

**Repercussões da faculdade no estilo de vida dos estudantes de Enfermagem e na saúde:
revisão integrativa**

College repercussions on Nursing students' health and lifestyle: an integrative review

**Repercusiones de la facultad en el estilo de vida de estudiantes de Enfermería y en la
salud: revisión integrativa**

Recebido: 21/05/2020 | Revisado: 01/06/2020 | Aceito: 04/06/2020 | Publicado: 16/06/2020

Jussara Regina Martins

ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-8191-2946>

Universidade Federal do Rio de Janeiro, Brasil

E-mail: jussaramartinsjf@gmail.com

Kenia Oliveira Barbosa da Hora

ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-2887-7408>

Universidade Federal do Rio de Janeiro, Brasil

E-mail: kenia.0.barbosa@gmail.com

Glaucia Valente Valadares

ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-9263-1736>

Universidade Federal do Rio de Janeiro, Brasil

E-mail: gvvufrj@gmail.com

Sônia Regina de Souza

ORCID: <http://orcid.org/0000-0001-7981-0038>

Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, Brasil

E-mail: soniasilvio0@gmail.com

Silvia Teresa Carvalho de Araújo

ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-2137-7830>

Universidade Federal do Rio de Janeiro, Brasil

E-mail: stcaraujo@gmail.com

Glaucia Cristina Andrade Vieira

ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-9687-6060>

Universidade Federal do Rio de Janeiro, Brasil

E-mail: glaucia520@hotmail.com

Resumo

O objetivo foi elucidar sobre o estilo de vida dos estudantes de Enfermagem e sobre a saúde mediante uma revisão integrativa. Metodologia: Revisão Integrativa embasada na questão norteadora “Como está sendo abordado o estilo de vida de estudantes de Enfermagem e a saúde na literatura?”. Utilizaram-se as bases de dados: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde, *La Medical Literature Analysis and Retrieval System online*, *Base de Dados em Enfermagem*, *Scopus Content Overview e Web of Science*. Resultados: 11 artigos internacionais fizeram parte da amostra, sendo 27,27% Colômbia; 18,18% China, 9,09% simultaneamente Irã, Malásia, México, Mississippi, Londres e Turquia. Na primeira categoria “Estilo de Vida não saudável dos estudantes de Enfermagem” evidenciou-se sono diminuído, hábitos alimentares ruins, estresse, depressão e ansiedade. Na segunda categoria “A faculdade de Enfermagem como fomentadora de saúde e do estilo de vida saudável dos estudantes” realçou-se a interferência positiva da promoção da saúde pela consciência crítica no bem estar individual. Conclusão: Os estudantes e a faculdade devem ser protagonistas na promoção da saúde integral e do estilo de vida, exercendo cada um o seu papel com influência positiva no padrão adotado durante essa formação.

Palavras-chave: Estilo de vida; Estudantes de Enfermagem; Saúde.

Abstract

This aims at clarifying issues regarding nursing students' health and lifestyle by means of an integrative review. Methodology: An integrative review based on the guiding question "How is nursing students' health and lifestyle being addressed in the literature?". The following databases were used: Latin American and Caribbean Literature on Health Sciences, *La Medical Literature Analysis and Retrieval System online*, *Nursing Database*, *Scopus Content Overview and Web of Science*. Results: the sample was comprised of 11 international papers, among them 27.27% are from Colombia; 18.18% are from China and 9.09% are concurrently from Iran, Malaysia, Mexico, Mississippi, London and Turkey. In the first category regarding “Nursing students' unhealthy lifestyle”, sleep decrease was noticed, as well as poor eating habits, stress, depression and anxiety. In the second category concerning "The Nursing college as a promoter for students' health and a healthy lifestyle", the positive interference of health promotion by a critical awareness in individual well-being was highlighted. Conclusion: Both students and college must be protagonists in the promotion of integral

health and lifestyle, so that each one can play their role with a positive influence on the standards adopted during Nursery school formation.

Keywords: Lifestyle; Nursing Students; Health.

