sendo

esses maiores entre os homens, apenas o social que em média são iguais. Porém esse grupo de pessoas são pessoas com a idade mais avançada, e mesmo os dados femininos serem inferiores aos homens em alguns domínios, ainda sim apresentam resultados positivos em relação ao global.

Em Ribeirão Preto foi analisada a diferença em prevalência de stress entre homens e mulheres, observou-se que a diferença é significativa no aumento de stress no decorrer do cotidiano, principalmente ao ambiente de trabalho entre as mulheres. Em relação aos homens, explicado pelo fato das mulheres terem maiores sobrecargas e funções, outro fator apontado pelo autor é a discriminação e a multiplicidade de papéis que devem ser desenvolvidos por elas (SADIR; BIGNOTTO; LIPP, 2010).

Já outro estudo de Gaspar, et al, (2006), no Rio de Janeiro apontou as avaliações entre meninos e meninas em média de 11 e 12 anos, e apresentou que os meninos se acredita que a qualidade de vida está relacionado com saúde e atividades físicas, tempo livre, família e ambiente familiar, já as meninas apontam maiores médias em quesitos de financeiros, ambiente escolar e de aprendizagem.

CONCLUSÃO

No presente trabalho conclui-se que a qualidade de vida das pessoas podem ser afetadas por inúmeros fatores, setores e costumes do seu dia a dia, que em síntese apesar dos domínios serem analisados de forma separados, eles estão correlacionados, pois se um domínio está envasado outros domínios também serão afetados.

Com base no objetivo do trabalho de analisar a qualidade de vida dos adolescentes na cidade de Espírito Santo do Pinhal, maioria (42,5%) considera ter uma boa qualidade de vida, resultado no qual é considerado uma qualidade nível elevado, e o domínio que se apresentou com maior variedade foi o psicológico, por serem alunos do terceiro ano do ensino médio e a preocupação com vestibular ou trabalho apresentarem ainda maior. Além disso, conclui-se que a faixa etária que possui uma melhor qualidade de vida é entre 18 a 20 anos.

A importância do biomédico para a melhoria da qualidade de saúde dessas pessoas é saber orientar a melhorar forma de viver com uma boa saúde com a prevenção, saber incentivar, mostrar caminhos diferentes a seguir, que por exemplo o caminho do sedentarismo pode ser muito mais complicado e desenvolver mais patologias que uma vida mais agitada, com exercícios físicos e boa alimentação.

Entretanto além do profissional biomédico, cabe também à sociedade incentivar a todos com campanhas, caminhadas de solidariedade, cada um agindo pensando no próximo.

REFERÊNCIAS

- AGATHÃO, B.T; REICHENHEIM, M.E; MORAES, C.L. Qualidade de vida relacionada à saúde de adolescentes escolares. *Ciencia e Saúde Coletiva*. Rio de Janeiro, v.23, n.2, (2018). Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232018000200659&lang=pt Acesso em: 08/06/2019.
- ALMEIDA, M.H.M; BEGER, M.L.M; WATANABE, H.A. Memory training for the elderly: a health promotion strategy. São Paulo, 2007. Disponível em: <https://www.scielosp.org/article/icse/2007.v11n22/271-280/pt/> Acesso em: 05/06/2019.

