

RELAÇÃO ENTRE QUALIDADE DE VIDA E AUTOCUIDADO: PERCEPÇÃO DOS ACADÊMICOS DE MEDICINA DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ

XXXVIII Encontro de Iniciação Científica

Luís Eduardo Matoso Vieira, Maria Eduarda Cordeiro Parente, Sarah Araújo Lima, André Marinho Paiva Nogueira, Gabriela Cacau Sousa Santos, Kelen Gomes Ribeiro

Uma boa compreensão das próprias necessidades e da importância do autocuidado é uma forma de potencializar o auxílio ao próximo. Apesar disso, muitos estudantes de medicina são negligentes com a saúde, tendo em vista a alta carga horária e o excesso de tarefas, que são priorizadas em detrimento do sono, da boa alimentação e da prática de exercícios. Os problemas emocionais são guardados para si por receio de serem considerados fragilidades, o que é visto como entrave para o “ser médico”. A importância de se pesquisar acerca da qualidade de vida e do autocuidado do estudante de Medicina reside no fato de que ambos os fatores podem impactar no desempenho acadêmico e no desenvolvimento pessoal dos alunos. Teve-se como objetivo conhecer a percepção dos estudantes acerca da influência do autocuidado na manutenção da qualidade de vida. Trata-se de uma pesquisa qualitativa, tendo como instrumento de coleta de dados roteiro de entrevista semiestruturada, com perguntas baseadas no instrumento WHOQOL-bref, aplicado a acadêmicos do ciclo básico da FAMED-UFC. Realizou-se Análise de Conteúdo, com a técnica de análise temática (BARDIN, 2014). A partir da análise, foram elaboradas nove categorias temáticas: uso de substâncias (caféina, drogas ilícitas e álcool); qualidade de sono; saúde mental; atividade física; momentos com os que moram na mesma casa; relações sociais dentro e fora da faculdade; crença e espiritualidade; alimentação; percepção sobre autocuidado. É notável a noção dos estudantes de que existe uma utilidade inerente aos hábitos de autocuidado, como os benefícios da atividade física, de uma boa qualidade do sono, da alimentação saudável e do cultivo de relações fora da academia. Contudo, esses hábitos ainda não estão presentes na vida cotidiana de parte dos estudantes, o que pode explicar os problemas relacionados à saúde mental e à qualidade de vida dos acadêmicos de medicina.

Palavras-chave: EDUCAÇÃO MÉDICA. AUTOCUIDADO. QUALIDADE DE VIDA. ESTUDANTES DE MEDICINA.