Resumen

El objetivo fue dilucidar sobre el estilo de vida de los estudiantes de Enfermería y sobre la salud por medio de una revisión integrativa. Metodología: Revisión integrativa fundamentada en la cuestión orientadora “¿Cómo se aborda el estilo de vida de estudiantes de Enfermería y la salud en la literatura?”. Se utilizaron las bases de datos: *Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde*, *La Medical Literature Analysis and Retrieval System online*, *Base de Dados em Enfermagem*, *Scopus Content Overview e Web of Science*. Resultados: 11 artículos internacionales formaron parte de la muestra, siendo 27,27% Colombia; 18,18% China; 9,09% simultáneamente Irán, Malasia, México, Mississippi, Londres y Turquía. En la primera categoría "Estilo de vida poco saludable de los estudiantes de enfermería", se evidenciaron disminución del sueño, malos hábitos alimenticios, estrés, depresión y ansiedad. En la segunda categoría "La Facultad de Enfermería como promotora de la salud y el estilo de vida saludable de los estudiantes", se destacó la interferencia positiva de la promoción de la salud a través de la conciencia crítica y del bienestar individual. Conclusión: Los estudiantes y la facultad deben ser protagonistas en la promoción de la salud integral y del estilo de vida, ejerciendo cada uno su papel con influencia positiva en el patrón adoptado durante esa formación.

Palabras clave: Estilo de vida; Estudiantes de Enfermería; Salud.

1. Introdução

O interesse sobre o tema “estilo de vida” aumenta cada vez mais, pois atualmente sabe-se que os fatores de risco, frequentemente evitáveis, estão diretamente associados às Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTs) como hipertensão, diabetes, doença pulmonar obstrutiva crônica, doenças cardiovasculares, cânceres, entre outras (World Health Organization, [WHO], 2018; Saitoh, Shimoda, Hamamoto, Nakaya & Nakajima, 2015).

O estilo de vida é definido como o conjunto de práticas passíveis de modificações e de influências com repercussão na saúde (Marques, 2018). Considera-se a “forma como as pessoas ou grupos vivenciam a realidade e fazem escolhas [...] (Brasil, 2013, p. 22), e

apresenta ligação com aspectos econômicos, demográficos e sociais (Minuzzi, Pandolfo, Azambuja & Santos, 2019).

Cabe mencionar que o estilo de vida influencia na saúde (Guimarães et al., 2017). Pesquisas recentes demonstram que o estilo de vida saudável impede o aparecimento de complicações decorrentes de algumas doenças que impactam o processo saúde/doença (Varela-Arevalo, Ochoa-Munoz, Tovar-Cuevas, 2016; Marques, 2018), tanto em nível internacional quanto nacional.

O estilo de vida conquistado na juventude se estende até a vida adulta (Farias, De Souza & Dos Santos, 2016). Ao ingressar na faculdade, o jovem transita por uma nova fase, na qual necessita ter maior compromisso e autonomia diferenciada. Porém, ao mesmo tempo, comumente, alteram-se as suas opções em relação ao estilo de vida, como, por exemplo, dormir menos horas, reduzir ou não realizar exercícios físicos e fazer uso de álcool (Silva, 2018).

Sabe-se que os estudantes atravessam intensas mudanças durante o curso de graduação como, por exemplo, incertezas em relação ao futuro profissional, conhecer novas pessoas, situações de competitividade, distância da família, morar em outra cidade, além de mudanças nos aspectos sociais e econômicos (Nogueira-Martins & Nogueira-Martins, 2018).

Ratifica-se que o estilo de vida é baseado nos comportamentos e influencia diretamente a saúde dos indivíduos. Portanto, faz-se de suma importância a realização de estudos sobre o estilo de vida dos discentes da graduação em Enfermagem, pois o estilo de vida, no período universitário, irá influenciar o estado de saúde da pessoa no momento, mas, principalmente, no seu futuro (Farias et al., 2016).

Cabe ressaltar que a temática saúde e bem-estar tem grande relevância por ser objetivo da Agenda 2030 para o desenvolvimento sustentável tanto no âmbito individual quanto no coletivo. Observa-se também uma lacuna de publicações relacionadas à temática do estilo de vida dos estudantes de Enfermagem e a saúde, o que pode ser evidenciado através da revisão integrativa de literatura.

