



O IMPACTO DA ROTINA ACADÊMICA NA QUALIDADE DE VIDA E QUALIDADE DO SONO DOS ESTUDANTES DE GRADUAÇÃO EM MEDICINA NO CARIRI CEARENSE: ESTUDO OBSERVACIONAL

Lara Maria Passos Paiva¹, Davi Lima Paes², Andreia Lúcia Braz da Silva³, Luísa Lopes Furtado⁴, Ana Liz Gonçalves Machado⁵, Thyciara Fontenele Marques⁶, Jucier Gonçalves Júnior⁷

Resumo: A formação médica tem elevada carga horária, pressão emocional e por desempenho acadêmico. Essa rotina tem potencial de impactar na qualidade de vida (QV) e qualidade de sono (QS) dos estudantes. Contudo, a quantificação destas métricas e seu desfecho ainda é incerta. Portanto, objetivou-se investigar o impacto da rotina acadêmica na QV e na QS entre acadêmicos de medicina carirenses. Trata-se de estudo transversal, descritivo e quantitativo seguindo o protocolo STROBE (STrengthening the Reporting of OBservational studies in Epidemiology), padrão ouro para estudos observacionais. Foram avaliados estudantes de medicina das quatro faculdades de medicina da região do Cariri, através de três questionários – Short Form-36 (SF-36) para avaliar QV; Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh e Escala de Sonolência de Epworth, para avaliar QS. A escolha dos questionários se deu por serem validados no Brasil e padrão ouro em suas respectivas competências. Os alunos foram convidados a responder o questionários, de forma online e mediante assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido. Este trabalho foi aprovado no Comitê de Ética e Pesquisa com Seres Humanos vinculado à URCA sob o número de protocolo 88580925.2.0000.5055. Dos 66 estudantes avaliados para QV, 86,4% apresentou auto percepção global de saúde como boa ou muito boa. Contudo, 71,2% da amostra tinha fadiga persistente, 42,4% demonstrou comprometimento funcional nas atividades acadêmicas e 15,2% apresentou dor corporal moderada. Ansiedade, desânimo e esgotamento emocional ocorreram em 57,6% da amostra. Quanto a QS, quase metade (42,6%) dos estudantes ia dormir após às 23 horas, sendo que 40,7% apresentou tempo de sono entre 6-7 horas por noite. Desta forma, em face do prejuízo à QV e QS de estudantes de medicina devido à rotina inerente ao curso médico, faz-se necessário repensar estratégias de suporte psicossocial, emocional e físico na graduação, visando cuidado integral daqueles que também se propõem a cuidar.

¹Universidade Regional do Cariri, e-mail: lara.passos@urca.br

²Universidade Regional do Cariri, e-mail: davi.paes@urca.br

³Faculdade de Medicina de Juazeiro, e-mail: andreialucia.edf@gmail.com

⁴Faculdade de Medicina Unileão, e-mail: luisafurtado2023@gmail.com

⁵Universidade Federal do Cariri, e-mail: liz.machado650@gmail.com

⁶Universidade Regional do Cariri, e-mail: thyciara.marques@urca.br

⁷Universidade Regional do Cariri, e-mail: jucier.junior@urca.br

X SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA
XXVIII SEMANA DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA URCA
10 a 14 de NOVEMBRO de 2025

Tema: "UNIVERSIDADE E SOCIEDADE NA AGENDA 2030"



Palavras-chave: Atividade física. Estudantes de Medicina. Qualidade de vida. Saúde mental. Sono.

Agradecimentos:

Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica (PIBIC), URCA – BPSocial, fomentado pela Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação (PRPPG) da Universidade Regional do Cariri (URCA)