

Avaliação da condição de saúde de universitários do curso de fisioterapia

Assessment of the health condition of physiotherapy course students

Rita de Kassia M. R. Silva¹; Bianca Patrícia Oliveira¹; Fernando A. Reis¹; Daiana Cristina P. Lana¹; Dayane Cristina Santos¹; Gabriele dos S. Nascimento¹; Kivia Cristine O. Silva¹; Luiza L. M. Oliveira¹; Cláudia Venturini¹

¹Departamento de Fisioterapia da Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais campus Betim. Rua do Rosário, 1081, Bairro Angola, Betim, Minas Gerais, Brasil, CEP 32604-11, ritaahmatos@yahoo.com.br.

Palavras-chave: estudantes; avaliação; intervenção; saúde; fisioterapia

Keywords: students; evaluation; intervention; health; physiotherapy

Introdução: Os hábitos de vida de jovens universitários repercutem significativamente em sua saúde, podendo levar ao aparecimento de doenças crônicas e alterações posturais. Sabe-se da importância de se alertar estudantes, principalmente da área da saúde, a aderirem melhores hábitos de vida, pois serão profissionais que irão orientar seus pacientes a adotarem práticas de prevenção de doenças e promoção da saúde. **Objetivo:** Avaliar e orientar os alunos do 4º período do curso de Fisioterapia da PUC Minas em Betim. **Metodologia:** Foi avaliado o IMC, avaliação postural, dinamometria manual, testes de flexibilidade e testes de desequilíbrio muscular, bem como a percepção da condição de saúde por meio do questionário WHOQOL-BREF em seis alunos do curso de Fisioterapia do 4º período do curso, com predomínio do sexo feminino e com idade entre 19 e 38 anos. Por fim, foi elaborado um material educativo (cartilha) com orientações individualizadas sobre a saúde de cada aluno. **Resultados e Discussão:** A condição de saúde dos alunos foi considerada como boa ou muito boa, apresentaram desalinhamentos posturais e desequilíbrios musculares, bem como encurtamentos musculares. Os maiores descontentamentos com a qualidade de vida relatados são devido à intensa rotina, sendo pontos importantes: satisfação com sono, proveito da vida, capacidade de concentração, lazer, entre outros. O cotidiano estudantil afeta de maneira extrema a vida dos indivíduos, fazendo com que o estado de saúde seja prejudicado, mesmo sem ser notado pelos próprios estudantes. A intervenção proposta para esta pequena população analisada indica que os alunos necessitam melhorar a organização do tempo a fim de conseguir dormir melhor, se alimentar de maneira adequada, praticar atividades físicas, realizar atividades de lazer e adoção de uma postura correta. **Conclusão:** Este trabalho oportunizou a prática de conhecimentos teóricos, propiciando também uma reflexão entre os alunos e os autores sobre seus hábitos e sua futura profissão.