

AVALIAÇÃO DO COMPORTAMENTO DE SAÚDE DOS ESTUDANTES DE MEDICINA DA UNIG – CAMPUS V, ITAPERUNA-RJ

1. João Guilherme Caraline Carvalhal Fraga; 2. Francisco José Wenceslau de Paula Almeida; 3. João Batista de Oliveira Machado Neto de Andrade; 4. Renata Caraline Carvalhal Fraga; 5. Janete Soares Martins.

1. Discente de Medicina da Universidade Iguazu (UNIG-CAMPUS V); 2. Discente de Medicina da Universidade Iguazu (UNIG-CAMPUS V); 3. Discente de Medicina da Universidade Iguazu (UNIG-CAMPUS V); 4. Professora de Medicina da Universidade Iguazu (UNIG-CAMPUS V); 5. Professora de Medicina da Universidade Iguazu (UNIG-CAMPUS V);

E-mail do autor principal: fragajoaguilherme@gmail.com

Introdução: A formação médica é marcada por intensa sobrecarga acadêmica e estresse emocional, o que frequentemente leva o estudante a negligenciar hábitos de autocuidado. O estilo de vida impacta diretamente o bem-estar e a futura prática profissional, fundamentando a hipótese de que esses estudantes apresentam comportamentos de saúde aquém do ideal, com tendência à piora ao longo dos períodos do curso. **Objetivo:** Avaliar o comportamento de saúde e o estilo de vida dos estudantes de medicina da UNIG – Campus V, comparar os hábitos entre os diferentes períodos, analisar associações com variáveis sociodemográficas e estimular reflexão sobre autocuidado entre os estudantes.

Material e Métodos: Trata-se de um estudo transversal, descritivo e exploratório com alunos do 1º ao 12º período, que aceitarem voluntariamente a participar do estudo e assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. A coleta de dados será realizada pelos pesquisadores via questionário autoaplicável e anônimo "Estilo de Vida Fantástico" (EVF), validado para a população brasileira. O instrumento avalia 25 questões em nove domínios (família/amigos, atividade física, nutrição, cigarro/drogas, álcool, sono/estresse, comportamento, introspecção e trabalho). Os dados serão analisados via estatística descritiva, categorizando os escores em cinco níveis, de "necessita melhorar" a "excelente".

Resultados: Espera-se identificar fragilidades no estilo de vida dos acadêmicos e traçar um perfil que correlacione comportamentos de saúde à vida acadêmica, resultando em um diagnóstico preciso da realidade local. **Conclusões:** Os resultados permitirão determinar o comportamento de saúde dos estudantes da UNIG – Campus V, estimulando ações institucionais de promoção à saúde,

fomentando a autoconsciência para a formação de profissionais mais saudáveis e aptos a inspirar seus futuros pacientes.

Palavras-chave: estilo de vida; estudantes de medicina; questionário; autocuidado; saúde do estudante.