- ALVES, J.A; LAMAS, L.P.A. Os principais efeitos negativos da poluição sonora para a saúde do ser humano e os instrumentos legais de controle de ruídos. Revista da Faculdade de Ciências Gerenciais de Manhuaçu. Manhuaçu, v.7, n.2, p.41-48, 2012. Disponível em: <http://pensaracademico.unifacig.edu.br/index.php/pensaracademico/article/view/1085/961> Acesso em: 18/08/2019.
- ANDRADE, G.R.B; VAITSMAN, J. Apoio social e redes: conectando solidariedade e saúde. Ciencia e Saúde Coletiva. Rio de Janeiro, v. 7, n.4, p. 925-934, 2002. Disponível em: <https://www.scielo.org/pdf/csc/2002.v7n4/925-934/pt> Acesso em: 08/06/2019.
- AZEVEDO, J.P.M; NASCIMENTO, R.S; SCHRAM, I.B. Energia eólica e os impactos ambientais: um estudo de revisão. Revista UNINGÁ. Maringá, v.51, p.101-106, 2017. Disponível em: <http://revista.uninga.br/index.php/uninga/article/view/1340/958> Acesso em: 18/08/2019.
- BEZERRA, F.C; SOARES, B.M; LIMA, J.C.F; LOPES, M.B; SILVA, E.J. Educação Ambiental para a sustentabilidade: A redução do lixo orgânico na comunidade acadêmica por meio do processo de compostagem. Revista Multidisciplinar e de psicologia, v.13, n.43, 2019. Disponível em: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/1603/2375> Acesso em: 02/11/2019.
- BRITO, M.F.S.F; PINHO, L; BRITO, A.B; MESSIAS, R.B; PINHO, S; OLIVEIRA, A.A; SILVA, C.S.O; VOLKER, V; SILVEIRA, M.F. Fatores associados ao estilo de vida de estudantes do ensino médio de escolas públicas. Revista Gaúcha Enfermagem. Porto Alegre, v.40, 2019. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1983-14472019000100419&script=sci_arttext Acesso em: 02/11/2019.
- BUENO, C.O; STRELHOW, R.M; CÂMARA, S.G. Inserção em grupos formais e qualidade de vida entre adolescentes. Psico-USF. São Paulo, v.15, n.3, p.311-320, 2010. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/4010/401036083005.pdf> Acesso em: 17/10/2019.
- BUSS, P.M. Promoção da saúde e qualidade de vida. Ciencia e Saúde coletiva. Rio de Janeiro, v. 5, n.1, p.163-177, 2000. Disponível em: <https://www.scielo.org/pdf/csc/2000.v5n1/163-177/pt> Acesso em: 08/06/2019.
- CARNEIRO, T. L; FERREIRA, M. C. Redução de jornada melhora a qualidade de vida no trabalho? A experiência de uma organização publica brasileira. RPOT. Santa Catarina, v.7, n.1, p. 131-158, 2007. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/rpot/article/view/3271/5407> Acesso em: 04/04/2019.
- CAMPOS, H.M; PAIVA, C.G.A; MOURTHÉ, I.C.A; FERREIRA, Y.F; FONSECA, M.C. Direitos humanos, cidadania sexual e promoção de saúde: diálogos de saberes entre pesquisadores e adolescentes. Saúde debate. Belo Horizonte, v.41, n.113, 2017. Disponível em: https://www.scielo.org/scielo.php?pid=S0103-11042017000300658&script=sci_arttext&lng=en Acesso em: 28/10/2019.
- CASTRO, F.B. A Produção de espaço urbano e suas relações com os direitos humanos e o direito ao meio ambiente na sociedade pós-moderna. Santa Cruz do Sul, 2018. Disponível em: <https://online.unisc.br/acadnet/anais/index.php/sidspp/article/view/18747/1192612020> Acesso em: 05/08/2019.
- CASTRO, G.G; FIGUEIREDO, G.L.A; SILVA, T.S; FARIA, K.C. Qualidade de vida em crianças escolares com sobrepeso e obesidade. Revista do Departamento de Educação Física e Saúde e do Mestrado em Promoção da Saúde da universidade de Santa Cruz do Sul. Santa Cruz do Sul, v.17, n.4,

