



Universidade Federal De Ouro Preto – UFOP
Escola de Educação Física da UFOP – EEFUFOP
Bacharelado em Educação Física



Trabalho de conclusão de curso em formato de artigo científico

Qualidade de vida de universitários antes e durante a pandemia

Eden Schmidt de Matos

Ouro Preto – MG

2021

Eden Schmidt de Matos

Qualidade de vida de universitários antes e durante a pandemia

Trabalho de conclusão de curso em formato de artigo científico formatado para a Revista Psicologia e Saúde, apresentado à disciplina Seminário de Trabalho de conclusão de Curso TCC (EFD-380) como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharelado em Educação Física.

Orientadora: Prof.^a Dr.^a Siomara Aparecida da Silva.

Ouro Preto – MG

2021

SISBIN - SISTEMA DE BIBLIOTECAS E INFORMAÇÃO

M433q Matos, Eden Schmidt de .

Qualidade de vida de universitários antes e durante a pandemia.
[manuscrito] / Eden Schmidt de Matos. - 2021.
26 f.

Orientadora: Profa. Dra. Siomara Aparecida da Silva.
Monografia (Bacharelado). Universidade Federal de Ouro Preto.
Escola de Educação Física. Graduação em Educação Física .

1. Qualidade de vida. 2. Estudantes universitários. 3. Isolamento social. I. Silva, Siomara Aparecida da . II. Universidade Federal de Ouro Preto. III. Título.

CDU 796.015

Bibliotecário(a) Responsável: Angela Maria Raimundo - SIAPE: 1.644.803



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE OURO PRETO
REITORIA
ESCOLA DE EDUCACAO FISICA
DEPARTAMENTO DE EDUCACAO FISICA



FOLHA DE APROVAÇÃO

Eden Schmidt de Matos

Qualidade de vida de universitários antes e durante a pandemia

Monografia apresentada ao Curso de Educação Física Bacharelado da Universidade Federal de Ouro Preto como requisito parcial para obtenção do título de bacharel.

Aprovada em 08 de dezembro de 2021.

Membros da banca

Prof. Dr. Adilson Pereira dos Santos, Prograd da UFOP
Prof. Dr. Albená Nunes da Silva, EEF da UFOP

A professora Siomara Aparecida da Silva, orientadora do trabalho, aprovou a versão final e autorizou seu depósito na Biblioteca Digital de Trabalhos de Conclusão de Curso da UFOP em 03/01/2022



Documento assinado eletronicamente por **Siomara Aparecida da Silva**, PROFESSOR DE MAGISTERIO SUPERIOR, em 03/01/2022, às 18:00, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



Documento assinado eletronicamente por **Albená Nunes da Silva**, PROFESSOR DE MAGISTERIO SUPERIOR, em 03/01/2022, às 18:22, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



Documento assinado eletronicamente por **Adilson Pereira dos Santos**, PEDAGOGO-AREA, em 05/01/2022, às 17:51, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site http://sei.ufop.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **0263583** e o código CRC **E00C2B6B**.

DEDICATÓRIA

Agradeço e dedico esse trabalho primeiramente ao criador, por minha existência e por estar ao meu lado. Agradeço a Ele pelo meu pai, Valdomiro, por me proporcionar caminho para meus pés, ajuda nos primeiros passos, sustentação financeira, por ser meu amigo, e mesmo que em silêncio sempre ter vibrado e torcido internamente por mim. Percebo suas ações em seus olhos.

Também agradeço ao Pai Celeste por me proporcionar sustentação com mãos que me seguraram e me cuidaram, minha mãe, Eviviane. Cultivou minhas asas para que um dia eu pudesse voar longe e com forças para aguentar as lutas. E quando eu estava cansado das batalhas, com meu escudo baixo e querendo desistir, me acolheu com doces palavras: “Você vai voltar e vai terminar, guerreiro não desiste!” e levantava meu escudo mais alto que a posição anterior, para que eu pudesse resistir mais. E dos meus pais a existência dos meus irmãos Vladimir e Victor.

Agradeço às pessoas que encontrei no caminho Marjori Yasmini, Rafaelle Kascher, Verônica Castro e João Otávio, por me fazerem uma pessoa melhor, por estarem ao meu lado nos altos e baixos da vida, me dando conselhos, enxugando minhas lágrimas e segurando minhas mãos, me incentivando e dando forças para continuar. Proporcionando bons momentos, sorrisos e brindes, dividir a vida com quem você ama é mais gostoso. Além deles, aos que entraram e já se foram, mas deixaram um pouco e também levaram um pouco.