O objetivo desta investigação foi elucidar sobre o estilo de vida dos estudantes de Enfermagem e sobre a saúde mediante uma revisão integrativa.

2. Metodologia

Para fundamentar esta revisão integrativa, foi aplicado o check list da *recomendação Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (Prisma)* para se alcançar maior

confiabilidade. Ao realizar uma revisão de literatura encontra-se o estado da arte, pois se promove uma busca de diversos artigos científicos que vinculam múltiplos pensamentos sobre determinado tema com o intuito de alcançar um objetivo (Da Silva & Azevedo; 2019).

Neste estudo utilizou-se a seguinte questão norteadora: Como está sendo apresentado o constructo estilo de vida de estudantes de Enfermagem e a saúde na literatura?

A busca de artigos sucedeu-se em diversas bases de dados, a saber: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs), *La Medical Literature Analysis and Retrieval System online (MEDLINE) via Pubmed*, Base de Dados em Enfermagem (BDENF), *Scopus Content Overview (Scopus) e Web of Science*.

Foram empregados os seguintes descritores (DECS): “*Estilo de vida*”, “*Estudante de Enfermagem*” e “*Saúde*” para pesquisa nas bases nacionais e, para as internacionais, os *MESH terms (Medical Subject Headings): Lifestyle; Nursing Student e Health* com o boleano *AND*.

Os critérios de inclusão compreenderam artigos referentes à temática publicados entre 2012 e 2019, em inglês, português e espanhol. A escolha do recorte temporal se deu pelo fato de na cidade do Rio de Janeiro em 2012, ter sucedido a Conferência das Nações Unidas sobre Desenvolvimento Sustentável, chamada *Rio+20*, a qual almejava a conquista do desenvolvimento sustentável das próximas décadas incluindo a saúde. Cabe acrescentar que no presente estudo foram excluídas as teses e as dissertações. A averiguação dos artigos ocorreu entre dezembro de 2019 e janeiro de 2020.

Foram encontrados 1.164 estudos nas bases de dados, conforme mostra a Tabela 1.

