

Influência do lazer no desempenho acadêmico em estudantes de Medicina

GUILHERME BENDER LIMA*
 MAX BRENNER*
 EMANUEL BURCK DOS SANTOS*
 MAURÍCIO GUIDI SAUERESSIG*
 CRISTIANO CAETANO SALAZAR*
 ELISA MACEDO BRIETZKE*
 CELSO YUJI MAEDA*
 ARLINDO CASARIN**

A small positive correlation was found between prizing end-of-term results and achievement ($r = 0.27 \pm 0.20$) and an equally small negative one was observed between the degree of prizing end-of-term results and hours of leisure per week ($r = -0.23 \pm 0.22$). Therefore, association between leisure time and end-of-term performance was not observed.

KEY WORDS: *Leisure, Academic Achievement, Performance, Medical Education, Graduation, Teaching, Quality of Life.*

INTRODUÇÃO

É reconhecida a exigência imposta pela sociedade moderna sobre o indivíduo no que se refere ao exercício adequado de sua profissão e isto supõe, além de preparo técnico, um aprimoramento a nível pessoal. A Medicina é uma profissão que lida essencialmente com pessoas, logo se espera que o médico desenvolva, ao longo de sua formação, uma capacidade adequada de relacionamento, que decorre do seu crescimento individual. Acredita-se que esse crescimento seja influenciado pela saúde e pela qualidade de vida de um modo geral. Vem-se observando uma tendência cada vez maior de valorizar as medidas de promoção da saúde do indivíduo, tais como: mudanças de hábitos alimentares, redução do fumo, incentivo à prática de exercícios físicos (1) e atividades de lazer. Acredita-se que o lazer se correlacione positivamente com a saúde física e mental (2,3). Contudo, apesar do atual incentivo a sua prática, observa-se que durante o transcorrer do curso os estudantes de Medicina realizam cada vez menos tais atividades, concentrando o seu tempo em função do curso.

A educação médica encontra-se entre as mais intensas e estressantes experiências de treinamento profissional (1). Como é geralmente reconhecido, a educação médica não é acompanhada por um "estado de saúde" ótimo (4), e problemas físicos e mentais estão bem documentados (5). Um estudo envolvendo acadêmicos do primeiro ano de Medicina que tinha como objetivo verificar, atra-

vés de um questionário auto-aplicável, as mudanças no estilo de vida influenciadas pelo ingresso na faculdade, demonstrou mudanças relacionadas à diminuição da atividade física, redução do número de horas de sono, piora da saúde física e psicológica e redução do número de horas de lazer (6). Rosa e colaboradores (3) também encontraram redução significativa de diversas atividades de lazer, sendo atribuída à maior demanda de tempo exigido pelo curso de medicina. Feijoo (2) demonstrou que há relação entre lazer e redução da tensão emocional e ansiedade em uma população jovem não restrita à faculdade de medicina. Independentemente de quais sejam os fatores que interferem com o desempenho curricular durante a faculdade de medicina, há estudos demonstrando sua associação com os testes de habilitação para a prática médica (7) e, possivelmente, com uma melhor performance profissional (8).

A partir do exposto acima, pode-se inferir que o lazer é desejável, sendo um dos fatores necessários para um bom nível de vida, refletindo-se em um melhor desempenho curricular, e possivelmente em um melhor preparo profissional. Não foram encontrados estudos com uma população alvo constituída pelos estudantes de medicina que avaliem a relação entre desempenho e seus fatores predisponentes, sua prevalência, sua distribuição ao longo dos semestres e a importância relativa de cada um desses.

MATERIAIS E MÉTODOS

O objetivo deste trabalho é estudar a associação entre desempenho acadêmico e quantidade de horas de lazer. Outros fatores também foram pesquisados, constituindo-se em objetivos mais específicos: horas de lazer, grau de interesse pelo conceito do histórico escolar, horas semanais de estudo, horas de trabalho, atividades domésticas, filhos, estado civil.