Gratidão à mulher que é a Malévola da minha vida, sendo a Prof^ª Dr^ª Siomara Aparecida da Silva, que é assim como na história ela cria uma enorme muralha de espinhos (tendo seus motivos para tal) gerando uma má impressão às pessoas. Só quem tem olhos para enxergar o processo, e através da muralha, pode enxergar o encantador jardim que existe com seus vastos caminhos que podem ser seguidos, mas para quem não sabe para onde vai, qualquer caminho serve. Durante minha jornada, ela apareceu no caminho me dando um cinzel e martelo e me chamando para trabalhar, externamente e internamente com alta pressão nos desafios. E agradeço a essa intensidade do processo, pois ela é proporcional ao valor do propósito, um diamante e um carvão têm a mesma composição química, o que muda é o processo, o diamante sofre pressão enquanto o carvão não.

Agradeço ao lugar que foi uma segunda casa para mim, chamado de Laboratório de Metodologia de Ensino dos Esportes (LAMEES). Casa que me abrigou do frio e me aqueceu. Me ensinou pelo amor, pela dor e aprendizado dos outros, mostrando que cada pessoas possui

um tempo, e que é possível dividir o pão. Local que me proporcionou crescimento e resiliência, além de trabalho e bons frutos, produções científicas e preparo para o mercado de trabalho.

Por último, mas não menos importante, eu quero me agradecer, por acreditar em mim, por fazer o trabalho duro, por não ter vários dias de folga e finais de semana, renunciando a comemorações e festas. Agradecer a mim por nunca desistir, por sempre ser um doador, tentando dar mais do que eu recebo, por tentar ser mais certo do que errado. Gratidão!

EPÍGRAGE

“Quem tenta ajudar uma borboleta a sair do casulo a mata.

Quem tenta ajudar um broto a sair da semente o destrói.

Há certas coisas que não podem ser ajudadas.

Tem que acontecer de dentro para fora.”

Rubem Alves

RESUMO

A entrada no ensino superior causa bastante tensão nos universitários, pois acontece na transição para a vida adulta. Buscando compreender a percepção da Qualidade de Vida (QV), o trabalho objetiva verificar a influência do isolamento social devido à pandemia da covid - 19 na autopercepção de qualidade de vida, dos ingressantes nos cursos de Educação Física. Para isso, foi utilizado o questionário o WHOQOL-Bref. É possível perceber através da análise dos resultados, que os alunos de 2ª entrada, antes do isolamento apresentaram maiores escores nos domínios físicos, psíquico e social, enquanto durante a pandemia, houve uma inversão destas respostas e os alunos de 1ª entrada apresentaram maiores escores para estes domínios. Os resultados permitem uma detecção precoce sobre possíveis dificuldades que serão vivenciadas pelos alunos em um período pós pandêmico. Sendo importante o desenvolvimento de programas de intervenção, para um melhor desempenho dos graduandos e da qualidade de vida.

Palavras-chave: Qualidade de Vida. Estudantes Universitários. Isolamento Social.

ABSTRACT

The entry into higher education causes a lot of tension in college students, because it happens in the transition to adulthood. Seeking to understand the perception of quality of life, this study aims to verify the influence of social isolation due to the covid-19 pandemic on the self-perception of quality of life of entrants to the Physical Education course at a university in the interior of Minas Gerais. For this, the WHOQOL-Bref questionnaire was used. In the analysis of the students before the isolation, the undergraduate students presented higher scores in the physical, psychological and social domains, while during the isolation there was an inversion, making the undergraduate students present higher scores. The results allow an early detection of possible difficulties that will be experienced by students in a post-pandemic period. It is of great importance to develop intervention programs for a better performance of the undergraduates and quality of life.

Keywords: Quality of Life. College Students. Social Isolation.

SUMÁRIO

Introdução.....	14
Metodologia	16
Resultados	17
Discussão.....	18
Conclusão	22
Referências	23

Qualidade de vida de universitários antes e durante a pandemia

Quality of life of university students before and during the pandemic

Calidad de vida de los estudiantes universitarios antes y durante la pandemia

Eden Schmidt de Matos *
Siomara Aparecida da Silva **

* Universidade Federal de Ouro Preto, Escola de Educação Física – EEFUFOP – Ouro Preto, MG. Graduando em Educação Física da Universidade Federal de Ouro Preto. E-mail: eden.matos@aluno.ufop.edu.br. ORCID: 0000-0001-7797-2201

** Universidade Federal de Ouro Preto, Escola de Educação Física – EEFUFOP, - Professora de Graduação em Educação Física da Universidade Federal de Ouro Preto. Doutora em Ciências do Movimento Humano. Coordenadora do Laboratório de Metodologia do Ensino dos Esportes – LAMEES. E-mail: siomarasilva@ufop.edu.br. ORCID: 0000-0001-7590-9129

Autor para contato:

- Siomara Aparecida da Silva
- Rua dois, s/n Campus Morro do Cruzeiro - Bairro Bauxita - Ouro Preto – MG CEP: 35.400-000
- Telefones: 55 31 3559-1517 (Geral) 3559-1437(sala)
- siomarasilva@ufop.edu.br

Resumo

A entrada no ensino superior causa bastante tensão nos universitários, pois acontece na transição para a vida adulta. Buscando compreender a percepção da Qualidade de Vida (QV), o trabalho objetiva verificar a influência do isolamento social devido à pandemia da covid - 19 na autopercepção de qualidade de vida, dos ingressantes nos cursos de Educação Física.