2016. Disponível em: <https://online.unisc.br/seer/index.php/cinergis/article/view/8067/5345>
Acesso em: 19/08/2019.
- CASTRO, M. G; OLIVEIRA, M. S; MORAES, J. F.D; MIGUEL, A. C; ARAUJO, R. B. Qualidade de vida e gravidade da dependência de tabaco. Rev Psiq Clin. Porto Alegre, v.34, n.2, p.61-67, 2007. Disponível em: <https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/20618/000645172.pdf?sequence=1&isAllowed=y> Acesso em: 04/04/2019.
- CIAMPO, L. A; CIAMPO, I. R. L. Adolescência e imagem corporal. Revista oficial do núcleo de estudos da saúde do adolescente. Rio de Janeiro, v.7 n.4, 2010. Disponível em: http://adolescenciaesaude.com/detalhe_artigo.asp?id=246 Acesso em: 04/04/2019.
- COSTA, B.Z; TEIXEIRA, A.C.E.A. Sociedade tradicionais, desenvolvimento econômico e meio ambiente: reflexões sobre a sustentabilidade como valor constitucional. Revista Direito Ambiental e sociedade. Minas Gerais, v.7, n.,2, p. 145-167, 2017. Disponível em: <http://www.uces.com.br/etc/revistas/index.php/direitoambiental/article/view/3956/3094> Acesso em: 18/08/2019.
- COSTA, R.F; ZEITOUNE, R.C; QUEIROZ, M.V.O; GARCIA, C.I.G; GARCIA, M.J.R. Redes de apoio ao adolescente no contexto do cuidado a saúde: interface entre saúde, família e educação. Revista de escola de Enfermagem. Rio de Janeiro, v.49, n.5, p.741-747, 2015. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v49n5/pt_0080-6234-reeusp-49-05-0741.pdf/ Acesso em: 18/10/2019.
- COUTINHO, M.P.L; PINTO, A.V.L; CAVALCANTI, J.G; ARAÚJO, L.S; COUTINHO, M.L. Relação entre depressão e qualidade de vida de adolescentes no contexto escolar. Psicologia, saúde e doenças. Lisboa, v.17, n.3, 2016. Disponível em: http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?pid=S1645-00862016000300003&script=sci_arttext&tlng=es Acesso em: 18/10/2019.
- CRUZ, D.S.M; COLLET, N; NÓBREGA, V.M. Qualidade de vida relacionada à saúde de adolescentes com dm1. Ciência e saúde coletiva. João Pessoa, v.23, n.3, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/csc/2018.v23n3/973-989/> Acesso em: 18/09/2019.
- FARINHA, F.T; BANHARA, F.L; BOM, G.C; KOSTRISCH, L.M.V; PRADO, P.C; TRETENE, A.S. Correlação entre espiritualidade, religiosidade e qualidade de vida em adolescentes. Revista Bioética. São Paulo, v.26, n.4, 2018. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-80422018000400567&lang=pt Acesso em: 05/06/2019.
- FEIJÓ, R. B; OLIVEIRA, E. A. Comportamento de risco na adolescência. J. Pediatria. Rio de Janeiro, n.77, s.2, p.125-134: behavior, adolescence, violence, risk. 2001.
- FLECK, M.P.A. O instrumento de avaliação de qualidade de vida da Organização Mundial da Saúde (WHOQOL-100): características e perspectivas. Porto Alegre, 2000. Acesso em: 12/07/2019. Disponível em: <https://www.scielo.org/pdf/csc/2000.v5n1/33-38/pt>
- FLECK, M.P.A; LEAL, O.F; LOUZADA, S; XAVIER, M; CHACHAMOVICK, E; VIEIRA, G; SANTOS, L; PINZON, V. Desenvolvimento da versão em português do instrumento de avaliação de qualidade de vida da OMS. Rev Bras Psiquiatr. Rio Grande do Sul, v.21, n.1, 2000. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/%0D/rbp/v21n1/v21n1a06.pdf> Acesso em: 08/06/2019.