Foi realizado um estudo de corte transversal controlado com os estudantes da Faculdade de Medicina da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (FAMED - UFRGS), no primeiro semestre letivo de 1994. A população de pesquisa foi constituída pelos acadêmicos de medicina regularmente matriculados no segundo período letivo da UFRGS em 1993. Pertencer ao sétimo semestre em 1994 foi considerado como um critério de exclusão, pois os alunos desse semestre conhecem a metodologia aplicada neste estudo, por serem colegas dos pesquisadores. Também foram excluídos os alunos que eram doutorandos (11^o e 12^o semestres) no segundo semestre de 1993, pois seu sistema de avaliação difere do aplicado para os demais alunos. A partir de uma lista do total de alunos da Faculdade de Medicina, obtida junto ao Centro Acadêmico, foi randomizada uma amostra de 111 alunos.

A quantidade de horas de lazer foi avaliada por um questionário auto-aplicável adaptado de Rosa (3). Nesse instrumento foram relacionadas 16 categorias diferentes de atividades de lazer, perguntando-se o número de horas

semanais dispendidas com cada uma, considerando uma semana representativa da média das semanas do segundo semestre de 1993. Foi utilizado como ponto de corte para a variável lazer a mediana, onde apenas os valores acima da mesma eram considerados como lazer alto. As seguintes variáveis também foram avaliadas no questionário: horas semanais de sono de uma semana representativa da média do semestre em questão; valorização subjetiva dos conceitos do histórico, medida através de uma escala elaborada pelos pesquisadores; horas semanais de estudo de uma semana representativa da média de 1994 e 1993, medida por intermédio de intervalos; horas semanais de trabalho (remunerado ou não, incluindo atividades de monitoria, pesquisa, etc.); horas semanais dispendidas em atividades domésticas.

O questionário foi aperfeiçoado após teste em 22 universitários que não os da Faculdade de Medicina. Os dados de identificação foram coletados em separado, incluindo nome, idade, sexo, semestre em curso, estado civil e parental.

O cálculo do desempenho curricular foi realizado a partir dos conceitos do semestre anterior, constantes no histórico escolar, obtido diretamente com o aluno entrevistado. Foi obtido o consentimento por escrito dos alunos entrevistados quanto à utilização de seus respectivos conceitos. O escore de desempenho foi calculado através da seguinte equação:

$$E = \frac{(N_1 \times C_1) + (N_2 \times C_2) + \dots + (N_n \times C_n)}{\sum N}$$

Onde:

- E = escore de desempenho curricular
- N = número de créditos das disciplinas
- C = conceito médio das disciplinas
- 1,2,... n = disciplinas cursadas pelo aluno até o presente semestre.

Os valores atribuídos aos conceitos são as médias dos intervalos utilizados pela UFRGS, como segue:

Conceitos das disciplinas regulares	Conceitos das disciplinas que são estágio
• A: 9,0 - 10 => 9,5	• A: 9,0 - 10 => 9,5
• B: 8,0 - 8,9 => 8,45	• B: 7,5 - 8,9 => 8,25
• C: 7,0 - 7,9 => 7,45	• C: 6,0 - 7,4 => 6,75
• D: 6,0 - 6,9 => 6,45	• D: 0,0 - 5,9 => 3,0
• E: --- => 0,0	• E: --- => 0,0

O ponto de corte adotado para a variável desempenho foi o percentil 80, de modo que os escores localizados acima desse valor foram considerados como desempenho alto, e os demais foram considerados como desempenho baixo.