Para isso, foi utilizado o questionário o WHOQOL-Bref. É possível perceber através da análise dos resultados, que os alunos de 2ª entrada, antes do isolamento apresentaram maiores escores nos domínios físicos, psíquico e social, enquanto durante a pandemia, houve uma inversão destas respostas e os alunos de 1ª entrada apresentaram maiores escores para estes domínios. Os resultados permitem uma detecção precoce sobre possíveis dificuldades que serão vivenciadas pelos alunos em um período pós pandêmico. Sendo importante o desenvolvimento de programas de intervenção, para um melhor desempenho dos graduandos e da qualidade de vida.

Palavras-chaves: qualidade de vida, estudantes universitários, isolamento social

Abstract

The entry into higher education causes a lot of tension in college students, because it happens in the transition to adulthood. Seeking to understand the perception of Quality of Life (QoL), this study aims to verify the influence of social isolation due to the pandemic of the covid-19 on the self-perception of quality of life of those entering the Physical Education courses. For that, the WHOQOL-Bref questionnaire was used. It is possible to notice through the analysis of the results that the 2nd entrance students, before the isolation, presented higher scores in the physical, psychological and social domains, while during the pandemic, there was an inversion of these answers and the 1st entrance students presented higher scores for these domains. The results allow an early detection of possible difficulties that will be experienced

by students in a post-pandemic period. It is important to develop intervention programs for a better performance of the undergraduates and quality of life.

Keywords: quality of life, college students, social isolation

Resumen

La entrada en la enseñanza superior provoca bastante tensión en los universitarios, ya que se produce la transición a la vida adulta. Buscando entender la percepción de la Calidad de Vida (QoL), el trabajo tiene como objetivo verificar la influencia del aislamiento social debido a la pandemia de covid - 19 en la autopercepción de la calidad de vida, de los ingresantes en los cursos de Educación Física. Para ello, se utilizó el cuestionario WHOQOL-Bref. Se puede notar a través del análisis de los resultados, que los alumnos de 2º ingreso, antes del aislamiento presentaron puntuaciones más altas en los dominios físico, psíquico y social, mientras que durante la pandemia, hubo una inversión de estas respuestas y los alumnos de 1º ingreso presentaron puntuaciones más altas para estos dominios. Los resultados permiten detectar con antelación las posibles dificultades que experimentarán los alumnos en un periodo post-pandémico. Es importante desarrollar programas de intervención para mejorar el rendimiento de los estudiantes y su calidad de vida.

Palabras clave: calidad de vida, estudiantes universitarios, aislamiento social

Introdução

Nos últimos anos a entrada dos alunos nas Instituições de Ensino Superior no Brasil esteve em constante ascensão. O número de estudantes da Educação Superior de acordo com o censo realizado pelo Ministério da Educação (Brasil, 2019), entre os anos de 2009 a 2019, aponta que o número de matriculado no ensino superior teve um crescimento de 5.985.873 para 8,6 milhões sendo um aumento de 43,7%. Mesmo diante dessa expansão o desafio fixado pela meta 12 do Plano Nacional de Educação (PNE) ainda não foi atingido, conforme relva o Observatório do PNE , sendo a taxa bruta de matrícula na Educação Superior é 50% da população de 18 a 24 anos (Observatório, 2020).

A entrada no ensino superior causa bastante tensão, pois acontece na transição para a vida adulta, além das diversas alterações sistêmicas, como as físicas, psicológicas e social que interagem com o novo ambiente e alteram a qualidade de vida do sujeito (Claumann et al., 2017; Silva, Pereira, Almeida, Silva, & Oliveira, 2012; Vargas, Vargas, Cantorani, & Pedroso, 2020). De acordo com Organização Mundial da Saúde (1998) a Qualidade de Vida (QV) pode ser definida como “Percepção do indivíduo sobre sua posição na vida no contexto da cultura e sistemas de valores em que vive e sua relação com seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações”. Sendo essa definição QV instiga que a Educação Física seja vista e compreendida desde a formação inicial para que possamos produzir melhores profissionais.