- FREITAS, C. R. M; PRADO, M. C. L; GOMES, P. P; ALMEIDA, N. C. N; FERREIRA, M. N. L; PRADO, W. L. Efeito da intervenção multidisciplinar sobre a insatisfação da imagem corporal em adolescentes obesos. *Rev Bras Ativ Fis e Saúde*. Pelotas, v.17, n.5, p.449-456, 2012. Disponível em: <http://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/2188/pdf21> Acesso em: 06/04/2019.
- GAMEIRO, S; CARONA, C; PEREIRA, M; CANAVARRO, M. C; SIMÕES, M; RIJO, D; QUARTILHO, M. J; PAREDES, T; SERRA, A. V. Sintomatologia depressiva e qualidade de vida na população geral. *Psicologia, saúde & doenças*, v.9, n.1, p.103-112, 2008. Disponível em: <http://www.scielo.mec.pt/pdf/psd/v9n1/v9n1a09.pdf> Acesso em: 06/04/2019.
- GASPAR, T; RIBEIRO, J.L.P; MATOS, M.G; LEAL, I. Promoção de qualidade de vida em crianças e adolescentes. *Psicologia, saúde e doenças*, v.9, n.1, p.55-71, 2008. Disponível em: <http://www.scielo.mec.pt/pdf/psd/v9n1/v9n1a06.pdf> Acesso em: 18/10/2019.
- GASPAR, T; MATOS, M.G; RIBEIRO, J.L; LEAL, I. Qualidade de vida e bem-estar em crianças e adolescentes. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*. Rio de Janeiro, v.2,n.2, 2006. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872006000200005 Acesso em: 08/06/2019.
- GASPAR, T; TOMÉ, G; BAYA, D.G; GUEDES, F.B; CERQUEIRA, A; BORGES, A; MATOS, M.G. O bem estar e a saúde mental dos adolescentes portugueses. *RPCA*. Lisboa, v.10, n.1, 2019. Disponível em: <http://revistas.lis.ulusiada.pt/index.php/rpca/article/view/2626/2839> Acesso em: 02/11/2019.
- GIACOMONI, C.H. Bem-estar subjetivo: em busca da qualidade de vida. *Temas psicol*. Ribeirao Preto, v.12, n.01, 2004. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2004000100005&lng=pt&nrm=iso&tlng=pt Acesso em: 06/04/2019.
- GORDIA, A.P; QUADROS, T.M.B; CAMPOS,W. Variáveis sociodemográficas como determinantes do domínio meio ambiente da qualidade de vida de adolescentes. 2008. Disponível em: <https://www.scielo.org/pdf/csc/2009.v14n6/2261-2268/pt> Acesso em: 02/11/2019.
- GORDIA, A. P; QUADROS, T. M. B; CAMPOS W; VILELA JUNIOR; G. B. Qualidade de vida de adolescentes da rede particular de ensino: comparação entre gêneros. *Revista brasileira de qualidade de vida*. Ponta Grossa, v.01, n.02, p.16-24, 2009a. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/250278724_Qualidade_de_vida_de_adolescentes_da_rede_particular_de_ensino_comparacao_entre_generos Acesso em: 04/04/2019.
- GORDIA, A. P; QUADROS, T. M. B; CAMPOS, W; PETROSKI, E. L. Domínio físico da qualidade de vida entre adolescentes: Associação com atividade física e sexo. *Revista de saúde pública*. Curitiba, v.11, n.1, p.50-61, 2009b. Disponível em: <https://www.scielo.org/pdf/rsap/2009.v11n1/50-61/pt>. Acesso em: 04/04/2019.
- GORDIA, A. P; QUADROS, T. M.B; OLIVEIRA, M. T. C; CAMPOS, W. Qualidade de vida: contexto histórico, definição, avaliação e fatores associados. *Revista Brasileira de qualidade de vida*. Ponta Grossa, v.03, n.01, p.40-52, 2011. Disponível em: <https://revistas.utfpr.edu.br/rbqv/article/view/812/625> Acesso em: 06/04/2019.
- KOSSA, C.P; JUNIOR, M.G.S; UCKER, F.E; LIMA, M.L; PARADA, J.O; FELICIANO, A.C. Ruído como fator de impacto ambiental em áreas habitadas: estudo de caso no entorno de um terminal rodoviário urbano no município de Goiânia. *Revista Eletrônica de Educação da Faculdade Araguaia*.