A análise estatística foi realizada através do programa EPI INFO versão 6.0. Para comparação entre variáveis

SINOPSE

Estudos prévios sugerem que o tempo de lazer diminui progressivamente durante o curso médico, e que a redução da qualidade de vida pode se refletir na redução do desempenho curricular. Não há relatos da associação entre a quantidade de lazer e a performance acadêmica. Para avaliar essa associação, foi realizado um estudo de corte transversal controlado, onde se aferiram as horas semanais de lazer e o escore de desempenho acadêmico de 77 estudantes da Faculdade de Medicina da Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Observou-se ausência de associação entre lazer e desempenho (risco relativo de 1,1 e $P=0,9553$). Houve uma discreta correlação positiva entre valorização dos conceitos e desempenho ($r = 0,27 \pm 0,20$) e outra negativa entre o grau de valorização do conceito e as horas semanais de lazer ($r = -0,23 \pm 0,22$). Estes resultados permitem concluir que não foi observada associação entre horas semanais de lazer e desempenho.

UNITERMOS: Lazer, Desempenho Acadêmico, Performance, Educação Médica, Ensino, Graduação, Qualidade de Vida.

ABSTRACT

Previous studies suggest that leisure time decreases progressively during medical school, and that a decline in quality of life may be followed by a reduction in academic achievement. To the date, there are no reports on the association of leisure rates and academic performance. In order to assess this association, we undertook a cross-sectional study, in which 77 students from a Brazilian Faculty of Medicine were verified for their hours of leisure per week and score of academic achievement. There was no association of leisure and achievement (relative risk of 1.1, $P=0.9553$).

* Doutorandos da Faculdade de Medicina da UFRGS.

** Professor do Departamento de Medicina Social da UFRGS.

Trabalho realizado junto ao Departamento de Medicina Social da Faculdade de Medicina da UFRGS.

Endereço para correspondência:

Guilherme Bender Lima

Praca Júlio de A. Bozzano, 67/11 - 90040-240, Porto Alegre, RS - Fone 330-9485

veis categóricas, foi calculado o teste de qui-quadrado (χ^2) com a correção de Yates para variáveis discretas. Entre as variáveis contínuas, foi calculado o coeficiente de correlação de Pearson (r), com intervalo de confiança de 95% e coeficiente de determinação (r^2). Nas análises estratificadas, foi utilizado também o teste qui-quadrado de Woolf.

RESULTADOS

Da amostra inicial por 111 alunos, 86 (77,5%) responderam o questionário. Quinze alunos (13,5%) não foram localizados, 6 (5,5%) trancaram a matrícula ou abandonaram o curso e 4 (3,5%) não concordaram em responder o questionário. Entre os 86 respondentes, não foi possível ter acesso aos conceitos de 8 alunos, e 1 aluno foi excluído por preenchimento inadequado do questionário. Portanto, a amostra final foi constituída por 77 alunos.

A amostra foi composta por 52% de homens e 48% de mulheres. Sua distribuição por semestres foi homogênea (figura 1). A média da idade foi de 21,18 anos (DP= \pm 1,78 anos). Sua distribuição quanto ao estado civil foi de 93,5% de solteiros, 3,9% de casados e 2,6% não incluídos nesses dois grupos. Nenhum relatou ter filhos.

As tabelas 1 e 2 descrevem as diferenças observadas entre os grupos de lazer alto e lazer baixo quanto às variáveis pesquisadas. Não houve diferenças estatisticamente significativas entre os grupos, exceto no que diz respeito às variáveis horas de atividades domésticas por semana ($P = 0,0251$) e horas de sono por semana ($P = 0,0074$). As categorias de lazer pesquisadas, bem como a frequência com que apareceram na amostra e a média de horas semanais dispendidas encontram-se na tabela 3.

A média das horas semanais de lazer foi de 42,3 (DP= \pm 20,3 horas), e a média do escore de desempenho foi de 8,77 (DP= \pm 0,52). Não foi observada diferença significativa entre os grupos de lazer alto e baixo quanto ao desempenho ($P = 0,9553$). Também não se evidenciou correlação entre as horas de lazer e o escore de desempenho, sendo encontrado um coeficiente de correlação de -0,02 (IC: -0,24 < r < 0,21) e um coeficiente de determinação de 0,00. Estes dados estão apresentados sob forma de regressão linear na figura 2 e de forma categórica na tabela 4.