Essas mudanças de fases, revela elementos relacionados a adaptação ao mundo universitário e são de grande importância para que o sujeito continue no curso convivendo com as exigências do aumento da carga horária de estudos, o envolvimento com a pesquisa e as práticas de extensão típicas da formação inicial, aprendendo a lidar com a autonomia de vida, controle financeiro, e para muitos a saída da casa dos pais para morarem com pessoas diferentes e em espaços novos, repercutindo na sua qualidade de vida dos futuros

profissionais (Nur, Kibık, Kılıç, & Sümer, 2017; Ogushi & Bardagi, 2015; Pinho, Dourado, Aurélio, & Bastos, 2015).

Diversos fatores relacionados ao bem-estar dos jovens universitários como felicidade, satisfação com a vida e si mesmo, amigos, moradia, composição corporal, têm sido cada vez mais presentes nos estudos da qualidade de vida dos universitários, principalmente dos alunos dos cursos de saúde. Esses futuros profissionais têm como missão o cuidado de outro ser humano, assumindo o papel de multiplicadores da promoção a saúde e qualidade de vida, modificando a comunidade onde estão inseridos (Amadeu & Justi, 2017; Backhaus et al., 2020; Barros, Borsari, Fernandes, Silva, & Filoni, 2017; Mendes-Neto, Silva, Costa, & Raposo, 2012; Nur et al., 2017).

No entanto, uma vez que o mundo foi assolado pelo SARS-CoV-2 (COVID-19) os estudos sobre a saúde e qualidade de vida de universitários sofrem interferência, pois a vida se tornou remota, o isolamento social fez com que as pessoas permanecessem dentro de casa para conter o avanço da transmissão e mortalidade da população (Ferreira, Assis, Cruz, & Dellagrana, 2021), o que sugere alteração na qualidade de vida da população. A mudança para o ensino remoto trouxe alterações comportamentais para todos os envolvidos, desde as famílias que tiveram que conviver com as aulas dentro de casa quanto para os professores que tiveram que aprender a lidar com os desafios de ensinar através dos recursos tecnológicos. Mas para os jovens que trazem nesta faixa etária o traço de conviverem em grupo sociais e alterações no estilo de vida frente à entrada na universidade há muito o que compreender sobre as consequências do isolamento social.

Neste viés, promover a reflexão buscando compreender diferenças na percepção da Qualidade de Vida (QV), e outros aspectos comportamentais, de universitários antes e durante a pandemia motivam estudos. Será que a pandemia alterou a percepção de QV em universitários ingressantes primeiros períodos? Será que já havia diferença na percepção da

QV entre licenciatura e bacharelado antes da pandemia? Isso permaneceu durante a pandemia? Será que a diferença de percepção da QV entre os sexos? Achados desta natureza podem ajudar no planejamento do retorno presencial e nas alterações comportamentais que, com certeza, traçarão características de um novo normal no pós pandemia.

Portanto, essa pesquisa busca verificar a influência do isolamento social devido a pandemia da covid - 19 na autopercepção de QV dos ingressantes na universidade no curso de Educação Física

Metodologia

Trata-se de um trabalho comparativo entre discentes ingressantes antes e durante a pandemia dos cursos de Educação Física de uma universidade pública federal do interior de Minas Gerais. Sendo o ingresso na universidade feito de acordo com o semestre do ano, os alunos que entram no 1º semestre, são os alunos de primeira entrada no curso de Educação Física em Bacharelado, enquanto os alunos que esperam até o 2º semestre, sendo os alunos de segunda entrada, entrando no curso de Educação Física em Licenciatura. Os participantes da pesquisa foram informados sobre os objetivos e procedimentos aos quais seriam submetidos e após as dúvidas sanadas os que concordaram assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) conforme aprovado pelo comitê de ética em pesquisa pelos pareceres nº 3.612.489 e 4.144.346 da universidade do pesquisador principal.

Participaram do estudo 361 alunos, dos quais 76% (n= 273) da amostra que entraram na universidade antes da pandemia e 24% (n= 88) durante a pandemia, sendo 54% discentes do curso de licenciatura e 46% do de bacharelado. E 55% da amostra se identificou como do sexo masculino e 45% como sendo do sexo feminino. A caracterização da amostra se encontra na tabela 1.

O questionário utilizado foi o WHOQOL- Bref em sua versão curta em português (Group, 1998) foi o instrumento utilizado contendo 26 questões, sendo duas perguntas gerais de qualidade de vida e as outras 24 questões são divididas em quatro domínios: Domínio Físico (sete itens), Domínio Psicológico (seis itens), Domínio Sociais (três itens) e Domínio Meio Ambiente (oito itens). As questões são respondidas através uma escala *likert* de cinco pontos. O escore final, tanto da qualidade de vida geral quanto dos domínios, foi transformado em uma escala de 0 a 100 pontos, na qual valores mais próximos de zero indicam pior qualidade de vida, enquanto os mais próximos de 100, melhor qualidade de vida. A identificação da amostra (nome, idade, número de matrícula, sexo) estava presente no início do questionário.

