

# FATORES ASSOCIADOS À SATISFAÇÃO COM O TEMPO PARA ATIVIDADES DE LAZER DE ESTUDANTES DE ENFERMAGEM

## FACTORS ASSOCIATED WITH SATISFACTION WITH TIME FOR LEISURE ACTIVITIES OF NURSING STUDENTS

## FACTORES ASOCIADOS A LA SATISFACCIÓN CON EL TIEMPO PARA ACTIVIDADES DE OCIO DE ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA

Davi Oliveira Teles<sup>1</sup>  
José Mateus Pires<sup>2</sup>  
Hillary Bastos Vasconcelos Rodrigues<sup>3</sup>  
Victória Suéllen Maciel Abreu<sup>4</sup>  
Samila Gomes Ribeiro<sup>5</sup>  
Paula Renata Amorim Lessa Soares<sup>6</sup>

**Como citar este artigo:** Teles DO, Pires JM, Rodrigues HBV, Abreu VSM, Ribeiro SG, Soares PRA. Fatores associados à satisfação com o tempo para atividade de lazer de estudantes de enfermagem. Rev. baiana enferm. 2023; 37: e50776.

**Objetivo:** identificar a associação entre variáveis sociodemográficas, acadêmicas e de lazer com a satisfação com o tempo de lazer de estudantes de Enfermagem. **Método:** estudo transversal realizado com 199 estudantes de Enfermagem da Universidade Federal do Ceará. A coleta de dados ocorreu no período de junho a setembro de 2019, em que foi utilizado um questionário impresso. Os dados foram analisados por meio de estatística descritiva. **Resultados:** encontrou-se média de 10 horas semanais dedicadas ao lazer pessoal, alta prevalência de estudantes insatisfeitos, além de associação entre variáveis sociodemográficas, acadêmicas, clínicas e referentes às atividades realizadas no tempo livre com a satisfação junto ao tempo de lazer pelos acadêmicos de Enfermagem. **Conclusão:** os dados são importantes para dar subsídio à futuras discussões acerca das dimensões da qualidade de vida dos estudantes de Enfermagem, com destaque para as atividades de lazer realizadas com a finalidade de propiciar uma experiência acadêmica saudável e harmoniosa.

**Descritores:** Indicadores de qualidade de vida; Estudantes de enfermagem; Atividades de lazer; Saúde do estudante.

*Objective:* to identify the association between sociodemographic, academic and leisure variables with satisfaction with leisure time of nursing students. *Method:* cross-sectional study conducted with 199 nursing students from the Federal

Autor(a) Correspondente: Davi Oliveira Teles, daviteles2155@gmail.com

<sup>1</sup> Universidade Federal do Ceará. Fortaleza, CE, Brasil. <https://orcid.org/0000-0002-1191-994X>.

<sup>2</sup> Instituto do Câncer do Ceará. Fortaleza, CE, Brasil. <https://orcid.org/0000-0003-4176-6291>.

<sup>3</sup> Universidade Federal do Ceará. Fortaleza, CE, Brasil. <https://orcid.org/0000-0003-2248-6454>.

<sup>4</sup> Universidade Federal do Ceará. Fortaleza, CE, Brasil. <https://orcid.org/0000-0002-0184-1253>.

<sup>5</sup> Universidade Federal do Ceará. Fortaleza, CE, Brasil. <https://orcid.org/0000-0002-4775-5852>.

<sup>6</sup> Universidade Federal do Ceará. Fortaleza, CE, Brasil. <https://orcid.org/0000-0003-1629-443X>.

*University of Ceará. Data collection took place from June to September 2019, in which a printed questionnaire was used. Data were analyzed using descriptive statistics. Results: an average of 10 hours a week dedicated to personal leisure was found, in addition to high prevalence of dissatisfied students, and association between sociodemographic variables, activities performed in free time with the satisfaction with leisure time by nursing students. Conclusion: the data are important to give subsidy to future discussions about the dimensions of quality of life of nursing students, especially leisure activities carried out in order to provide a healthy and harmonious academic experience.*

*Descriptors: Quality of life indicators; Nursing students; Leisure activities; Student health.*

*Objetivo: identificar la asociación entre variables sociodemográficas, académicas y de ocio con la satisfacción con el tiempo de ocio de estudiantes de Enfermería. Método: estudio transversal realizado con 199 estudiantes de Enfermería de la Universidad Federal de Ceará. La recopilación de datos tuvo lugar entre junio y septiembre de 2019, cuando se utilizó un cuestionario impreso. Los datos fueron analizados por medio de estadística descriptiva. Resultados: se encontró media de 10 horas semanales dedicadas al ocio personal, alta prevalencia de estudiantes insatisfechos, además de asociación entre variables sociodemográficas, académicas, clínicas y referentes a las actividades realizadas en el tiempo libre con la satisfacción junto al tiempo de ocio por los académicos de Enfermería. Conclusión: los datos son importantes para dar subsidio a futuras discusiones acerca de las dimensiones de la calidad de vida de los estudiantes de Enfermería, con destaque para las actividades de ocio realizadas con la finalidad de propiciar una experiencia académica saludable y armoniosa.*

*Descriptores: Indicadores de calidad de vida; Estudiantes de enfermería; Actividades de ocio; Salud del estudiante.*

## Introdução

O conceito de lazer, devido ao seu caráter multidisciplinar, perpassa as áreas da saúde, educação, economia, entre outras. Nessa perspectiva, o lazer pode ser definido como um conjunto de ocupações com propósito de descanso, divertimento, entretenimento, sociabilidade, entre outras atividades às quais o indivíduo desempenha no tempo livre de suas obrigações profissionais, familiares e sociais e que são capazes de gerar satisfação, que inclui tanto momentos de “lazer sério”, que consiste nas atividades de *hobbie* ou voluntariado que incluem treinamento de habilidades em momentos gratificantes, quanto de “lazer casual”, que são atividades intrinsecamente satisfatórias e curtas, que não requerem dedicação ou treinamento especial<sup>(1)(2)</sup>.

