

## PERFIL DA QUALIDADE DE VIDA DOS ALUNOS DA PÓS GRADUAÇÃO MATRICULADOS NA DISCIPLINA “ATIVIDADE FÍSICA, SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA”

Andreia Pelegrini  
Lucélia Justino Borges  
Valbério Cândido de Araújo

Programa de Pós-Graduação em Educação Física  
Universidade Federal de Santa Catarina

**Introdução:** No intuito de aprofundar as discussões sobre qualidade de vida e fomentar a adoção de comportamentos saudáveis, algumas questões surgem para estabelecer os limites biológicos da influência comportamental sobre as condições de saúde, adoção de estilo de vida positivo e a prevenção das doenças cardiovasculares. **Objetivo:** Identificar o perfil da qualidade de vida dos alunos da disciplina “Atividade Física, Saúde e Qualidade de vida” do Programa de Pós-Graduação em Educação Física CDS/UFSC. **Métodos:** Participaram da amostra 17 estudantes da Pós-Graduação em Educação Física UFSC/CDS, sendo 10 do sexo feminino e 7 do masculino, com média de idade de  $24,8 \pm 1,75$  e  $35,86 \pm 10,12$  anos, respectivamente. Os alunos de pós-graduação estão devidamente matriculados na disciplina “Atividade física, saúde e qualidade de vida”. A qualidade de vida dos pós-graduandos foi analisada por meio de um questionário contendo 10 questões fechadas, validado para alunos de Pós-Graduação. **Resultados:** Verificou-se que 73% dos sujeitos apresentaram percepção positiva da qualidade de vida, enquanto 27% relataram percepção negativa. De acordo com o sexo, 83% das mulheres e 61,4% dos homens apresentaram percepção positiva. No sexo feminino, os fatores positivos foram reforçados pela concordância na maioria das afirmações, exceto nos domínios renda e lazer. Por outro lado, no masculino verificou-se percepção negativa nos aspectos relacionados ao lazer, renda, controle do estresse e realização profissional. **Conclusão:** em sua maioria observou-se percepção positiva da qualidade de vida, entretanto, o sexo feminino apresentou um perfil de qualidade de vida melhor que o masculino.

**Palavras-chave:** Qualidade de vida; Atividade Física; Saúde.



[a.pegrini@yahoo.com.br](mailto:a.pegrini@yahoo.com.br)