A aplicação do questionário foi realizada por meio de formulários on-lines vinculado ao Google Forms®, sendo que no período anterior a pandemia o questionário foi respondido presencialmente em uma sala de informática, enquanto que no período pandêmico foi feita de forma virtual. O questionário era respondido pelos alunos ingressantes nos cursos de Educação Física, conforme a sua entrada sendo aplicado no início do semestre no ano.

Após a coleta, os dados foram tabulados através do programa Microsoft Excel®, e analisados com o software estatístico Statistical Package for Social Sciences (SPSS) versão 20. A análise aplicada foi a estatística descritiva por medidas de dispersão, comparativa entre grupos com teste *t student* para amostras independentes, e a diferença significância adotada foi de $p \leq 0,05$ após testada a normalidade.

Resultados

Na tabela 2 os valores da comparação da qualidade de vida dos alunos que entraram antes com os alunos que entraram durante a pandemia demonstra que houve diferença significativa na QV global.

Ao comparar a percepção da qualidade de vida entre os alunos dos cursos de 1ª entrada e 2ª entrada em Educação Física, encontrou-se diferença significativa nas dimensões físico, psíquico e ambiente, sendo os maiores escores no grupo de alunos de 1ª entrada. E, para ambas entradas de graduandos as dimensões do físico e social foram as que apresentaram maiores escores (tabela 3).

Buscando entender se entre os cursos já havia alguma dimensão que apresentasse significativamente diferente antes da pandemia, testamos também depois, e somente no momento antes e na dimensão psicológica encontramos a diferença. (tabela 4).

Na comparação entre os sexos nos dois momentos traçados pela pandemia não há diferença significativa.

Discussão

O trabalho buscou verificar a influência do isolamento social devido a pandemia da covid - 19 na autopercepção de QV dos ingressante de uma universidade do interior de Minas Gerais. Na comparação entre os alunos que entrando antes com durante a pandemia, os alunos anterior a pandemia apresentaram maiores escores nos domínios físico, psíquico e social, enquanto durante o isolamento nos domínios ambiente e QV global. Isso pode indicar que

antes do isolamento os universitários podiam realizar exercício físico ao ar livre ou em estabelecimentos para tal prática, possuindo o contato com outras pessoas e convívio social.

Enquanto durante o isolamento, o sistema educacional fechou as suas portas, e o trabalho foi transportado para dentro de casa de maneira remota, fazendo com que diminuísse um estilo de vida saudável durante a pandemia. Isso fez com que os universitários ficassem muito tempo sentados, deitados, com o espaço reduzido para a prática de atividade física sem orientação e principalmente com o aumento do tempo de tela com atividade de jogos, programas de televisão e o uso de redes sociais, sendo uma maneira de manter o contato com os amigos e parentes.

Essa permanência dentro de casa é importante para a segurança, diminuindo a disseminação da COVID-19, mas contribuiu para aumento da ansiedade, depressão e um estilo de vida sedentária com hábitos alimentares inadequados, sendo a porta de entrada de diversas doenças crônicas degenerativas, como doenças cardíacas, hipertensão, diabetes mellitus e obesidade (Carleto et al., 2019; Costa, Batista, Leão, & Paes, Costa et al., 2015; Oliveira et al., 2021; Sá, Pombo, Luz, Rodrigues, & Cordovil, 2021).

Na relação da diferença entre os alunos de 1ª e 2ª entradas, os alunos de do primeiro semestre do ano possuem maiores escores nas dimensões física e psíquica, podendo estar relacionada a entrada na universidade logo no início do ano, logo após os resultados do ENEM e SISU podendo o cansaço físico e cognitivo estarem influenciando na dimensão de maior influência na QV. Além de muitos ingressantes terem terminado o ensino básico na guarda da casa dos pais e então universitários se encontram rapidamente fora de casa. Enquanto isso, os alunos de licenciatura esperam ansiosos para entrarem no curso somente no segundo semestre letivo, dando mais tempo para que possam descansar e se organizarem com mais tempo para a mudança no estilo de vida, podendo influenciar com que eles tenham

maiores escores na qualidade de vida nas dimensões social, ambiente e qualidade de vida geral.