Quando estratificados para o grau subjetivo de valorização do histórico, também não houve diferença significativa entre os grupos ($P = 0,8057$). Da mesma forma, os grupos não diferiram quando estratificados pelos intervalos de horas de estudo por semana ($P = 0,9515$). Os dados estratificados estão na tabela 2. A estratificação quanto ao trabalho também não demonstrou diferença significativa ($P = 0,9674$). Além destes resultados, não foram encontradas diferenças significativas em estratificações para sexo, semestre e estado civil. Tampouco se observaram correlações significativas entre horas semanais de lazer ou escore de desempenho e as variáveis idade e horas semanais de trabalho e de atividades domésticas.

Como análise secundária, realizaram-se cruzamentos entre diversas das variáveis. Entre o semestre e as horas semanais de lazer e entre o semestre e o escore de desempenho não foram observadas correlações significativas. Todas as variáveis foram comparadas conforme o sexo, não se observando diferenças significativas.

Encontraram-se discretas correlações entre o grau subjetivo de valorização dos conceitos do histórico e as horas semanais de lazer, com $r = -0,23$ (IC: -0,44 < r < -0,01) e $r^2 = 0,05$; e entre a valorização dos conceitos e o escore de desempenho, com $r = 0,27$ (IC: 0,04 < r < 0,46) e $r^2 = 0,07$.

As correlações entre a variável horas de estudo e as horas de trabalho ou a valorização dos conceitos do histórico não foram significativas.

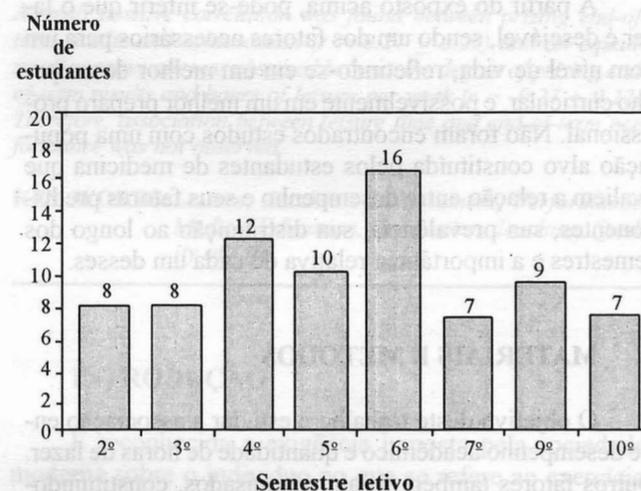


Figura 1 - Distribuição da amostra pelos semestres do curso no segundo período letivo de 1993.

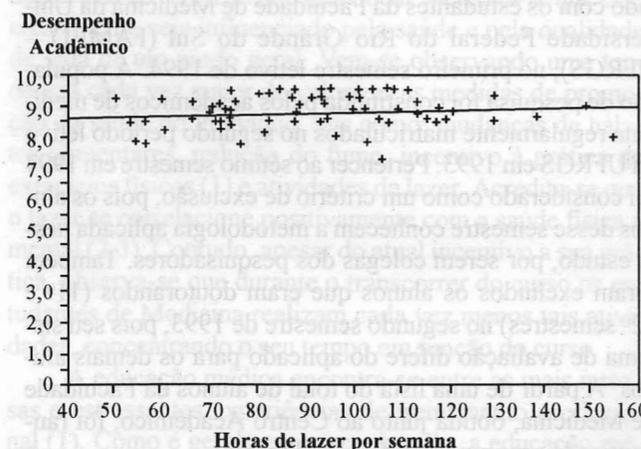


Figura 2 - Regressão linear simples entre as horas semanais de lazer e os escores de desempenho.
 $r = -0,02$ (IC: -0,24 < r < 0,21)
 $r^2 = 0,00$

