



REPRESENTAÇÕES SOCIAIS DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS SOBRE HÁBITOS SAUDÁVEIS

SOCIAL REPRESENTATIONS OF UNIVERSITY STUDENTS ON HEALTHY HABITS

REPRESENTACIONES SOCIALES DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS SOBRE HÁBITOS SALUDABLES

Jamille Marinho Brazil¹, Maria Patricia Milagres², Ana Cristina Santos Duarte³, Roseanne Montargil Rocha⁴

RESUMO

Objetivo: analisar a estrutura representacional de estudantes universitários sobre o tema saudável. **Método:** estudo quantiquantitativo, descritivo e exploratório, fundamentado na Teoria das Representações Sociais, a partir da abordagem estrutural ou teoria do núcleo central, realizado com 100 estudantes universitários. Para a coleta de dados, utilizou-se a técnica de evocações livres de palavras, sendo o termo indutor a palavra saudável. A análise foi realizada com o auxílio do software EVOC. **Resultados:** evidenciou-se que o tema saudável tem as palavras *atividade física, frutas, alimentação saudável, verduras, água, dormir e legumes*. **Conclusão:** o estudo permitiu a compreensão da estrutura das representações em questão demonstrando uma objetivização pertinente dos atores sociais sobre o tema saudável. **Descritores:** Psicologia Social; Estilo de Vida; Comportamentos Saudáveis.

ABSTRACT

Objective: to analyze the representational structure of university students on the healthy subject. **Method:** a quantitative, descriptive and exploratory study, based on the Theory of Social Representations, based on the structural approach or central core theory, performed with 100 university students. For the data collection, the technique of free evocations of words was used, the term inducer being the word healthy. The analysis was performed with the help of EVOC software. **Results:** it was evidenced that the healthy theme has the words physical activity, fruits, healthy eating, vegetables, water, sleeping and vegetables. **Conclusion:** the study allowed the understanding of the structure of the representations in question, demonstrating a pertinent objectification of the social actors on the healthy theme. **Descriptors:** Social Psychology; Life Style; Health Behavior.

RESUMEN

Objetivo: analizar la estructura representacional de estudiantes universitarios sobre el tema saludable. **Método:** estudio cualitativo, descriptivo y exploratorio, fundamentado en la Teoría de las Representaciones Sociales, a partir del abordaje estructural o teoría del núcleo central, realizado con 100 estudiantes universitarios. Para la recolección de datos, se utilizó la técnica de evocaciones libres de palabras, siendo el término inductor la palabra sana. El análisis fue realizado con la ayuda del software EVOC. **Resultados:** se evidenció que el tema sano tiene las palabras actividad física, frutas, alimentación saludable, verduras, agua, dormir y legumbres. **Conclusión:** el estudio permitió la comprensión de la estructura de las representaciones en cuestión, demostrando una objetivación pertinente de los actores sociales sobre el tema saludable. **Descriptores:** Psicología Social; Estilo de Vida; Conductas Saludables.

¹Doutoranda, Programa de Pós-Graduação em Enfermagem e Saúde, Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia. Jequié (BA), Brasil. E-mail: jamille.marinho@hotmail.com; ORCID iD: <http://orcid.org/0000-0002-1834-4544>; ²Doutora, Programas de Mestrado e Doutorado em Enfermagem e Saúde, Universidade do Sudoeste da Bahia. Jequié (BA), Brasil. E-mail: mpmilagres@yahoo.com.br; ORCID iD: <http://orcid.org/0000-0002-4845-5624>; ³Doutora, Programas de Mestrado e Doutorado em Enfermagem e Saúde, Universidade do Sudoeste da Bahia. Jequié (BA), Brasil. E-mail: tinaduarte2@gmail.com; ORCID iD: <http://orcid.org/0000-0002-3537-9095>; ⁴Doutora, Programas de Mestrado e Doutorado em Enfermagem e Saúde, Universidade do Sudoeste da Bahia. Jequié (BA), Brasil. E-mail: montargil@uol.com.br; ORCID iD: <http://orcid.org/0000-0001-5766-413x>

INTRODUÇÃO

O sujeito saudável não se limita apenas à ausência de doenças, mas parte do pressuposto de que a concepção de saúde de cada ator social está associada às questões socioculturais e aos significados que cada ser atribui à sua vida. Assim, a saúde é um assunto complexo que perpassa as esferas física, mental e social.¹ Nesse contexto, a instabilidade biopsicossocial, comum durante a transição entre a adolescência ao adulto jovem, pode interferir na saúde do sujeito. Por sua vez, os estudantes universitários, além de estarem nessa transição, estão expostos ao ambiente que proporciona novas relações sociais e mudanças de comportamento, o que pode favorecer a vulnerabilidade e riscos à saúde.²