Ademais, a satisfação com o lazer está relacionada ao bem-estar subjetivo e individual percebido, bem como ao estilo de vida e a dinâmica com a qual as pessoas desenvolvem suas tarefas às vistas de garantir o equilíbrio entre atividades laborais, de estudo e de saúde em suas rotinas<sup>(3)(5)</sup>. Ressalta-se que tais fatores estão intrinsecamente relacionados ao conceito de qualidade de vida, que é entendida como o produto da avaliação da percepção de saúde e das características da vida

individual, que envolvem o bem-estar (físico, material, social e emocional), condições de vida, fatores econômicos, entre outros<sup>(6)</sup>. Dessa forma, a satisfação com o lazer apresenta-se como variável diretamente relacionada à qualidade de vida dos indivíduos e ao estado da saúde mental<sup>(7)</sup>, de modo que a falta de atividades de lazer no cotidiano pode ser um fator colaborador para o surgimento de agravos agudos e crônicos de saúde.

Nesse contexto, tem-se observado que pouco ou nenhum tempo destinado às atividades de lazer pode contribuir para o adoecimento, principalmente em se tratando de universitários<sup>(7)(8)</sup>. Estudos apontam essas atividades como estratégia de enfrentamento frente à tensão e à pressão percebida em relação às exigências da vida acadêmica<sup>(9)(10)</sup>. Tal associação é descrita em um estudo desenvolvido com estudantes de medicina da Universidade Regional de Blumenau, em que a presença de Transtornos Mentais Comuns (TMC) estava associada à baixa carga horária diária dedicada ao lazer pessoal<sup>(11)</sup>.

Diante do exposto, a vida universitária pode influenciar na satisfação com o tempo de lazer. Um estudo realizado na China com 140 graduandos de Psicologia demonstrou que a realização de

atividades de lazer durante o dia acarretava em emoções positivas nos estudantes, ao passo que nos dias em que enfrentavam estresses acadêmicos, as emoções negativas eram predominantes, demonstrando a dualidade desarmônica entre satisfação com o tempo de lazer e atividades acadêmicas<sup>(12)</sup>.

Assim, destaca-se que os estudantes da área da saúde são prejudicados, tendo em vista as especificidades de graduações como Enfermagem e Medicina<sup>(13)</sup>. Um estudo realizado com 146 acadêmicos de Enfermagem concluiu que os maiores estressores dos alunos eram os desequilíbrios nas esferas de lazer e tempo, em suma pela falta desses<sup>(9)</sup>. Já outra análise mostra que as características do curso de Enfermagem, como a presença de atividades tanto teórico-práticas quanto clínicas, que se intensificam com o passar dos semestres, geram complicações na qualidade de vida e saúde dos estudantes, com destaque à redução do tempo de lazer, evidenciado como um dos fatores de maior insatisfação<sup>(14)</sup>.

Nessa perspectiva, o conhecimento das variáveis diretamente relacionadas à satisfação com o lazer possibilitará a estruturação de estratégias que busquem impactar positivamente na experiência da graduação, a fim de melhorar a saúde dos futuros profissionais de Enfermagem.

O presente estudo, nesse sentido, objetiva identificar a associação entre variáveis sociodemográficas, acadêmicas e de lazer com a satisfação com o tempo de lazer de estudantes de Enfermagem.

## Método

Trata-se de um estudo analítico, de corte transversal com abordagem associativa e descritiva norteado pela ferramenta STROBE (*Strengthening the Reporting of Observational Studies in Epidemiology*)<sup>(15)</sup>.

A pesquisa foi realizada com acadêmicos de Enfermagem da Universidade Federal do Ceará (UFC). A coleta de dados ocorreu no período de junho a setembro de 2019. A população do estudo foi composta pelos estudantes do curso de Enfermagem matriculados no período da pesquisa. A amostragem utilizada foi a forma probabilística aleatória simples, em que foi usada a fórmula para populações finitas, com o cálculo

resultante de 199 estudantes estratificados nos 10 semestres do curso. Foram incluídos na pesquisa os estudantes com idade igual ou superior a 18 anos, matriculados em qualquer disciplina do curso e excluíram-se aqueles que estavam sob algum regime de licença.

O questionário impresso foi composto pelo instrumento de caracterização sociodemográfica, acadêmica, de saúde e de lazer, além do Inventário de Ansiedade de Beck (BAI), o Inventário Beck de Depressão (BDI) e o Questionário de Senso de Coerência de Antonovsky (QSCA).

O Inventário de Ansiedade de Beck (BAI), validado no Brasil com alfa de Cronbach entre 0,83 e 0,92<sup>(16)</sup>, consiste em 21 itens com afirmações descritivas de sintomas de ansiedade a serem assinalados pelos sujeitos com referência a si mesmo acerca do período da última semana até a aplicação do instrumento. O escore total é composto por 63 pontos. Foram adotados os pontos de corte para os níveis de ansiedade: mínimo, variando de zero a 10; leve, entre 11 e 19; moderado, variando entre 20 e 30; e grave, entre 31 e 63 pontos.