TABELA 1 - Características da amostra nos grupos de lazer alto e baixo

	Lazer alto* N = 39	Lazer baixo* N = 38	Total N = 77
Idade - anos (média \pm DP)	21,1 \pm 1,5	22,7 \pm 2,0	21,2 \pm 1,8
Relação entre os sexos (M:F)	22:17	18:20	40:37
Estado Civil (%) - solteiro	92,3	94,7	93,5
- casado	2,6	5,3	3,9
- outros	5,1	-	2,6
Trabalho (%)	46,2	52,6	49,4
Horas de trabalho por semana (média \pm DP)**	10,0 \pm 4,2	9,1 \pm 6,0	9,5 \pm 5,2
Atividades domésticas - horas por semana (média \pm DP)	6,1 \pm 6,0	4,0 \pm 4,0	4,2 \pm 4,0
Sono - horas por semana (média \pm DP)	52,0 \pm 11,3	46,7 \pm 7,3	46,8 \pm 10,0

* Lazer alto: mais de 40,25 horas por semana; lazer baixo: 40,25 horas por semana ou menos (corte pela mediana)

** Não inclui os alunos que não trabalhavam.

TABELA 2 - Distribuição da amostra nos grupos de lazer alto e baixo, estratificados para grau de valorização do histórico escolar e para horas semanais de lazer

	Lazer alto N = 39	Lazer baixo N = 38	Total N = 77
Valorização (%) - grau 1	2,6	2,6	2,6
- grau 2	18,4	10,5	14,5
- grau 3	44,7	36,8	40,8
- grau 4	34,2	39,5	36,8
- grau 5	-	10,5	5,3
Estudo - horas semanais (%)			
0 \leq n < 3	15,4	5,3	10,4
3 \leq n < 7	33,3	28,9	31,2
7 \leq n < 14	30,8	44,7	37,7
14 \leq n < 21	17,9	13,2	15,6
21 ou mais	2,6	7,9	5,2

DISCUSSÃO

Nossos achados indicam que não há uma associação entre horas semanais de lazer e o escore de desempenho acadêmico. Através da randomização, tentamos garantir que a amostra conservasse as mesmas características da população em estudo. Entretanto, o simples fato de alguns sujeitos não terem sido encontrados pelos pesquisadores pode tê-los levado a entrevistar alunos com maior índice de presença, um fator já relacionado a bom desempenho (1). O absentismo não pôde ser avaliado, visto que as disciplinas não são uniformes no que diz respeito à aferição de presenças. Isso pode ter elevado a média dos escores de desempenho. Soma-se a isso a possibilidade de as desistências e trancamentos refletirem um pior desempenho acadêmico dos indivíduos que abandonaram o curso. Não podemos, todavia, prever em que sentido e em que monta esses fatores podem ter influenciado os resultados.

A utilização de critérios bastante objetivos para aferir as variáveis limitou a possibilidade de vícios de aferição. Contudo, a necessidade de recordar as atividades realizadas regularmente num período anterior, separado do atual por cerca de seis meses, provavelmente diminui a

acurácia da informação. Também o esforço em responder ao questionário adequadamente pode ter variado entre os entrevistados.

Para evitar que os respondentes fornecessem informações pouco fidedignas em função da presença do entrevistador, a identificação foi preenchida em separado do questionário e dos conceitos. A obtenção dos conceitos foi realizada diretamente com os alunos, obtendo-se cópia xerox do histórico.

Observou-se que os grupos de lazer alto e baixo diferiram significativamente quanto às horas semanais de atividades domésticas e quanto às horas de sono por semana. Ainda que as diferenças observadas fossem pequenas (cerca de 3 horas de atividades domésticas e 5 horas de sono), é possível que haja uma associação entre elas e a quantidade de lazer. Apesar de que uma análise mais aprofundada dessas relações foge ao escopo deste trabalho, pode-se especular que as pessoas que têm menos tempo para fazer lazer também têm menos tempo para realizar atividades domésticas ou para dormir, provavelmente devido ao exercício de outras atividades que não estudar ou trabalhar, uma vez que não houve diferenças estatísticas quando da estratificação para essas variáveis.