- Araguaia, v.13, n.3, p.138-149, 2018. Disponível em: <http://www.faculdadearaguaia.edu.br/sipe/index.php/renefara/article/view/746/ART-12>
Acesso em: 18/08/2019.
- LEITE, S.N; VIEIRA, M; VEBER, A.P. Estudos de utilização de medicamentos: uma síntese de artigos publicados no Brasil e América Latina. *Ciencia e Saúde Coletiva*. Santa Catarina, v18, p793-802, 2008. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/csc/v13s0/a29v13s0.pdf> Acesso em: 05/06/2019.
- LORENZI, D.R.S; SACIOTO, B. Frequencia da atividade sexual em mulheres menopausas. *Rev Assoc Med Bras. Caxias do Sul*, v.52, n.4, p.256-60, 2006. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/%0D/ramb/v52n4/a27v52n4.pdf> Acesso em: 08/06/2019.
- LUCCA, E. Habilidade social: uma questão de qualidade de vida. Jundiaí, 2008). Disponível em: <http://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0224.pdf> Acesso em: 10/04/2019.
- MACHADO, P.R.S; PERITO, B.Z; TREPTOW, I.C; DRAGO, H.F. A qualidade de vida no trabalho como estratégia de gestão de pessoas: o caso de uma indústria gráfica de Santa Catarina. *Sistemas & Gestão*. Rio Grande do Sul, v.13, n.4, 2018. Disponível em: <http://www.revistasg.uff.br/index.php/sg/article/view/1451/html> Acesso em: 18/11/2019.
- MAGALHÃES, S.S. Efeitos do exercício físico no autoconceito físico de pessoas com depressão: uma revisão sistemática. Recife, 2018. Disponível em: <https://attena.ufpe.br/bitstream/123456789/31508/1/ARTIGO%20REVIS%c3%83O%20-%20Sylviane%20Magalh%c3%a3es.pdf> Acesso em: 06/10/2019
- MELLO, M.T; NARCISO, F.V; MELLO, A.S; RUIZ, F.S. Transtornos do sono e segurança do trabalho. *Revista do Tribunal Regional do Trabalho da 15ª região*. Minas Gerais, n.46, 2015. Disponível em: https://juslaboris.tst.jus.br/bitstream/handle/20.500.12178/100800/2015_mello_marco_transtornos_sono.pdf?sequence=1&isAllowed=yAcesso em: 06/10/2019
- MELO, A.L.S; LIRA, Y.F.B; LIMA, L.A.B; VIEIRA, F.C; DIAS, A.S; ANDRADE, L.B. Tolerância ao exercício, função pulmonar, força muscular respiratória e qualidade de vida em crianças e adolescentes com cardiopatia reumática. *Rev. Paul. Pediatr*. São Paulo, v.36, n.2, 2018. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-05822018000200199&script=sci_arttext Acesso em: 20/08/2019.
- MULLER, M.R; GUIMARÃES, S.S. Impacto dos transtornos do sono sobre o funcionamento diário e a qualidade de vida. *Estudos de psicologia*. Campinas, v.24, n.4, p.519-528, 2007. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/3953/395335889011.pdf> Acesso em: 10/04/2019
- MURTTA, S. G; PRETTE, A; PRETTE, Z. A. P. Prevenção ao sexismo e ao heterossexismo entre adolescentes: contribuição do treinamento em habilidades de vida e habilidades sociais. *Revista de Psicologia*. Lisboa, n.3, p.73-86, 2010. Disponível em: <http://revistas.lis.ulsiada.pt/index.php/rpca/article/view/21/pdf> Acesso em: 10/04/2019.
- NERY, I.S; FEITOSA, J.J.M; SOUSA, A.F.L; FERNANDES, A.C.N. Abordagem da sexualidade no diálogo entre pais e adolescentes. *Acta paul. Enferm*. São Paulo, v.28, n.3, 2015. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-21002015000300287&script=sci_arttext Acesso em: 01/11/2019.