Para a avaliação da presença e gravidade de sintomas depressivos foi utilizado o Inventário Beck de Depressão validado com alfa de Cronbach de 0,82<sup>(17)</sup>. O instrumento constou de 21 itens com afirmações que variavam em uma escala de 0 a 3 pontos. A soma total dos escores dos itens mostra o grau de severidade da depressão. Em relação aos pontos de corte, considerou-se: depressão mínima ou ausência de depressão, 0 a 13 pontos; depressão leve, entre 14 e 19; depressão moderada, variando entre 20 e 38; e grave, entre 29 e 63 pontos.

O Questionário de Senso de Coerência de Antonovsky (QSCA) foi adaptado transculturalmente no Brasil com diferentes populações, e seu alfa de Cronbach variou de 0,77 a 0,87<sup>(18)</sup>. Esse é um instrumento composto por 29 itens, que são divididos em três componentes, Compreensão, Manejo e Significado. As respostas são obtidas por meio de uma escala de sete pontos, com valores que variam de 1 a 7. O intervalo possível de pontuação varia de 29 a 203. Valores elevados significam forte SOC.

Para o procedimento de coleta de dados, os indivíduos convidados para a pesquisa foram sorteados a partir da lista de todos os estudantes matriculados por semestre, fornecida pela coordenação do curso. Os questionários foram repassados aos estudantes em sala de aula e recolhidos em envelopes fechados pelos pesquisadores ao final do preenchimento, que durava em média 30 minutos, para evitar identificação dos participantes.

A análise dos dados deu-se pelo *software IBM Statistical Package for Social Sciences (SPSS)*, versão 20.0. O desfecho utilizado foi "Satisfação com o tempo de lazer". Como predictoras foram utilizadas variáveis sociodemográficas, acadêmicas, clínicas e relativas ao tempo de lazer. Para variáveis numéricas, foram atribuídos valores absolutos e relativos, médias, medianas e desvio padrão. Quanto às associações, foram feitas por meio dos Testes Qui-quadrado de Pearson e o Teste Exato de Fisher, adotou-se o valor de *p* significativo quando menor que 0,05 e um intervalo de confiança de 95%. Ao final, foi realizada uma regressão logística com todas as variáveis que tiveram o valor de *p* menor que 0,2.

O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal do Ceará, através da Plataforma Brasil, sob parecer nº 3.284.038.

## Resultados

Quanto ao perfil dos participantes, tem-se uma amostra de 199 estudantes de enfermagem, 40 (20,1%) eram adolescentes com até 19 anos, 70 (35,5%) de outros municípios que não Fortaleza, com 35 (17,6%) estudantes do sexo masculino. Na questão étnica, prevaleceram os pardos e negros, com 144 (72,4%) estudantes. Entre os alunos, 164 eram heterossexuais (82,4%), 167 (83,9%) possuíam alguma crença religiosa e 112 (63,6%) tinham uma renda familiar maior que dois salários mínimos.

No cerne da análise deste estudo, 170 (85,4%) alunos afirmaram ter tempo de lazer durante a semana. Ao serem questionados sobre o total aproximado de horas semanais dedicadas ao lazer pessoal, o valor mediano foi de 10 horas por semana, com desvio padrão de 14,7 entre as respostas, sendo 0 o valor mínimo e 72 o máximo de horas dedicadas às atividades de lazer semanais. Dentre os 182 alunos que responderam todo o questionário de análise das atividades de lazer, 120 (65,9%) afirmaram não estar satisfeitos com o tempo de lazer que tinham e 137 (75,2%) relataram precisar de mais tempo para essas atividades.

A Tabela 1 traz a associação entre os fatores sociodemográficos e a satisfação dos alunos com relação ao tempo de lazer:

**Tabela 1.** Associação entre fatores sociodemográficos e a satisfação com o tempo de lazer dos estudantes de enfermagem. Fortaleza, CE, Brasil, 2019. (N=182) (continua)

Variáveis sociodemográficas	Satisfação com o lazer				Valor de <i>p</i>	RP	IC 95%
	Satisfeito		Insatisfeito				
	N	%	N	%			
<b>Idade</b>					0,096*	0,548	(0,254-1,179)
Adolescentes (até 19 anos)	06	17,1	29	82,9			
Adultos jovens (a partir de 20 anos)	46	31,3	101	68,7			
<b>Município</b>					0,476*	1,201	(0,721-2,001)
Capital	34	29,6	81	70,4			
Outras cidades	16	24,6	49	75,4			
<b>Sexo</b>					0,622*	0,852	(0,445-1,632)
Feminino	44	29,3	106	70,7			
Masculino	08	25	24	75			
<b>Orientação sexual</b>					0,201*	1,698	(0,792-3,640)
Heterossexual	46	30,9	103	69,1			

**Tabela 1.** Associação entre fatores sociodemográficos e a satisfação com o tempo de lazer dos estudantes de enfermagem. Fortaleza, CE, Brasil, 2019. (N=182) (conclusão)

Variáveis sociodemográficas	Satisfação com o lazer				Valor de <i>p</i>	RP	IC 95%
	Satisfeito		Insatisfeito				
	N	%	N	%			
Não-heterossexual	06	18,2	27	81,8			
<b>Religião</b>					0,363*	1,384	(0,659-2,949)
Possui	46	29,9	108	70,1			
Não possui	06	21,4	22	78,6			
<b>Mora com os pais</b>					0,111*	1,465	(0,909-2,361)
Sim	32	33,7	63	66,3			
Não	20	23,0	67	77,0			
<b>Relacionamento com os amigos</b>					<b>0,021**</b>	0,692	(0,626-0,766)
Satisfatório	52	30,8	117	69,2			
Insatisfatório	00	00,0	13	100			
<b>Utiliza o transporte coletivo</b>					<b>0,010*</b>	0,541	(0,346-0,847)
Sim	32	23,5	104	76,5			
Não	20	43,5	26	56,5			
<b>Possui veículo motorizado próprio</b>					<b>0,001*</b>	2,444	(1,552-3,849)
Sim	11	61,1	07	38,9			
Não	41	25	123	75			

Fonte: Dados da pesquisa, 2019.