Com a entrada no mundo universitários, esses alunos acabam possuindo uma alta carga de atribuições. Muitos têm que trabalhar no período diurno para contribuírem com as despesas, e no período noturno estudarem. A formação inicial não é composta somente por aulas e as tarefas acadêmicas, mas como participação em projetos de extensão, iniciações científicas, participação de laboratórios, fazendo com que a duração do sono e a prática de exercício físico diminuam (Barros et al., 2017; Oliveira et al., 2021; Vargas et al., 2020; Vo, Tran, & Dinh2020).

Nesse contexto, uma boa qualidade de vida no domínio físico deveria aparecer nos dois cursos de Educação Física (bacharelado e licenciatura), já que estão cursando disciplinas com envolvimento de práticas esportivas e de atividade física, não só dentro do curso, mas outros hábitos de vida saudável (Claumann et al., 2017).

Nos resultados advindo da comparação entre as entradas antes e durante a pandemia, os alunos que entraram de 2ª entrada apresenta maiores escores comparado aos alunos do 1ª entrada no período anterior ao isolamento social, sendo que há uma inversão durante a pandemia, com os alunos que entraram no 1ª entrada apresenta maiores escores. Esses resultados podem ser consequência da entrada dos cursos durante o ano. Antes da pandemia os alunos que pretendem entrar no curso de Educação Física devem prestar a prova ENEM e passar na nota de corte do SISU, ocorrendo nesse momento a separação dos cursos. Os aprovados no primeiro semestre do ano em Educação Física, já saem do ensino médio encarando a vida universitária, enquanto isso, os selecionados na segunda entrada do ano em Educação Física devem esperar até a metade do ano para poder entrar na universidade, tendo assim um tempo maior de descanso da continuidade dos estudos

Porém, houve uma inversão durante a pandemia, fazendo com os alunos do curso da primeira entrada apresentassem maiores escores, existindo a possibilidade desses alunos terem um descanso dos estudos não entrando direto na vida universidade, além de poderem ter uma interação com a família durante o isolamento social.

Compreendendo que essa situação é diferente da realidade de muitos universitários, em que saiam de seus lares, morando distantes da família para residirem sozinhos, quitinetes, repúblicas ou dividindo casas/apartamento com colegas universitários, além de terem que trabalhar para complementar a renda (Amadeu & Justi, 2017).

Não foram encontradas diferenças significativas na comparação entre os sexos dos alunos nos dois momentos traçados pela pandemia, resultados de estresse também encontrados por Claumann e colaboradores (2017).

O isolamento social proporcionou diferenças na qualidade de vida dos ingressantes universitários. Sendo esse momento inicial dos ingressantes que envolve muitas mudanças expressivas que são caracterizadas por novos vínculos afetivos que serão desenvolvidas ao longo do curso. Dentro dessas mudanças possíveis dúvidas e frustrações com relação à carreira escolhida, autonomia financeira, administração do tempo, independência na resolução das demandas acadêmicas, adaptação ao mundo universitário e juntamente a isso a sobrecarga de estudo aparecendo o estresse e ansiedade em muitos estudantes (Langame et al., 2016; Lantyer, Varanda, Souza, Pandovani, & Viana, 2016; Pinho et al., 2015).

Além disso, o isolamento social da pandemia proporcionou nos universitários estresse, ansiedade e frustrações da vida acadêmica nos universitários, acarretando em maus hábitos alimentares, o que influencia no aumento do sobrepeso e no sedentarismo dos jovens universitários com o possível surgimento e desenvolvimento de doenças crônicas (Bagatini, Soares, Barros, & Silveira, 2020; Correia, Camelo, Melo, Oliveira, & Silva, 2020; Silva, Barros, & Silva, 2020; Teixeira, Tavares, & Barbosa, 2021).

Conclusão

É possível perceber através da análise dos resultados, o isolamento social devido a pandemia da COVID – 19, influenciou na autopercepção dos ingressantes na universidade pesquisada em que os alunos de 2ª entrada, antes do isolamento apresentaram maiores escores nos domínios físicos, psíquico e social, indicando uma melhor percepção da qualidade de vida. O que não era esperado é que durante a pandemia houvesse uma inversão destas respostas e os alunos de 1ª entrada apresentaram maiores escores para estes domínios, sendo estes sugerindo ter uma melhor percepção da qualidade de vida. O que pode representar que esses alunos ficam sobrecarregados com a recém-saída do ensino médio e sua entrada na vida acadêmica. Isso demonstra a necessidade de se pesquisar para confirmar algo que as pessoas acham ou provar o contrário do senso comum, essa é a interferência e visão da ciência, devemos acreditar nos valores de comprovação científica e não no achismo.