Mesmo não tendo encontrado associação entre lazer e desempenho, procuramos estratificar a análise para o que considerávamos os principais fatores de confusão: horas de estudo, valorização do conceito e trabalho, bem como sexo, estado civil e semestre. Ainda assim, não foram encontradas diferenças.

Consta na literatura que outras variáveis se correlacionam com o desempenho. Alfayez (9) estudou fatores acadêmicos, sociais e culturais que influenciavam o desempenho em estudantes dos dois últimos anos de medicina, mostrando que há relação positiva entre esse e o interesse pelo curso e o nível educacional, havendo relação negativa com pressão familiar e doenças crônicas. Lecompte (10), em estudo de corte transversal, encontrou relação positiva entre o desempenho e presença nas aulas, expectativa de sucesso, desempenho esportivo, e rela-

TABELA 3 - Descrição das atividades de lazer pesquisadas

Tipo de atividade pesquisada	Frequência (%)	horas gastas por semana	
		média (± DP)	mediana
Ler jornais, livros, revistas e outros tipos de literatura*	91	4,4 (3,3)	3,3
Ir ao cinema, teatro, <i>shows</i>	80,5	2 (1,6)	2
Assistir TV e filmes em videocassete	93,5	7,3 (7)	4,5
Jogar <i>videogame</i> e utilizar microcomputadores como diversão	11,6	1(3,7)	0
Jogar cartas, jogos de mesa e tabuleiro	13	0,6 (3,2)	0
Ouvir música**	80,5	5,1 (6,2)	3
Ir a festas, bares, restaurantes, encontros com amigos, dançar	92,2	5,9 (4,3)	5
Dançar <i>Ballet</i> , <i>Jazz</i> , grupos de dança e outros	11,7	0,4 (1,2)	0
Praticar atividades esportivas	63,6	2,9 (2,6)	3
Passear (parques, <i>shopping</i> , zoológico, etc.)	78	2,5 (2,2)	2
Ir a estádios e clubes para assistir jogos esportivos, <i>shows</i>	13	0,2 (0,6)	0
Tocar instrumentos musicais, cantar	15,5	0,6 (1,7)	0
Fazer teatro, dramatizações	0	0 (0)	0
Fazer trabalhos em artesanato, pintura artística, jardinagem, etc.	11,7	0,3 (0,9)	0
Dedicar tempo ao companheiro(a)***	70,1	7,1 (8)	6
Praticar outras atividades que considera lazer, não incluídas acima	26	2,1 (4,8)	0
Total	100	42,3 (20,3)	40,25

* Não relacionados ao curso médico.

** Como atividade principal.

*** Não contar o tempo incluído nas outras atividades.

TABELA 4 - Distribuição da amostra quanto ao lazer e ao escore de desempenho*

	Lazer alto	Lazer baixo	Total
Desempenho alto	8	31	39
Desempenho baixo	7	31	38
Total	15	62	77

* Lazer alto: mais de 40,25 horas por semana; lazer baixo: 40,25 horas por semana ou menos (ponto de corte na mediana).

Desempenho alto: escore maior do que 9,28461; desempenho baixo: escore menor ou igual a 9,28461 (ponto de corte no percentil 80).

ção inversa com ansiedade, consumo de álcool e solidão.

O controle do absenteísmo, como mencionado anteriormente, não era factível. O grupo de pesquisadores considerou que pressão familiar, solidão e expectativa de sucesso eram fatores por demais subjetivos para serem aferidos neste trabalho. Também o desempenho no segundo grau é de difícil mensuração, uma vez que há grande discrepância nas formas de avaliação entre os diferentes estabelecimentos de ensino locais. Além do mais, a inclusão de perguntas pertinentes a doenças crônicas, desempenho esportivo, ansiedade e consumo de drogas tornaria o questionário demasiadamente extenso.