Legenda: \*=Teste Qui-quadrado; \*\*= Teste Exato de Fisher; \*\*\*= Razão de Verossimilhança

Quando verificada a associação com os fatores sociodemográficos, a satisfação com o tempo de lazer demonstrou significância estatística com o relato de bom relacionamento com os amigos ( $p=0,021$ ), o deslocamento por meio de transportes coletivos ( $p=0,010$ ) e também com a propriedade de veículos motorizados pelos estudantes ( $p=0,001$ ), conforme demonstra a Tabela 1.

Nesse contexto, proprietários de veículos motorizados próprios, como automóveis e motocicletas, apresentaram prevalência 2,4 vezes maior de satisfação com o tempo de lazer em relação aos

que não possuíam veículo motorizado. Por outro lado, os estudantes que faziam uso de transporte coletivo como meio de locomoção apresentaram prevalência 45,9% menor de satisfação com o tempo para as atividades de lazer. Ainda, os alunos que possuíam relacionamento satisfatório com amigos, apresentaram prevalência 30,8% menor de satisfação com o tempo de lazer que os demais.

A Tabela 2 evidencia as associações estatísticas entre variáveis acadêmicas e a satisfação com o tempo de lazer:

**Tabela 2.** Associação entre fatores acadêmicos e a satisfação com o tempo de lazer dos estudantes de enfermagem. Fortaleza, CE, Brasil, 2019. (N=182) (continua)

Variáveis acadêmicas	Satisfação com o lazer				Valor de <i>p</i>	RP	IC 95%
	Satisfeito		Insatisfeito				
	N	%	N	%			
<b>Semestre</b>					0,221*	0,745	(0,463-1,201)
Até 4º semestre	20	24,1	63	75,9			
A partir do 5º semestre	32	32,3	67	67,7			
<b>Atividade acadêmica remunerada</b>					0,607*	0,885	(0,556-1,411)
Participa	22	26,8	60	73,2			

**Tabela 2.** Associação entre fatores acadêmicos e a satisfação com o tempo de lazer dos estudantes de enfermagem. Fortaleza, CE, Brasil, 2019. (N=182) (conclusão)

Variáveis acadêmicas	Satisfação com o lazer				Valor de <i>p</i>	RP	IC 95%
	Satisfeito		Insatisfeito				
	N	%	N	%			
Não participa	30	30,3	69	69,7			
<b>Atividades extraclasse</b>					0,450**	2,669	(0,415-17,179)
Participa	51	29,7	121	70,3			
Não participa	01	11,1	08	88,9			
<b>Curso de idiomas</b>					0,298*	0,653	(0,323-1,323)
Faz	07	20	28	80			
Não faz	45	30,6	102	69,4			
<b>Trancamento anterior</b>					0,122**	2,045	(1,086-3,852)
Sim	05	55,4	04	44,4			
Não	47	27,2	126	72,8			
<b>Reprovação anterior</b>					0,439***	-	-
Sim, uma vez	02	15,4	11	84,6			
Sim, duas ou mais vezes	07	35	13	65			
Não	43	28,9	106	71,1			
<b>Tempo suficiente para estudar</b>					<0,001*	3,351	(2,174-5,164)
Sim	28	59,6	19	40,4			
Não	24	17,8	111	82,2			

Fonte: Autores, 2019.

Legenda: \*=Teste Qui-quadrado; \*\*= Teste Exato de Fisher; \*\*\*= Razão de Verossimilhança.

Os estudantes que consideravam ter tempo suficiente para os estudos apresentaram prevalência 3,35 vezes maior de estarem satisfeitos com o lazer quando comparados com

os que não dispunham de tempo suficiente para estudar.

A Tabela 3 apresenta as associações entre os aspectos clínicos e a satisfação com o lazer:

**Tabela 3.** Associação entre características clínicas e a satisfação com o tempo de lazer de estudantes de enfermagem. Fortaleza, CE, Brasil, 2019. (N=182) (continua)

Variáveis clínicas	Satisfação com o lazer				Valor de <i>p</i>	RP	IC 95%
	Satisfeito		Insatisfeito				
	N	%	N	%			
<b>Possui doença crônica</b>					0,429*	0,749	(0,355-1,579)
Sim	06	22,2	21	77,8			
Não	46	29,7	109	70,3			
<b>Tem tempo suficiente para cuidar da saúde</b>					<0,001*	2,912	(1,942-4,367)
Sim	18	64,3	10	35,7			
Não	34	22,1	120	77,9			
<b>Prática atividade física</b>					0,04*	1,613	(1,022-2,546)
Sim	27	37	46	63			
Não	25	22,9	84	77,1			
<b>Horas de sono por dia</b>					<0,001*	0,352	(0,234-0,530)
Até 8 horas	39	24,1	123	75,9			
8 horas ou mais	13	68,4	08	31,6			

**Tabela 3.** Associação entre características clínicas e a satisfação com o tempo de lazer de estudantes de enfermagem. Fortaleza, CE, Brasil, 2019. (N=182) (conclusão)