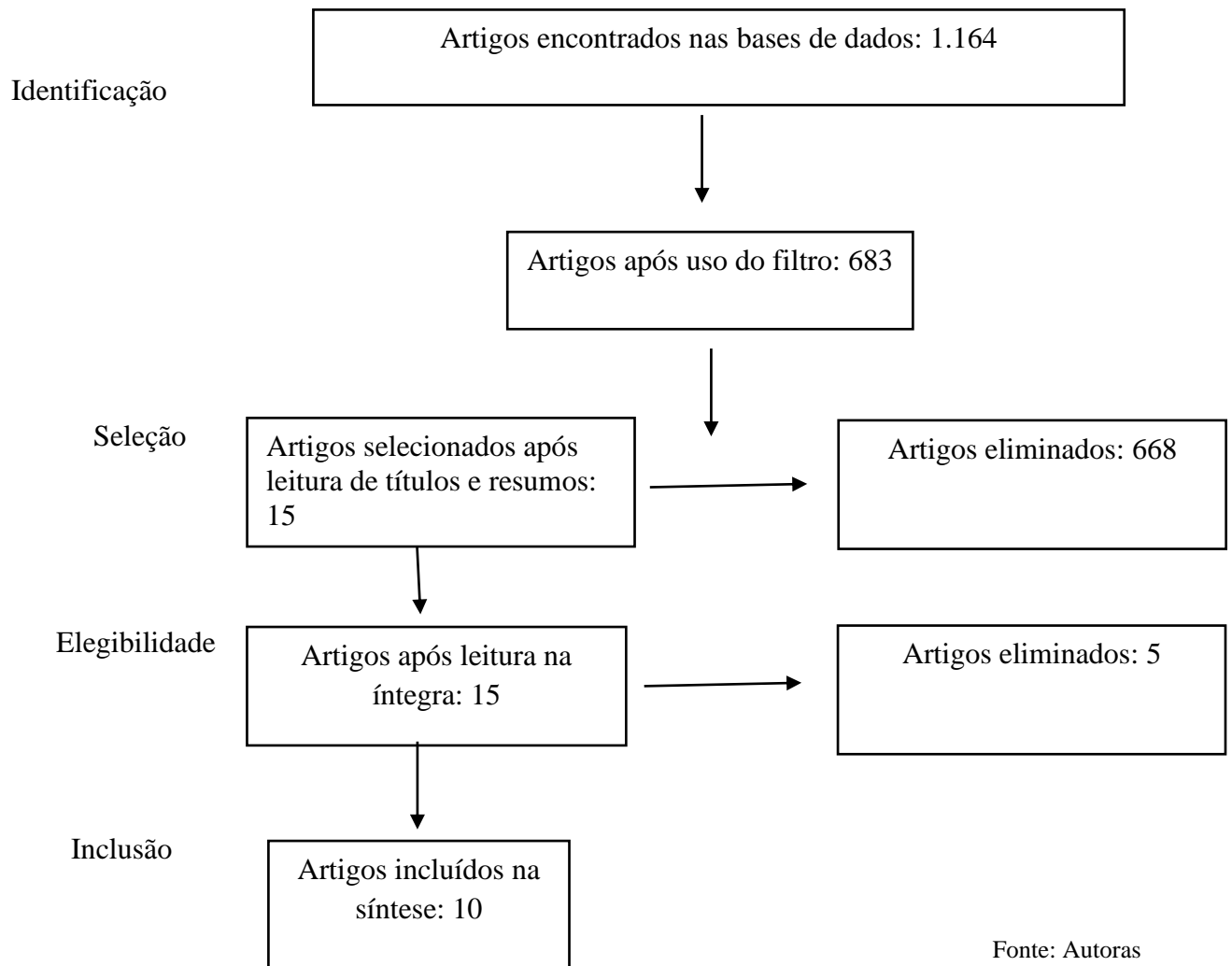
Tabela 1: Estudos encontrados nas bases de dados, Juiz de Fora, 2020.

Base de Dados	Número de Estudos (n= 1.164)
MEDLINE	693
Scopus	222
<i>Web of Science</i>	211
Lilacs	23
BDENF	15

Fonte: Autoras

Após o uso do filtro (recorte temporal, artigos nos idiomas estabelecidos, pergunta de pesquisa, artigos na íntegra) identificaram-se 683 artigos. Porém, eliminaram-se 668 a partir de uma leitura rigorosa dos títulos e resumos. Em seguida foram eleitos 15 artigos a partir da leitura na íntegra, sendo cinco eliminados. Ao final, obtiveram-se 10 artigos para a síntese conforme a Figura 1.

Figura 1: Fluxograma segundo Prisma com as fases de uma revisão, 2020.



3. Resultados e Discussão

Para a síntese, selecionou-se 11 artigos a partir dos critérios de inclusão, que foram escolhidos segundo autor, base de dados, ano e periódico/local. Estes artigos tiveram 100% de origem internacional. Obteve-se o seguinte resultado: Colômbia n = 2 (20%), China n = 2 (20%), Irã n = 1 (10%), Malásia n = 1 (10%), México n = 1 (10%), Mississippi n = 1 (10%), Londres n = 1 (10%), Turquia n = 1 (10%) conforme mostra o Quadro 1.