- PEREIRA, R.J; COTTA, R.M.M; FRANCESCHINI, S.C.C; RIBEIRO, R.C.L; SAMPAIO, R.F; PIORE, S.E; CECON, P.R. Contribuição dos domínios físico, social, psicológico e ambiental para a qualidade de vida global de idosos. *Revista Psiquiatr. Rio Grande do Sul*, v.28, n.1, p.27-38, 2006. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rprs/v28n1/v28n1a05> Acesso em: 18/10/2019.
- PEREIRA, E. F; TEIXEIRA, C. S; SANTOS, A. Qualidade de vida: abordagens, conceitos e avaliação. *Rev Bras Educ Fis Esporte. São Paulo*, v. 26, n. 2, p. 241-50, 2012. Disponível em: <http://www.periodicos.usp.br/rbefe/article/view/45895/49498> Acesso em: 10/04/2019.
- PEREIRA, G.P; RODRIGUES, L.V.A; MOURÃO, D.M; CARNEIRO, A.L.G; LIMA, C.A.G; SILVA, C.S.O; SILVA, K.R.P; BAUMAN, C.D. Insônia: o benefício do exercício físico em adolescentes com excesso de peso. *J. Health Biol Sci. Minas Gerais*, v.6, n.4, p.377-382, 2018. Disponível em: <https://periodicos.unichristus.edu.br/jhbs/article/view/1997/750> Acesso em: 18/10/2019.
- PEREIRA, R.J; et al. Contribuição dos domínios físico, social, psicológico e ambiental para a qualidade de vida global de idosos. *Rev Psiquiatr. Rio Grande do SUL*, v.28, n.1, p. 27-38, 2006. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rprs/v28n1/v28n1a05> Acesso em: 12/07/2019.
- PINHEIRO, B.O; ANDRADE, A.L.M; MICHELI, D. Relação entre os níveis de atividade física e qualidade de vida no uso de drogas em adolescentes. *Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog. São Paulo*, v.12, n.3, p.178-87, 2016. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/803/80347135007.pdf> Acesso em 18/08/2019.
- RESENDE, M.C; BONES, V.M; SOUZA, I.S; GUIMARÃES, N.K. Rede de relações sociais e satisfação com a vida de adultos e idosos. *Psicol Am Lat. México*, 2006. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-350X2006000100015 Acesso em: 01/11/2019.
- ROCHA, N. S; FLECK, M. P. A. Avaliação de qualidade de vida e importância dada a espiritualidade/religiosidade/crenças pessoais em adultos com e sem problemas crônicos de saúde. *Rio Grande do Sul*, 2011. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rpc/v38n1/a05v38n1> Acesso em 10/04/2019 Acesso em: 18/10/2019.
- SADIR, MA; B, M.M; LIPP, M.E.N. Stress e qualidade de vida: influência de algumas variáveis pessoais. *Paidéia. Ribeirão Preto*, v.20, n.45, p.73-81, 2010. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/3054/305423775010.pdf> Acesso em: 18/10/2019.
- SANTOS, D; FRITSCH-CAMERA, R; BERTICELLI, R. Saneamento básico no Brasil: um importante alicerce na qualidade de vida. *CIENTEC. Cruz Alta*, v.2, n.1, p.23-43, 2018. Disponível em: <http://www.revistaeletronica.unicruz.edu.br/index.php/CIENCIAETECNOLOGIA/article/view/6925/1584> Acesso em: 18/08/2019.
- SEGABINAZI, J.D; DIAS, A.C.G; TEIXEIRA, M.A.P; MORAES, D.A.O. Desenvolvimento e validação preliminar de uma escala multidimensional de satisfação de vida para adolescentes. *Psicologia: Teoria e pesquisa. Rio Grande do Sul*, v.26, n.4, p.653-659, 2010. Disponível em: <https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/81810/000866929.pdf?sequence=1&isAllowed=y> Acesso em: 02/11/2019.
- SERRANO, S.Q; VASCONCELOS, M. G. L; SILVA, G. A. P; CERQUEIRA, M. M. O; PONTES, C. M. Percepção do adolescente obeso sobre as repercussões da obesidade em sua saúde. *São Paulo*, 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v44n1/a04v44n1> Acesso em: 10/04/2019.