Variáveis clínicas	Satisfação com o lazer				Valor de <i>p</i>	RP	IC 95%
	Satisfeito		Insatisfeito				
	N	%	N	%			
<b>Considera seu tempo de sono suficiente</b>					<b>&lt;0,001*</b>	3,861	(2,532-5,889)
Sim	28	66,7	14	33,3			
Não	24	17,3	115	82,7			
<b>Senso de Orientação e Coerência</b>					<b>0,008*</b>	0,519	(0,314-0,856)
Abaixo da média	17	19,3	71	80,7			
Acima da média	35	37,2	59	62,8			
<b>Classificação de Ansiedade</b>					0,052*	1,575	(0,996-2,491)
Moderada	26	37,1	44	62,9			
Grave	25	23,6	81	76,4			
<b>Classificação de Depressão</b>					<b>0,001*</b>	2,250	(1,348-3,755)
Mínima ou Leve	36	39,6	55	60,4			
Moderada ou Grave	16	17,6	75	82,4			

Fonte: Dados da pesquisa, 2019.

Legenda: \*=Teste Qui-quadrado; a= de acordo com a pontuação do QSCA; b= segundo a escala BAI; c= segundo a escala BID

Todas as variáveis clínicas demonstraram significância estatística para satisfação com tempo de lazer, com exceção de possuir doença crônica e do nível de ansiedade segundo Inventário de Beck. Ter tempo suficiente para cuidar da saúde foi um fator que influenciou na satisfação com o tempo de lazer, os alunos que afirmaram possuir tal tempo apresentaram 2,9 vezes maior prevalência do que os que não tinham tempo para cuidar da saúde. Já nas variáveis relacionadas à qualidade do sono, os alunos que dormiam menos de oito horas por dia tiveram prevalência 66,5% menor de estarem satisfeitos com o lazer e para aqueles que consideraram ter tempo de sono suficiente, a prevalência torna-se 2,8 vezes maior para a satisfação com o tempo de lazer em relação aos que desejavam ter mais tempo para dormir.

Quanto à pontuação dos estudantes no QSCA, que teve um escore médio de 123 pontos na amostra (desvio padrão = 28,1), os que tinham os menores índices de SOC apresentaram prevalência 48,1% menor para a satisfação com o tempo de lazer. Ao avaliar o escore dos sintomas de depressão no inventário de Beck, 91 pontuaram sintomas depressivos mínimos ou leves e 91 pontuaram sintomas moderados ou graves, assim, os alunos classificados com depressão mínima ou leve apresentaram prevalência 2,2 vezes maior de satisfação com o tempo de lazer do que os alunos com sintomas depressivos moderados ou graves.

A Tabela 4 contém a associação das atividades realizadas no tempo livre e a satisfação com o tempo de lazer dos estudantes:

**Tabela 4.** Associação entre atividades realizadas no tempo livre e a satisfação com o tempo de lazer de estudantes de enfermagem. Fortaleza, CE, Brasil, 2019. (N=182) (continua)

Atividades	Satisfação com o lazer				Valor de <i>p</i>	RP	IC 95%
	Satisfeito		Insatisfeito				
	N	%	N	%			
<b>Atividades individuais</b>					0,575*	0,659	0,152-2,862
Sim	49	28,3	124	71,7			
Não	52	37,5	05	62,5			

**Tabela 4.** Associação entre atividades realizadas no tempo livre e a satisfação com o tempo de lazer de estudantes de enfermagem. Fortaleza, CE, Brasil, 2019. (N=182) (conclusão)

Atividades	Satisfação com o lazer				Valor de <i>p</i>	RP	IC 95%
	Satisfeito		Insatisfeito				
	N	%	N	%			
<b>Atividades de convívio social</b>					<b>0,012*</b>	2,961	1,231-7,126
Sim	45	33,6	89	66,4			
Não	07	14,6	41	85,4			
<b>Atividades culturais</b>					0,564**	0,689	0,193-2,459
Sim	48	28,2	122	71,8			
Não	04	36,4	07	63,6			

Fonte: Dados da pesquisa, 2019.

Legenda: \*=Teste Qui-quadrado; \*\*= Teste Exato de Fisher.

Entre as atividades de lazer desenvolvidas no tempo livre pelos estudantes, as atividades de convívio social ( $p=0,012$ ), como sair com os amigos para bares, restaurantes e casas de show, apresentaram maior impacto na satisfação com o tempo de lazer, com 2,96 vezes maior

prevalência em relação aos que não praticavam atividades de convívio social.

A Tabela 5 evidencia os resultados da regressão logística entre as variáveis com valor de significância menor que 0,2 nos testes supracitados e a satisfação com o lazer:

**Tabela 5.** Regressão logística entre variáveis e a satisfação com o tempo de lazer dos estudantes de enfermagem. Fortaleza, CE, Brasil, 2019. (N=192)

Variáveis	Valor de <i>p</i>	OR bruto	IC 95%	Valor de <i>p</i>	OR ajustado	IC 95%
<b>Horas suficientes de sono</b>	<b>0,000</b>	3,861	2,532-5,889	<b>0,025</b>	3,611	1,176-11,091
<b>Tempo suficiente para estudar</b>	<b>0,000</b>	3,351	2,174-5,164	<b>0,003</b>	5,576	1,824-17,046
<b>Dorme até 8h</b>	<b>0,000</b>	0,352	0,234-0,530	<b>0,003</b>	0,08	0,015-0,430
<b>Mora com os pais</b>	0,111	1,465	0,909-2,361	<b>0,033</b>	2,980	1,091-8,135
<b>Atividades de convívio social</b>	<b>0,012</b>	2,961	1,231-7,126	<b>0,047</b>	3,640	1,02-12,996

Fonte: Dados da pesquisa, 2019.