Quadro 1: Caracterização dos estudos no período 2012 - 2019

Artigo	Autor	Base de Dados	Ano	Periódico/ Local	Objetivo
<i>1- Effects of health promotion courses on development of healthy lifestyle behaviours and e-health literacy in nursing</i>	Sabahat Coskun Bebis Hatice	Scopus	2019	Guilhane Medical Journal Turquia	<i>The aim of this study is to determine the effects of Health Promotion courses on development of healthy lifestyle behaviors and e-Health literacy in nursing students.</i>
<i>2- Assessment the relation between lifestyle with mental health and educational achievement in nursing students</i>	Mohammad Heidari Marzieh Borjian Borujeni Mansureh Ghodusi Borujeni Mansureh Ghodusi Borujeni Parvin Rezaei	Web of Cience	2019	Bangladesh Journal of Medical Science Irã	<i>This study was aimed to assess the correlation between lifestyle with mental health and educational achievement of nursing students.</i>
<i>3- Health-promoting lifestyle and quality of life among Chinese nursing students</i>	Yim Wah Mak Angela H. F. Kao Lucia W. Y. Tam Virginia W. C. Tse Don T. H. Tse Doris Y. P. Leung	Scopus	2018	Cambridge Core China	<i>This study aimed to examine the relationships between socio-economic status, health-promoting lifestyles, and quality of life among Chinese nursing students.</i>
<i>4- Do demographic factors and a health-promoting lifestyle influence the self-rated health of college nursing students?</i>	Susan Ka Yee Chow Kin-Man Lam Shih-Hung Lie Ka-Chun Mak Ka-Chun Mong	Web of Science	2018	BMC Nursing China	<i>The aims of this study were to compare the difference in self-rated health and health promotion lifestyle profile between senior and junior nursing students, describe</i>

	Chun-Man So Wai- YipYuen				<i>correlations between self-rated health and health promotion lifestyle profile, and identify the predictors of self-rated health.</i>
5- <i>Estilo de vida saludable em estudantes de enfermagem del Estado de México</i>	Matiana Morales Vicenta Gómez M. Cleotilde García Reza Lorena Chaparro-Díaz Sonia Patricia Carreño	<i>Lilacs</i>	2018	Revista Colombiana de Enfermería México	<i>Describir el estilo de vida saludable de los estudiantes de enfermería de la Universidad Autónoma del Estado de México.</i>
6- <i>Physical activity and health promoting lifestyle among diploma nursing students in Malaysia</i>	Soh Kim. Geok Kim Lam Soh Aminuddin Yusof Salimah Japar	<i>Scopus</i>	2018	Research Journal of Pharmacy and Technology Malásia	The aims of this study are to assess the physical activity level and health-promoting lifestyle among diploma nursing students in Malaysia. Besides, this study also aims to compare whether there were significant differences in term of the physical activity level and health-promoting lifestyle between urban and rural diploma nursing students.
7- <i>Relationship of lifestyle with academic achievement in nursing students</i>	Mohammad Heidari Marzieh Borjian Borujeni Mansureh Ghodusi Borujeni Mina Shirvani	<i>Scopus</i>	2017	<i>Journal of clinical e diagnostic research</i> Mississippi	<i>This study was designed to determine the correlation of lifestyle with academic achievement in nursing students</i>
8- <i>What works to encourage student</i>	JaneWills Kelly	<i>Scopus</i>	2017	<i>Nurse Educacional</i>	In this study we explored the health

<i>nurses to adopt healthier lifestyles? Findings from na intervention study</i>	Muireann			Today Londres	of student nurses, whether training affects their health over time and what might help them to maintain a healthier lifestyle
9- <i>Estilos de vida em los estudiantes de enfermería</i>	Martha Ligia Velandia-Galvis Jean Carlos Arenas-Parra Nohora Ortega-Ortega	<i>Lilacs</i>	2015	<i>Revista Ciencia y Cuidado</i> Colômbia	Determinar las principales conductas que constituyen los estilos de vida de los estudiantes de enfermería de una universidad pública.
10- <i>Estilos de vida saludable em estudiantes de enfermería em la Universidad Cooperativa de Colombia</i>	Elveny Laguado Jaimes Martha Patricia Gómez Día	<i>Lilacs</i>	2014	<i>Haciata promoción de la salud</i> Colômbia	Determinar los estilos de vida saludable en estudiantes de Enfermería de la Universidad cooperativa de Colombia - sede Bucaramanga, mediante el instrumento HLPPI de Nola Pender que cuenta con seis dimensiones: responsabilidad en salud, nutrición, actividad física, manejo del estrés, relaciones interpersonales y espiritual en estudiantes de Enfermería.