As condutas não saudáveis mais prevalentes entre os indivíduos são hábitos alimentares inadequados, inatividade física, consumo de bebidas alcoólicas e o tabagismo. A adoção de hábitos saudáveis, como a alimentação equilibrada e a prática de atividade física, é importante para a prevenção das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT).³

O conhecimento sobre hábitos saudáveis não necessariamente prediz tais práticas. Estudo realizado com universitários sobre a importância de cuidar de si relata o domínio sobre a temática, entretanto, eles não conseguem manter esses hábitos positivos na manutenção da saúde e alguns relatam que a falta de tempo contribui para a adoção de hábitos não saudáveis.⁴

Estudo realizado com adolescente sobre o conteúdo representacional do ser saudável, por meio da técnica de Análise de Conteúdo, demonstrou que os sujeitos em questão têm a percepção do que é ser saudável. Porém, eles não aderem a esse comportamento no cotidiano.⁵ Nessa perspectiva, é importante compreender as representações simbólicas que os estudantes universitários têm acerca de hábitos saudáveis. Compreender os elementos considerados saudáveis é importante para expandir o conhecimento sobre o estilo de vida e, conseqüentemente, o reflexo do mesmo para a saúde do indivíduo.

OBJETIVO

- Analisar a estrutura representacional de estudantes universitários sobre hábitos saudáveis.

MÉTODO

Estudo quantiquantitativo, fundamentado na Teoria das Representações Sociais (TRS), a

partir da abordagem estrutural ou teoria do núcleo central. A TRS proposta por Moscovici, ao longo dos anos, vem agregando teorias menores, como a teoria do núcleo central, a qual tem contribuído para o refinamento conceitual, teórico e metodológico do estudo da representação social.⁶

A teoria do núcleo central considera que a organização de uma representação social possui característica peculiar, entretanto, toda representação é organizada em torno de um núcleo central que traz elementos que fornecem representação ao seu significado.⁷

Assim, os atores sociais deste estudo foram 100 participantes entre 18 a 39 anos, sendo 58 mulheres e 42 homens, estudantes da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB). O período de coleta foi de setembro a novembro de 2014.

Utilizou-se a técnica de evocações livres de palavras para a coleta de dados, sendo utilizada, como termo indutor, a palavra saudável. Foi solicitado, aos participantes, que escrevessem as quatro primeiras palavras ou expressões que lhes viessem em mente em relação ao estímulo recebido.⁸

As palavras ou expressões oriundas da técnica de evocação foram digitadas e organizadas em ordem alfabética no *Microsoft Office Word*, versão 2013, criando, assim, o dicionário de palavras, o qual norteou a categorização das evocações agrupando as palavras com o mesmo valor semântico. Após a criação do dicionário de palavras, os dados foram organizados no *Microsoft Office Excel*, versão 2013, constituindo um *corpus* de análise.

O *corpus* de análise foi direcionado para o *Software EVOC*, versão 2005, a fim de realizar a organização dos termos produzidos em função da hierarquia subjacente à frequência e à ordem média de evocação (OME). Os relatórios gerados pelo programa permitiram a construção do quadro proposto por Vergés, o quadro de quatro casas.⁹

O quadro de quatro casas, como o nome já supõe, é formado por quatro quadrantes nos quais os termos são organizados. No primeiro quadrante, no quadrante superior esquerdo, ficam organizados os termos mais frequentes, geralmente, o núcleo central da representação em estudo. No quadrante superior direito estão os termos denominados como primeira periferia, logo, a segunda periferia são os termos inseridos no quadrante inferior direito. E os elementos de contraste estão dispostos no quadrante inferior direito.⁶

Em relação às questões éticas na pesquisa, este estudo obedeceu aos preceitos legais

Brazil JM, Milagres MP, Duarte ACS et al.

contidos na Resolução n.º 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde⁹. Logo, o projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB) sob Certificado de Apresentação para Apreciação Ética (CAAE) de n.º 13899513.5.0000.0055 e parecer favorável de n.º 274.122.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Ao analisar o corpus formado pelas evocações dos participantes do estudo, em resposta ao termo indutor saudável, foram

Representações sociais de estudantes universitários...

reveladas 300 palavras, sendo 193 iguais e 107 diferentes. A média das ordens médias de evocações, denominada de *rang*, foi de 2,50, enquanto a frequência média foi de 11, e a mínima, de cinco.