A partir da regressão logística realizada, certas variáveis mantiveram-se em status de significância estatística, como os estudantes que consideraram ter horas suficientes de sono, que demonstraram 3,6 vezes mais chances de estar satisfeitos com o tempo de lazer. Aqueles que consideravam ter tempo suficiente para estudar, que apresentaram 5,6 vezes maior prevalência para estarem satisfeitos com o tempo de lazer, os que dormiam menos de oito horas por dia, que apresentaram prevalência 92% menor de estarem satisfeitos e os que realizavam atividades de convívio social apresentaram 3,6 vezes maior

prevalência de satisfação com o tempo de lazer. Adicionalmente, uma variável demonstrou, após a regressão, significância estatística, na qual os alunos que moravam com seus pais apresentaram prevalência 3 vezes maior de estarem satisfeitos com o tempo de lazer.

## Discussão

Ao observar a satisfação com o tempo de lazer dos estudantes de enfermagem, desfecho do presente estudo, constatou-se que os estudantes gozavam, em média, de 10 horas semanais dedicadas à realização de atividades de lazer. A

literatura carece de informações acerca da quantidade ideal ou da média de tempo dedicado ao lazer pessoal, contudo, estudos ressaltam a relação positiva entre o tempo livre disponível para atividades de lazer e a motivação, satisfação e qualidade de vida (19, 20). Para além do tempo direcionado às atividades de lazer, outro fator importante é a percepção do indivíduo sobre o quão recompensadora, significativa e gratificante é cada atividade, que pode impulsionar a resiliência em tempos difíceis.

A associação entre morar com os pais e estar satisfeito com o tempo de lazer de que dispõe mostrou-se, após a análise de regressão logística, estatisticamente significativa. Além da natureza social do lazer, que inclui o senso de pertencimento e acolhimento, muitas vezes associado ao convívio familiar, um estudo turco evidenciou também a relação entre a renda domiciliar e a satisfação com o lazer de universitários, em que os estudantes que moravam com os pais tinham tanto uma rede de suporte social maior quanto uma maior renda, que aumenta a variedade de atividades de lazer e, conseqüentemente, a satisfação.

Ademais, a satisfação com o lazer demonstrou relação estatisticamente significativa com duas importantes variáveis que dizem respeito à saúde mental e a qualidade de vida: o Senso de Orientação e Coerência (SOC) e a Depressão. O estudo foi semelhante a outra pesquisa americana, na qual a satisfação com o tempo de lazer foi preditora de menores níveis de depressão e maior SOC<sup>(20)</sup>. Tal relação explica-se pelo potencial das atividades de lazer redirecionar a atenção das emoções negativas, enquanto gera emoções positivas e facilita o companheirismo.

No que tange às variáveis acadêmicas, ter tempo suficiente para estudar aumenta a prevalência de satisfação com o tempo de lazer. Infere-se que os estudantes que conduziam sua programação de estudos de forma satisfatória conseguiam também ter uma maior facilidade para realizar e estarem satisfeitos com as atividades de lazer executadas no tempo livre. Similarmente, resultados encontrados no Brasil e em outros países revelam que a grande carga de conteúdo, aulas e atividades práticas da graduação em Enfermagem são fatores

geradores de estresse nos espaços acadêmicos, o que exige dos estudantes um grande quociente de tempo dedicado aos estudos, que são priorizados frente a outros aspectos relevantes para a qualidade de vida, como nesse caso, a realização de atividades de lazer. Ainda, estudo turco revelou a existência de relação entre a satisfação com o tempo de lazer e a autoeficácia acadêmica em estudantes universitários, na qual os dois construtos são interdependentes para a vivência acadêmica com maior satisfação e qualidade.

Sobre o tempo de sono, observou-se que a sua insuficiência gera impactos negativos nas atividades pessoais e de lazer dos estudantes. Coerente a isso, uma pesquisa realizada no Rio Grande do Norte identificou alta prevalência de distúrbios do sono nos universitários, além de explicitar a relação estreita entre a qualidade do sono e a saúde mental, física e social, incluindo as atividades de lazer no tempo livre. Em consonância com os aspectos psicossociais da relação entre lazer e sono, um estudo indicou que tal relação também é fisiológica, haja vista que o desenvolvimento do transtorno de insônia pode ser influenciado por circuitos cerebrais que regulam a emoção e a excitação. Tais achados apresentam similaridades com o presente estudo, haja vista que os alunos da amostra que dormiam menos de oito horas por dia e que consideravam seu sono insuficiente estavam majoritariamente insatisfeitos com seu tempo de lazer.

Diante do exposto, pode-se traçar uma relação conjunta entre o tempo dedicado ao lazer, aos estudos e ao sono dos estudantes, evidenciada nessa amostra como uma dinâmica desarmoniosa. Ademais, um estudo realizado com acadêmicos da saúde evidenciou que o gerenciamento do tempo para as atividades diárias de lazer, estudo e saúde é um grande desafio pessoal, o que contribui para aumento do estresse e de problemas de saúde mental. Além disso, pesquisa realizada com profissionais de saúde demonstrou que a relação desarmoniosa supracitada tende a continuar durante a vida profissional, com os piores índices de satisfação com o tempo de lazer entre os profissionais de Enfermagem, e ressalta que quanto maior a satisfação com o tempo de lazer, maior a satisfação

com a vida e a qualidade de vida. Assim, é necessário que o exercício físico, repouso adequado, gerenciamento de tempo e dedicação ao lazer pessoal sejam incentivados desde a graduação até a vida profissional, a fim de proporcionar qualidade de vida aos indivíduos.