Os resultados permitem uma detecção precoce sobre possíveis dificuldades que serão vivenciadas pelos alunos no novo normal em um período pós pandêmico, já que esses alunos não estarão com suas famílias com retorno presencial das aulas na universidade, possuindo um retorno rápido sem uma intervenção para melhor preparar esses alunos. Por isso, é de grande importância a sensibilização para o desenvolvimento de programas de intervenção e prática de atividade física, para prevenção e promoção da saúde para um melhor desempenho dos graduandos e organização e no ambiente universitário.

Referências

- Amadeu, J. R., & Justi, M. M. (2017). Qualidade de vida de estudantes de graduação e pós-graduação em Odontologia. *Archives of Health Investigation*, 6(11).
- Backhaus, I., D'Egídio, V., Saulle, R., Masala, D., Firenze, A., Vito, E. d., . . . La Torre, G. (2020). Health-related quality of life and its associated factors: results of a multi-center cross-sectional study among university students. *Journal of Public Health*, 42(2), 285-293.
- Bagatini, D. D., Soares, R. O., Barros, E. B. C., & Silveira, G. F. S. (2020). Estudo virtual em tempos de distanciamento: uma análise sobre o impacto do isolamento social na rotina de estudos de universitários. Anais do XXXI Simpósio Brasileiro de Informática na Educação,
- Barros, M. J. d., Borsari, C. M. G., Fernandes, A. d. O., Silva, A., & Filoni, E. (2017). Avaliação da qualidade de vida de universitários da área da saúde. *Revista Brasileira de Educação e Saúde*, 7(1), 16-22.
- BRASIL, I. N. d. E. P. E. A. T. (2019). *Censo da Educação Superior 2019: notas estatísticas*. Brasília
- Carleto, C. T., Mendes, M. C. P., Gaudenci, G. N., Gaudenci, E. M., Vanderlei, J. H., & Kauchakje, L. A. P. (2019). Saúde e qualidade de vida de universitários da área da saúde. *Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social*, 7(1), 53-63.
- Claumann, G. S., Maccari, F. E., Ribovski, M., Pinto, A. d. A., Felden, É. P. G., & Pelegrini, A. (2017). Qualidade de vida em acadêmicos ingressantes em cursos de Educação Física. *Journal of Physical Education*, 28.
- Correia, A. K. d. S., Camelo, E. M. A., Melo, T. C. F., Oliveira, E. K. d. S., & Silva, T. d. P. S. (2020). Ansiedade e estresse em tempos de pandemia: Uma análise a partir dos relatos de estudantes universitários II Congresso Internacional das Ciências da saúde,
- Costa, B., Batista, G., Leão, N., & Paes, P. (2015). Quality of life, stages of behavioral changes and physical activity level of Physical Education students. *Rev Bras Ativ Fís Saúde*, 20(5), 476-482.
- Ferreira, J. S., Assis, T. C. d., Cruz, R. P. V., & Dellagrana, R. A. (2021). Impacto da Pandemia de Covid-19 Sobre a Prática de Exercícios Físicos em Mulheres. *Revista Brasileira de Ciências da Saúde*, 25(3), 535-546.
- Group, W. (1998). Development of the World Health Organization WHOQOL-BREF quality of life assessment. *Psychological medicine*, 28(3), 551-558.
- Langame, A. d. P., Neto, J. A. C., Melo, L. N. B., Castelano, M. L., Cunha, M., & Ferreira, R. E. (2016). Qualidade de vida do estudante universitário e o rendimento acadêmico. *Revista brasileira em Promoção da Saúde*, 29(3), 313-325.
- Lantyer, A. S., Varanda, C. C., Souza, F. G., Padovani, R. C., & Viana, M. B. (2016). Ansiedade e qualidade de vida entre estudantes universitários ingressantes: avaliação e intervenção. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 18(2), 4-19.
- Mendes-Netto, R. S., Silva, C. S., Costa, D., & Raposo, O. F. F. (2012). Nível de atividade física e qualidade de vida de estudantes universitários da área de saúde. *Revista de Atenção à Saúde (ISSN 2359-4330)*, 10(34).
- Nur, N., Kibik, A., Kiliç, E., & Sümer, H. (2017). Health-related quality of life and associated factors among undergraduate university students. *Oman medical journal*, 32(4), 329.
- Observatório, P. N. d. E. (2020). *Meta 12 - Educação Superior*
- Ogushi, M. M. P., & Bardagi, M. P. (2015). Reflexões sobre a relação estudante-universidade a partir de uma experiência de atendimento em orientação profissional. *Extensio: Revista Eletrônica de Extensão*, 12(19), 33-50.
- Oliveira, E. S., Rodrigues, C. S., Araújo, A. R., Viegas, Z. V. d. B., Brandão, F. B. A., & Salvador, E. P. (2021). Nível de atividade física e fatores relacionados em universitários da área da saúde: um estudo longitudinal. *Journal of Physical Education*, 32(1).