Fonte: Autoras

Em relação ao ano e número de artigos publicados pôde-se evidenciar: dois em 2019 (20%), quatro em 2018 (40%), dois em 2017 (20%), um em 2015 (10%), e um em 2014 (10%) (Quadro 1).

A partir das leituras dos respectivos artigos identificaram-se duas categorias temáticas: Estilo de Vida não saudável dos estudantes de Enfermagem e A faculdade de Enfermagem como fomentadora de saúde e do estilo de vida saudável dos estudantes.

Categoria 1- Estilo de Vida não saudável dos estudantes de Enfermagem

Verificou-se, em um estudo realizado no Irã, que os discentes de Enfermagem apresentavam um médio estilo de vida, com o foco diminuído para a realização de atividades físicas e dieta (Heidari, Borujeni, Borujeni & Rezaei, 2019). Acredita-se que mudanças, como hábitos alimentares ruins, falta de exercícios físicos, tempo de sono reduzido, amplas aulas teóricas e práticas, relação docente-discente, uso de álcool, lazer escasso, tensão gerada pela incessante busca por bom desempenho acadêmico e aprendizado de conteúdos novos, ocasionados durante a graduação, possam repercutir diretamente no estilo e na qualidade de vida dos universitários. Isso se dá em curto e em longo prazo (Moura, Nobre, Cortez, De Macêdo & Da Silva, 2016).

Em relação ao quesito sono, considera-se que os estudantes de Enfermagem dormem menos que o necessário segundo um estudo mexicano (Morales, Gómez, Garcia-Reza, & Chaparro-Diaz, 2018). Além do sono, o estresse também se mostra aumentado em função da grande carga de ofícios acadêmicos (Wills & Kelly, 2017; Morales, et al., 2018).

Cabe acrescentar que os discentes do curso de graduação em Enfermagem, assim como de diversos cursos, apresentam exaustão devido às seguintes questões: muitas disciplinas, provas, carga horária ampla, tempo de sono reduzido, aparecimento de doenças, condições de transporte, falta de atividades físicas, alteração da rotina, entre outras (Moura et al., 2016). Ressalta-se também a presença de depressão (37,28%), ansiedade (3,74%) e constantes reclamações em relação à saúde (17,19%) (Heidari et al., 2019).

Em contrapartida, em outros estudos, consideram apresentar regular e bom estado de saúde (Morales et al., 2018). No que tange à saúde da população jovem, principalmente de estudantes, percebe-se que estes apresentam altos índices de morbidade, apesar de usufruírem de uma boa saúde. Sabe-se que doenças são causadas pelos determinantes de saúde e perpetuam da infância até a vida adulta (Organização Pan-Americana de Saúde [OPAS], 2018).

Categoria 2- A faculdade de Enfermagem como fomentadora de saúde e do estilo de vida saudável dos estudantes

Pelo fato de estudarem Enfermagem, observou-se em um estudo da Turquia que os estudantes detêm maior atenção para a realização de dietas e exercícios físicos, lidam com os estresses diários com mais tranquilidade e adquirem maior criticidade em relação à saúde e à veracidade das informações fornecidas pela internet. Inclusive, a internet foi mencionada como um mecanismo de auxílio em relação à saúde (39,1%) (Coskun & Bebi, 2019).

Os estudantes chineses que estão nos últimos períodos do curso de graduação mostraram-se mais atentos com a saúde e com a promoção à saúde quando comparados aos alunos de períodos anteriores. Isso justifica-se pelas práticas executadas no estágio curricular. Porém, esta preocupação ainda não conscientizou totalmente os estudantes a ponto de modificarem suas próprias condutas de saúde e estilo de vida (Chow et al., 2018).

Ao se tornarem mais conscientes com a própria saúde, com estilo de vida saudável e agregadores de informações mais atualizadas em relação à saúde no geral, discentes turcos contribuíram também com a saúde dos seus clientes pois transmitiram informações importantes para aqueles a quem prestavam cuidados, além de proporcionar uma assistência de qualidade (Coskun & Bebi, 2019).