No quadro de quatro casas, construído pelo *software Evoc*, estão dispostas a frequência de aparecimento e a ordem natural das evocações. Essa construção esquematizada permite observar os conteúdos da representação social, assim como a estrutura e a hierarquia de seus elementos, conforme descreve a figura 1.

Elementos centrais			Elementos primeira periferia		
Frequência média >=11 / OME < 2,5			Frequência média >= 11/ OME >= 2,5		
	Freq	Rang		Freq	Rang
Atividade física	35	1,74			
Frutas	27	1,70			
Alimentação saudável	21	1,48			
Verduras	21	1,61			
Água	15	2,33			
Dormir	12	2,08			
Legumes	11	1,81			
Elementos de contraste			Elementos segunda periferia		
Frequência média < 11/ OME < 2,5			Frequência média < 11/ OME >= 2,5		
	Freq	Rang		Freq	Rang
Amigos	10	2,30	Felicidade	6	2,50
Bem-estar	9	2,00	Lazer	6	2,50
Amor	5	1,80	Suco	5	2,60
Rir	5	1,80			
Salada	5	1,80			

Figura 1. Quatro casas das evocações de adultos ao termo indutor saudável. Jequié (BA), Brasil, 2014.

Os elementos dispostos no quadrante superior esquerdo são considerados o núcleo central da representação, pois foram aqueles que apareceram com mais frequência nas evocações. Esses elementos caracterizam o que é mais concordante e estável da representação, desse modo, menos sensível a mudanças em relação ao contexto externo ou das práticas cotidianas dos sujeitos.¹¹

No possível núcleo central da representação de saudável evidenciam-se as palavras: atividade física, frutas, alimentação saudável, verduras, água, dormir e legumes. Observa-se que não só as questões relacionadas com a alimentação aparecem nesse quadrante (frutas, alimentação saudável, verduras, água e legumes), mas também as relacionadas com o estilo de vida de forma geral (atividade física, alimentação saudável e dormir).

A prevenção das doenças oriundas de hábitos alimentares inadequados tem representado o ponto central das diretrizes alimentares. O consumo de verduras, legumes e frutas vem sendo evidenciado como importante para a prevenção das DCNT devido à presença de nutrientes essenciais para as funções fisiológicas do organismo.¹²

A atividade física está no núcleo central das representações sociais dos universitários

deste estudo e é um importante mecanismo para a vida saudável, pois atua na promoção da saúde e prevenção de doenças. Por sua vez, a inatividade física aumenta o risco para o aparecimento das DCNT e, além disso, diminui a expectativa de vida.¹³

Ainda no núcleo central, é evidenciada a palavra dormir. A qualidade do sono impacta diretamente a saúde do indivíduo. Estudo realizado com estudantes universitários ressaltou a má qualidade do sono desses sujeitos e a importância de inserir socialmente os mesmos em ações de educação em saúde a fim de restabelecer o sono saudável.¹⁴

Na segunda periferia, a palavra felicidade foi a mais evocada. A TRS foi utilizada em estudo com universitários a fim de compreender a saúde, assim, também foi encontrada a palavra felicidade nas representações. A felicidade está relacionada com o corpo saudável de forma integral extrapolando os aspectos físicos e emocionais.¹⁵

A palavra amigos foi a mais relevante nos elementos de contraste, o que evidencia a importância das relações interpessoais na vida dos atores sociais em questão, sendo fundamentais para a saúde em geral. A

Brazil JM, Milagres MP, Duarte ACS et al.

amizade vem sendo considerada um fator importante na vida social e emocional dos estudantes universitários, sendo um meio de minimizar a saudade de casa, a insegurança e a solidão.¹⁶

CONCLUSÃO

A análise dos dados permitiu identificar as palavras atividade física, frutas, alimentação saudável, verduras, água, dormir e legumes como os prováveis elementos centrais das representações sociais de estudantes universitários acerca do tema saudável. Tais elementos podem ser utilizados para os significados das atitudes saudáveis dos atores sociais em questão.

Além disso, os resultados encontrados neste estudo permitem afirmar que os estudantes universitários, participantes da pesquisa, apresentam uma objetivação pertinente sobre o tema saudável, uma vez que este traz elementos fundamentais para a promoção da saúde e prevenção de doenças.

FINANCIAMENTO

Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq), processo N.º 458855/2014-6.