- Pinho, A. P. M., Dourado, L. C., Aurélio, R. M., & Bastos, A. V. B. (2015). A transição do ensino médio para a universidade: um estudo qualitativo sobre os fatores que influenciam este processo e suas possíveis consequências comportamentais.
- Silva, C. M. d., Barros, T. d. C., & Silva, S. A. d. (2020). The influence of body composition on the motor capacities of first-year university students from Physical Education course. *ABCS health sci*, e020019-e020019.
- Silva, D. A. S., Pereira, I. M. M., Almeida, M. B. d., Silva, R. J. d. S., & Oliveira, A. C. C. d. (2012). Estilo de vida de acadêmicos de Educação Física de uma universidade pública do estado de Sergipe, Brasil. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, 34, 53-67.
- Sá, C. d. S. C. d., Pombo, A., Luz, C., Rodrigues, L. P., & Cordovil, R. (2021). Distanciamento social covid-19 no Brasil: efeitos sobre a rotina de atividade física de famílias com crianças. *Revista Paulista de Pediatria*, 39.
- Teixeira, V. P. G., Tavares, L. R. M., & Barbosa, S. A. B. F. (2021). O impacto na saúde mental de universitários de Alagoas decorrente da pandemia do COVID-19. *Conjecturas*, 21(3), 681-691.
- Vargas, T. M., Vargas, L. M., Cantorani, J. R. H., & Pedroso, B. (2020). Qualidade de vida em ingressantes e concluintes de diferentes cursos universitários. *Revista Interdisciplinar de Estudos em Saúde*, 9(1), 39-48.
- Vo, T. Q., Tran, D. D., & Dinh, H. T. T. (2020). Health-related quality of life among undergraduate dentistry students in Ho Chi Minh, Vietnam: A cross-sectional WHOQOL-BREF study. *Journal of Pharmacy & Pharmacognosy Research*, 8(3), 201-210.

Tabela 1

Caracterização da amostra

Variáveis	Frequência	%
Antes da pandemia	273	75,6
Durante a pandemia	88	24,4
Homem	197	54,6
Mulher	164	45,4
Estudantes de 1º entrada	167	46,3
Estudantes de 2º entrada	194	53,7

Tabela 2

Comparação entre antes e durante pandemia

Variáveis	Antes	Durante	Valor de p*
	M ± DP	M ± DP	
Físico	71,22 ± 13,67	69,97 ± 12,93	0,451
Psíquico	63,76 ± 14,84	61,70 ± 13,44	0,248
Social	69,77 ± 17,60	67,81 ± 18,13	0,370
Ambiente	61,27 ± 12,55	63,75 ± 13,07	0,112
QV global	64,15 ± 18,53	71,68 ± 15,40	0,001*

Legenda: QV (qualidade de Vida); M = média; DP = desvio padrão *Valor de P referente ao teste t de amostras independentes ($p \leq 0,05$)

Tabela 3

Comparação entre 1ª entrada e 2ª entrada

Variáveis	1ª entrada	2ª entrada	Valor de p*
	M ± DP	M ± DP	
Físico	72,45 ± 13,52	69,60 ± 13,35	0,045*
Psíquico	65,00 ± 13,06	61,75 ± 15,54	0,034*
Social	68,17 ± 18,11	70,30 ± 17,37	0,243
Ambiente	63,63 ± 14,12	60,37 ± 11,16	0,015*
QV global	67,37 ± 19,36	64,82 ± 16,88	0,188

Legenda: QV (qualidade de Vida); M = média; DP = desvio padrão *Valor de P referente ao teste t de amostras independentes ($p \leq 0,05$)

Tabela 3

Comparação entre entradas antes e durante pandemia

Variáveis	1ª entrada		2ª entrada		Valor de p*	
	Antes	Durante	Antes	Durante	Antes	Durante
	M ± DP	M ± DP	M ± DP	M ± DP		
Físico	72,57 ± 13,53	72,15 ± 13,62	70,19 ± 13,72	67,24 ± 11,62	0,155	0,077
Psíquico	66,18 ± 13,18	62,16 ± 12,44	61,91 ± 15,78	61,12 ± 14,74	0,018*	0,719
Social	68,16 ± 17,30	68,00 ± 20,13	71,00 ± 17,79	67,59 ± 15,51	0,190	0,917
Ambiente	62,82 ± 14,02	65,56 ± 14,34	60,09 ± 11,21	61,48 ± 11,03	0,075	0,146
QV global	64,37 ± 19,79	74,48 ± 16,39	63,98 ± 17,58	68,17 ± 13,46	0,862	0,056

Legenda: QV (qualidade de Vida); M = média; DP = desvio padrão *Valor de P referente ao teste t de amostras independentes ($p \leq 0,05$)