Com base nas atividades realizadas no tempo livre, um estudo realizado com estudantes de enfermagem de uma Universidade Pública do Sul do Brasil, que visou identificar os fatores percebidos pelos acadêmicos como desencadeadores de estresse relacionados à sua formação, destacou a falta de tempo para atividades sociais, principalmente com amigos e familiares, bem como para a realização de atividades de lazer como as principais causas do estresse nessa população. Esse achado vai ao encontro do que foi constatado no presente estudo, que demonstrou associação significativa entre a realização de atividades de convívio social, como sair com os amigos ou família para bares, restaurantes e casas de show e a satisfação percebida com o tempo de lazer. Com isso, salienta-se a importância das atividades de “lazer casual” como ocupações capazes de promover sociabilidade, haja vista que comumente apresentam componentes de interação social, como conexões com outros indivíduos, senso de pertencimento a um grupo e companheirismo, o que é importante para o lazer e a satisfação com a vida.

No que tange às limitações do estudo, o período de coleta de dados deu-se antes da pandemia causada pela disseminação do novo coronavírus. Nesse contexto, as relações sociais e atividades de lazer moldaram-se à nova realidade, não sendo diferente para a população universitária, que experienciou um período de adaptação a um modelo de ensino pautado em atividades remotas. Essa nova conjuntura demanda estudos que avaliem os impactos da pandemia na satisfação com o tempo de lazer dos graduandos. Ademais, percebeu-se pouco consenso entre os estudos no que tange ao conceito de “atividades de lazer” e “tempo livre”, que muitas vezes se limitam à realização de atividades físicas, além de não mensurarem a quantidade de tempo dedicado a essas atividades.

## Conclusão

Diante do exposto, verificou-se associação significativa e maior prevalência de satisfação com o tempo de lazer entre aqueles que apresentaram os seguintes fatores: morar com os pais, considerar ter horas suficientes de sono, dormir oito horas ou mais por dia, ter tempo suficiente para estudar e realizar atividades de convívio social.

Destarte, observou-se que os estudantes na amostra se encontravam majoritariamente insatisfeitos com o tempo de lazer, além das associações discutidas demonstrarem que o lazer é subvalorizado em detrimento de outros fatores intrínsecos da vida acadêmica, principalmente com os estudos de graduação. A partir do exposto, os dados podem ser importantes para dar subsídio à futuras discussões acerca das dimensões da qualidade de vida dos estudantes de Enfermagem, com destaque para as atividades de lazer realizadas com a finalidade de propiciar uma experiência acadêmica saudável e harmoniosa.

## Colaborações:

1 – concepção e planejamento de projeto: Davi Oliveira Teles, José Mateus Pires, Hillary Bastos Vasconcelos Rodrigues, Victórya Suéllen Maciel Abreu, Samila Gomes Ribeiro, Paula Renata Amorim Lessa Soares;

2 – análise e interpretação dos dados: Davi Oliveira Teles, José Mateus Pires, Hillary Bastos Vasconcelos Rodrigues, Victórya Suéllen Maciel Abreu, Samila Gomes Ribeiro, Paula Renata Amorim Lessa Soares;

3 – redação e/ou revisão crítica: Davi Oliveira Teles, José Mateus Pires, Hillary Bastos Vasconcelos Rodrigues, Victórya Suéllen Maciel Abreu, Samila Gomes Ribeiro, Paula Renata Amorim Lessa Soares;

4 – aprovação da versão final; Davi Oliveira Teles, José Mateus Pires, Hillary Bastos Vasconcelos Rodrigues, Victórya Suéllen Maciel Abreu, Samila Gomes Ribeiro, Paula Renata Amorim Lessa Soares.

## Conflitos de interesse

Não há conflito de interesses

## Fontes de financiamento

Agradecemos ao FNDE pelas bolsas do Programa de Educação Tutorial (PET).

## Agradecimentos

Agradecemos a todos os integrantes do grupo PET Enfermagem UFC e ao Departamento de Enfermagem da UFC pela realização da pesquisa.