Diante da importância e da influência da faculdade na vida do estudante foi sugerido em um estudo no Irã que as faculdades de Enfermagem insiram em suas grades curriculares uma disciplina voltada para a educação do estilo de vida. Sabe-se que o estilo de vida é considerado um fator influenciador no desenvolvimento acadêmico (Heidari, Borujeni, Borujeni, & Shirvani, 2017) e com a melhora do estilo de vida haverá repercussões na formação de futuros enfermeiros.

A faculdade oportuniza a formação de novos profissionais, deve também estar atenta à mudança do estilo de vida dos estudantes. Desta forma viabilizará o bem estar, o desenvolvimento individual (Morales, et al., 2018) e social dos discentes com vistas a uma repercussão favorável na coletividade (Heidari et al., 2017).

4. Considerações Finais

Apesar da importância do tema, verificou-se poucas publicações. A grande maioria realçando o aspecto negativo do estilo de vida dos estudantes durante a realização da faculdade de Enfermagem. As publicações sobre o assunto mostram-se voltadas para o surgimento de doenças e para o paradigma dominante com o olhar biomédico.

Sabe-se que os estudantes de Enfermagem, a nível internacional, usufruem de um estilo de vida que necessita de atenção para aspectos como atividade física, dieta, sono, estresse, depressão e ansiedade. Os comportamentos e práticas modificados durante o curso de graduação podem se configurar como riscos à saúde, resultando no aparecimento de doenças.

Contudo, uma melhora no estilo de vida dos estudantes de Enfermagem foi atribuída ao fato de estarem em um curso da área da saúde. Pode-se inferir que estes têm potencial de se tornarem protagonistas da promoção da saúde com repercussão positiva no próprio estilo de vida, na própria saúde e na qualidade da prestação do cuidado.

Mostra-se de grande relevância o investimento em estudos nacionais sobre a temática estilo de vida dos estudantes de Enfermagem pois este se relaciona diretamente com a promoção de saúde de futuros adultos e também com a formação de futuros enfermeiros capacitados a desempenhar uma assistência de qualidade.

Identificou-se a necessidade de novas investigações sobre a temática estilo de vida dos estudantes de Enfermagem e saúde, no que tange a questões subjetivas do indivíduo com base no paradigma emergente e nos objetivos da Agenda 2030 de desenvolvimento sustentável, a favor de uma saúde integral.

Referências

Brasil (2013). *Glossário temático: promoção da saúde*. (1ª ed.). São Paulo: Ministério da Saúde.

Chow, S. k. Y, Lam, K. M., Lie, S. H., Mark, K.C., Mong, K. C., So, C. M. & Yuen, W. Y. (2018) *Do demographic factors and a health-promoting lifestyle influence the self-rated health of college nursing students? BMC Nursing*. 17 (1), 50.

Coskun, S., and Bebis, H. (2019) *Effects of health promotion courses on development of healthy lifestyle behaviours and e-health literacy in nursing. Gulhane Medical Journal*. 61, 52-58.

Da Silva, A. R. & Azevedo, M. S. (2019) *Revisão sistemática: uma aplicação metodológica. REASU*. 3 (2).