REFERÊNCIAS

1. Dalmolin BB, Backes DS, Zamberlan C, Schaurich D, Colomé JS, Gehlen MH. Meanings of the health concept through the perspective of teachers in the health field. *Esc Anna Nery Rev Enferm.* 2011 Apr/June;15(2):389-94. Doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S1414-81452011000200023>
2. Vieira VCR, Priore SE, Ribeiro SMR, Franceschini SCC, Almeida LP. Socioeconomic, nutritional and health profile of adolescents recently admitted to a Brazilian public university. *Rev Nutr.* 2002 Sept;15(3):273-82. Doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S1415-52732002000300003>
3. Sousa TF, José HPM, Barbosa AR. Risk behaviors to health in Brazilian college students. *Ciênc Saúde Coletiva.* 2013 Dec;18(12):3563-75. Doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-81232013001200013>
4. Sebold LF, Radünz V, Carraro TE. Perceptions of Self-care, health promotion and overweight among nursing students. *Esc Anna Nery Rev Enferm.* 2011 July/Sept;15(3):536-41. Doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S1414-81452011000300014>
5. Silva ACS, Sales ZN, Moreira RM, Boery EN, Santos WS, Teixeira JRB. Dimensional

Representações sociais de estudantes universitários...

approach of social representations of teens about being healthy. *Rev Bras Ciênc Esporte.* 2014;36(2):397-409. Doi:

<http://dx.doi.org/10.1590/S0101-32892014000200009>

6. Sá CP. Núcleo central das representações sociais. 2nd ed. Petrópolis: Vozes; 2002.
7. Abric JC. Les représentations sociales : aspects théoriques. In: Abric JC, editor. *Pratiques sociales et représentations.* Paris: Presses Universitaires de France; 1994.
8. Oliveira DC, Marques SC, Gomes AMT, Teixeira MCTV. Análise das evocações livres: uma técnica de análise estrutural das representações sociais. In: Moreira ASP, Camargo BV, Jesuino JC, Nóbrega SM, organizadores. *Perspectivas teórico-metodológicas em representações sociais.* João Pessoa: UFPB; 2005. p. 573-602.
9. Vergès P. Approchedu no yau central: propriétés quantitatives et structurales. In: Guimelli C. *Structures et transformations des représentations sociales.* Lausanne: Delachauxet Niestlé; 1994. p. 233-54.
10. Ministério da Saúde (BR), Conselho Nacional de Saúde. Resolução nº 466 do Conselho Nacional de Saúde de 12 de dezembro de 2012. Aprova as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos [Internet]. Brasília: Ministério da Saúde; 2012 [cited 2017 Mar 14]. Available from: http://conselho.saude.gov.br/ultimas_noticias/2013/06_jun_14_publicada_resolucao.html
11. Abric JC. A abordagem estrutural das representações sociais In: Moreira ASP, Oliveira DC, organizadoras. *Estudos interdisciplinares em representação social.* Goiânia: AB Editora; 2000. p. 27-38.
12. Alves HJ, Boog MCF. Representations on fruit and vegetable consumption among fruit growers. *Rev Nutr.* 2008 Nov/Dec;21(6):705-15. Doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S1415-52732008000600009>
13. Lee IM, Shiroma EJ, Lobelo F, Puska P, Blair SN, Katzmarzyk PT, et al. Effect of physical inactivity on major non-communicable diseases worldwide: an analysis of burden of disease and life expectancy. *Lancet.* 2012 July;380(9838):219-29. Doi: [10.1016/S0140-6736\(12\)61031-9](http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736(12)61031-9)
14. Araújo MFM, Lima ACS, Alencar AMPG, Araújo TM, Fragoaso LVC, Damasceno MMC. Sleep quality assessment in college students from Fortaleza-CE. *Texto contexto-enferm.* 2013 Apr/June;22(2):352-60. Doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S0104-07072013000200011>

Brazil JM, Milagres MP, Duarte ACS et al.

Representações sociais de estudantes universitários...

15. Camargo BV, Goetz ER, Bousfield ABS, Justo AM. Social representations of body: aesthetic and health. Temas psicol. [Internet]. 2011 June [cited 2017 Mar 21];19(1):257-68. Available from: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/tp/v19n1/v19n1a21.pdf>

16. Garcia A. Friendships of international college students in Brazil: an exploratory investigation. Estud psicol (Campinas). 2012 Oct/Dec; 29(4):471-9. Doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-166X2012000400002>

Submissão: 02/08/2017

Aceito: 08/11/2017

Publicado: 01/01/2018

Correspondência

Jamille Marinho Brazil
Rua José Moreira Sobrinho, s/n
Bairro Jequiezinho
CEP: 45206-190 – Jequié (BA), Brasil

Português/Inglês

Rev enferm UFPE on line., Recife, 12(1):189-93, jan., 2018