- SILVA, R. S; SILVA, I; SILVA, R. A; SOUZA, L; TOMASI, E. Atividade física e qualidade de vida. Pelotas, 2007. Disponível em: https://www.scielo.org/scielo.php?pid=S1413-81232010000100017&script=sci_arttext&tlng=es# Acesso em: 10/04/2019.
- SILVEIRA, M.F; ALMEIDA, J.C; FREIRE, R.S; FERREIRA, R.C; MARTINS, A.E.B.L; MARCOPITO, L.F. Qualidade de vida entre adolescentes: estudo seccional empregando o SF-12. Ciencia saúde coletiva. Rio de Janeiro, v.18, n.7, 2013. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232013000700016&lang=pt Acesso em: 08/06/2019.
- SKOPINSKI, F; RESENDE, T. L; SCHNEIDER, R.H. Imagem corporal, humor e qualidade de vida. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia. Rio de Janeiro, v.18, n.1, p. 95-105, 2015. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/4038/403839881010.pdf> Acesso em: 10/04/2019.
- SOUZA, H.W.O; SILVA, J.L; NETO, M.S. A importância do profissional farmacêutico no combate à automedicação no Brasil. Revista Eletronica de Farmácia. Imperatriz, v.5,n.1,p67-72, 2008. Disponível em: <https://www.revistas.ufg.br/REF/article/view/4616/3938> Acesso em: 05/06/2019.
- STRELHOW, M.R.Q; BUENO, C.O; CÂMARA, G.S. Percepção de saúde e satisfação com a vida em adolescentes: diferença entre os sexos. Revista Psicologia e saúde. Campo Grande, v.2, n.2, p.42-49, 2010. Disponível em: <http://www.gpec.ucdb.br/pssa/index.php/pssa/article/viewFile/62/99> Acesso em: 18/10/2019.
- TENÓRIO, A.K.D.C, TENÓRIO, P.P; OLIVEIRA, L.C.S.R; MOREIRA, M.B. Educação, saúde e meio ambiente: uma relação interdisciplinar. REVASF. Petrolina-PE, v.8,n.15, p.153-163, 2018. Disponível em: <http://www.periodicos.univasf.edu.br/index.php/revasf/article/view/181/142> Acesso em: 05/08/19
- TORRES, V.M.F; VIEIRA, S.C.M. Qualidade de vida em adolescentes com deficiência. Revista CEFAC. Pernambuco, v.16, n.6, 2014. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-18462014000601953&lang=pt Acesso em: 05/06/2019.
- UCHOA, Y.S; COSTA, D.C.A; SILVA JUNIOR, I.A.P; SILVA, S.T.S.E; FREITAS, W.M.T.M; SOARES, S.C.S. A sexualidade sob o olhar da pessoa idosa. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia. Rio de Janeiro, n.19, n.6, 2016. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1809-98232016000600939&script=sci_arttext&tlng=pt Acesso em: 18/11/2019.
- VIANA, H.B; MADRUGA, V.A. Sexualidade, qualidade de vida e atividade física no envelhecimento. Campinas, 2008. Disponível em: http://repositorio.unicamp.br/bitstream/REPOSIP/119785/1/pppec_8637827-7889-1-PB.pdf Acesso em: 08/06/2019.