A correlação positiva encontrada entre valorização do conceito e desempenho poderia ser explicada pelo fato de que pessoas que consideram mais os conceitos do histórico provavelmente racionalizam seu estudo de forma a atingir melhores notas. Já a correlação negativa entre valorização do conceito e horas de lazer poderia refletir que parte do tempo de lazer é sacrificado em favor de uma

maior dedicação, a fim de se atingirem os resultados objetivos. Essas associações poderiam facilmente ser explicadas, caso as pessoas que valorizassem mais seus conceitos tivessem mais tempo de estudo semanal. Não se observou, todavia, essa associação, tampouco foi encontrada correlação entre horas de estudo e desempenho.

Como resultado principal, não se evidenciou associação entre horas de lazer e o desempenho acadêmico. Talvez isso se deva ao fato de as diferenças de horas de lazer observadas entre os grupos estudados poderem não refletir diferenças importantes na qualidade de vida, a qual sabemos estar relacionada ao desempenho (1,2).

Também é possível que as variáveis aferidas não constituam formas adequadas de estudar os fenômenos a que se propunham. Observamos que a distribuição do desempenho teve uma dispersão muito pequena, sugerindo que o escore utilizado não é discriminatório. Isso pode se dever tanto à homogeneidade verdadeira dos desempenhos dos alunos, quanto ao baixo poder de discriminação dos conceitos atribuídos pela universidade ou até mesmo à inadequação da fórmula empregada. Por sua vez, também é possível que o questionário não tenha sido sensível para avaliar o lazer realizado. Isso poderia explicar o fato de não ter sido encontrada a mesma tendência à redução progressiva de horas de lazer a cada semestre relatada por Rosa et al (3).

Os resultados deste trabalho não podem ser encarados como definitivos, uma vez que a falta de correlação entre lazer e desempenho pode ser devida a que a amostra não tenha atingido o tamanho necessário. Portanto, pode haver uma associação entre lazer e desempenho, bem como outras variáveis relacionadas, mas que o nosso trabalho não teve poder para identificar. Não obstante, a validade

maior do trabalho é lançar hipóteses em um campo que ainda permanece um tanto obscuro.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. GOODMAN RA, et al. Estimating the prevalence of leisure-time physical activity. *J Sports Med* 1988; 28: 360-366.
2. FEIJOO NR. Uso del tiempo libre y personalidad. *Acta Psiquiatr Psicol Amer La* 1989; 35: 99-103.
3. ROSA ART, BUBNIAK CT, NUNES GLS, KOYA RC, CAMILO JCA, ROSA RS. O estudante de medicina e sua dificuldade de dispor de tempo livre para práticas culturais extra-acadêmicas. *R Bra Educ Med* 1993; 17 (1): 28-32.
4. WALLIS C. Medical School, Heal Thyself. *Time* 1983; 23: 54-8.
5. PFIFFERLING JH. The impaired physician: An overview. Chapel Hill, North Carolina: Health Sciences Consortium, 1980.

6. WOLF TN, KISSING DE. Changes in life-style characteristics, health, and mood of freshman medical students. *J Med Ed* 1984; 59: 806-814.
7. MURPHY JP, ROSEVEAR GC, GARY NE. Concordance of medical school course grades and NBNE parts I and II examination subject test scores. *J Med Ed* 1984; 59: 828-831.
8. BRACANTI FL, MEAD LA, LEVINE DM, MARTIN D, MARGOLIS S, KLAG MJ. Early predictors of career achievements in academic medicine. *JAMA* 1992; 267: 1372-1376.
9. ALFAYEZ SF, STRAND DA, CARLINE JD. Academic, social and cultural factors influencing medical school grade performance. *Med Ed* 1990; 24: 230-238.
10. LECOMPTE D, et al. Search for the relationship between academic performance and some psychosocial factors. *Acta Psychiatr Belg* 1983; 83: 598-608.