- Farias, E. S., De Souza, L. G. & Dos Santos, J. P. (2016) Estilo de vida de escolares adolescentes. *Adolescencia e Saude*. 13 (2), 40-49.
- Geok, S. k., Soh, K. S., Yusof A., Japar S. *Physical actity and helth promoting lifestyle among diploma nursing students in Malaysia. Journal of Biosciences and Medicines*. 3(3), 78-87.
- Guimarães, M. R., Batista, A. M. O, Santos, I. M S., Vale, M. P. S. S., De Moura, I. H. & Da Silva, A. R. V. (2017) Estilo de vida e fatores associados entre estudantes universitários. *Rev enferm UFPE online*. 11 (8), 3228 - 3235.
- Heidari, M., Borujeni, M. B., Borujeni, M. G. & Shirvani, M. (2017) *Relationship of lifestyle with academic achievement in nursing students. Journal of clinical and diagnostic research*. 11(3), JC01-JC03.
- Heidari, M., Borujeni, M. G., Borujeni, M. B & Rezaei, P. (2019) *Assessment the relation between lifestyle with mental health and educational achievement in nursing students. Bangladesh Journal of Medical Science*. 18 (4), 722-728.
- Jaimes, E. L. & Díaz, M. P. G. (2014). Estilos de vida saludable em estudantes de enfermária em la universidad cooperativa de Colombia. *Hacia promc. salud*. 19(1), 68-83.
- Mak, Y. W., Kao, A. H. F., Tam, L. W. Y., Tse, V. W. C., Tse, D. T. H. & Leung, D. Y. P. (2018) *Health-promoting lifestyle and quality of life among Chinese nursing students. Prim Health Care Res Dev*. 19(6), 629-636.
- Marques, M. S.T. F. (2018) *Estilo de Vida dos Adolescentes de uma Escola Secundária do Interior do País. (Dissertação de Mestrado)*. Escola Superior em Saúde, Portugal.
- Minuzzi, T, Pandolfo, KCM, Azambuja CR & Santos DL. (2019) *Relação do comportamento do perfil do estilo de vida de escolares com o de seus pais. Ciênc. saúde coletiva*, 24 (9).
- Morales, M., Gómez, V., Garcia-Reza, C. & Chaparro-Diaz, L. (2018) *Estilo de vida saludable en estudiantes de enfermária del Estado de México. Revista Colombiana de Enfermería*. 16 (13), 14-24. Recuperado de <http://ri.uaemex.mx/handle/20.500.11799/98647>

Moura, I. H., Nobre, R. S., Cortez, R. M. A., De Macêdo, S. F. & Da Silva, A. R. V. (2016) Qualidade de vida de estudantes de graduação em Enfermagem. *Rev. Gaúcha Enferm.* [online], 37 (2), e55291.

Nogueira-Martins, L. A. & Nogueira-Martins, M. C. F. (2018) Saúde mental e qualidade de vida de estudantes universitários. *Rev Psi Divers Saúde*, 7 (3), 334-337.

Organização Pan-Americana de Saúde. (2018) Ação global acelerada para a Saúde de Adolescente (AA-HA!): guia de orientação para apoiar a Implementação pelos países. Washington: Organização Pan-Americana de Saúde.

Saitoh, S., Shimoda, T., Hamamoto, Y., Nakaya, Y., & Nakajima, S. (2015) *Correlations among obesity-associated gene polymorphisms, body composition, and physical activity in patients with type 2 diabetes mellitus.* *Indian J Endocrinol Metab.* 19 (1), 66 - 71.

Silva, R. P. (2018) Estilos de vida associados à saúde: um estudo em universitários de educação física e desporto da Universidade do Estado do Amazonas e da Universidade da Madeira. (Dissertação de Mestrado). Faculdade de Ciências Sociais, Portugal.

Varela-Arevalo, M. T., Ochoa-Munoz, A. F. & Tovar-Cuevas, J. R. (2016) Tipologías de estilos de vida en jóvenes universitarios. *Ver Univ. Health*, 18 (2), 246 - 256.

Velandia-Galvis, M. L, Arenas-Parra, J. C. & Ortega-Ortega, N. (2015). Estilos de vida em los estudiantes de enfermería. *Revista Ciencia y cuidado.* 12(1), 27-30.

Wills, J.& Kelly, M. (2017) *What works to encourage student nurses to adopt healthier lifestyles? Findings from an intervention study.* *Nurse Educ Today.*, 48, 180-184.

World Health Organization. (2018) *Noncommunicable diseases country profiles 2018.* World Health Organization.

Porcentagem de contribuição de cada autor no manuscrito

Jussara Regina Martins – 16,7%

Kenia Oliveira Barbosa da Hora – 16,6%

Glaucia Valente Valadares – 16,7%

Sônia Regina de Souza – 16,7%

Silvia Teresa Carvalho de Araújo – 16,7%

Glaucia Cristina Andrade Vieira – 16,6%