## Referências

- Kono S, Walker GJ, Ito E, Hagi Y. Theorizing Leisure's Roles in the Pursuit of Ikigai (Life Worthiness): A Mixed-Methods Approach. *Leis Sci* [Internet]. 2017 [acesso em 24 abr 2023];41(4):237–59. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/01490400.2017.1356255>
- Mansfield L. Leisure and health – critical commentary. *Ann Leis Res* [Internet]. 2020 [acesso em 24 abr 2023];24(3):283–94. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/11745398.2020.1767664>
- Cruz SR, Carmo GT. Student satisfaction: a study of subjective welfare in inter-relations. *Interdiscip Sci J* [Internet]. 2019 [acesso em 12 jun 2021]; 6:115–39.
- Braga IF, Santos ARB. Concepções de Lazer sob a Perspectiva dos Adultos. *LICERE - Rev do Programa Pós-graduação Interdiscip em Estud do Lazer* [Internet]. 2019 [acesso em 12 jun 2021]; 24;22(4):285–316. Disponível em: <https://doi.org/10.35699/1981-3171.2019.16270>.
- Maciel MG, Saraiva LAS, Martins JCO. Semelhanças e Especificidades entre os Estudos do Ócio e os Estudos do Lazer. *Rev Subjetividades* [Internet]. 2018 [acesso em 12 jun 2021];18(2):13. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.5020/23590777.rs.v18i2.6745>.
- Ruidiaz-Gómez KS, Cacante-Caballero JV. Desenvolvimento histórico do conceito de Qualidade de Vida: uma revisão da literatura. *Revista Ciencia y Cuidado* [Internet]. 2021 [acesso em 24 de abril de 2023];18(3):86–99. Disponível em: <https://revistas.ufps.edu.co/index.php/cienciaycuidado/article/view/2539/3596>.
- Vieira JL, Romera LA, Lima MCP. Lazer entre universitários da área da saúde: revisão de literatura. *Cien Saude Colet* [Internet]. 2018 [acesso em 12 jun 2021]; 23(12):4221–9. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-812320182312.31012016>.
- Souza MR de, Caldas TCG, De Antoni C. Fatores de adoecimento dos estudantes da área da saúde: uma revisão sistemática. *Psicol e Saúde em Debate* [Internet]. 2017 [acesso em 12 jun 2021] 11;3(1):99–126. Disponível em: <https://doi.org/10.22289/2446-922X.V3N1A8>.
- Hirsch CD, Barlem ELD, Almeida LK, Tomaschewski-Barlem JG, Lunardi VL, Ramos AM. Fatores percebidos pelos acadêmicos de enfermagem como desencadeadores do estresse no ambiente formativo. *Texto Context - Enferm* [Internet]. 2018 [acesso em 12 jun 2021] 5;27(1). Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0104-07072018000370014>.
- Yosetake AL, Camargo IML, Luchesi LB, Teixeira CAB. Estresse percebido em graduandos de enfermagem. *SMAD, Rev eletrônica saúde Ment alcool Drog* [Internet]. 2018 [acesso em 12 jun 2021];14(2):117–24. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2018.000336>.
- Grether EO, Becker MC, Menezes HM, Nunes CRO. Prevalência de Transtornos Mentais Comuns entre Estudantes de Medicina da Universidade Regional de Blumenau (SC). *Rev Bras Educ Med* [Internet]. 2019 [acesso em 12 jun 2021]; 43(1 suppl 1):276–85. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1981-5271v43suplemento1-20180260>.
- Zhang J, Zheng Y. How do academic stress and leisure activities influence college students' emotional well-being? A daily diary investigation. *J Adolesc* [Internet]. 2017 [acesso em 12 jun 2021]; 60:114–8. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.08.003>.
- Carvalho ALDS, Valente GSC. O estilo de vida dos estudantes de enfermagem pelo mundo. *Enferm Bras* [Internet]. 2019 Nov [acesso em 12 jun 2021];18(5):691. Available from: <http://doi.org/10.33233/eb.v18i5.2753>.
- Pereira MO, Pinho PH, Cortes JM. Qualidade de vida: percepção de discentes de graduação em enfermagem. *J Nurs Heal* [Internet]. 2016 [acesso em 12 jun 2021] 6(2):321–33. Disponível em: <https://doi.org/10.15210/jonah.v6i2.5780>.
- Malta M, Cardoso LO, Bastos FI, Magnanini MMF, Silva CMFP. Iniciativa STROBE: subsídios para a comunicação de estudos observacionais [Internet]. Vol. 44, *Rev Saúde Pública*. 2010 [acesso em 12

- jun 2021]. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0034-89102010000300021>.
16. Cunha JA. Manual da versão em português das Escalas Beck. Casa do Ps. São Paulo; 2001.
  17. Gorenstein C, Andrade LHSG de. Inventário de depressão de Beck: propriedades psicometricas da versão em português. Rev Psiquiatr clín (São Paulo) [Internet]. 1998 [acesso em 12 jun 2021];25(5):250. Disponível em: <http://www.hcnet.usp.br/ipq/revista/vol25/n5/depre255b.htm>
  18. Scalco GP, Abegg C, Celeste RK. Avaliação da adaptação transcultural da versão brasileira da Escala de Senso de Coerência: uma revisão sistemática. Cad Saúde Coletiva [Internet]. 2020 [acesso em 24 abr 2023]; 28:311–24. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1414-462X202028020053>.
  19. Yaşartürk F. Analysis of the Relationship Between the Academic Self-Efficacy and Leisure Satisfaction Levels of University Students. Journal of Education and Training Studies [Internet]. 2019. [acesso em 24 abr 2023];7(3):106-15. Disponível em: <https://doi.org/10.11114/jets.v7i3.3988>
  20. Nagata, S, McCormick, B, Piatt, J. Leisure behavior and sense of coherence in the context of depression. J Community Psychol. [Internet]. 2020 [acesso em 24 abr 2023]; 48: 283– 301. Disponível em: <https://doi.org/10.1002/jcop.22250>
  21. Cosma A, Pavelka J, Badura P. Leisure time use and adolescent mental well-being: Insights from the COVID-19 Czech spring lockdown. Int J Environ Res Public Health 2021;18:12812. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/IJERPH182312812/S1>.
  22. Araújo MFS, Lopes XFM, Azevedo CVM, Dantas DS, Souza JC. Sleep quality and daytime sleepiness in university students: prevalence and association with social determinants. Rev Bras Educ Med. 2021 [acesso em 12 jun 2021]; 45(2). Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1981-5271v45.2-20200182>.
  23. Van Someren EJW. Brain mechanisms of insomnia: new perspectives on causes and consequences. Physiol Rev [Internet]. 2021. [acesso em 24 abr 2023]; 101(3):995–1046. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32790576/>
  24. Dederichs M, Weber J, Muth T, Angerer P, Loerbroks A. Students' perspectives on interventions to reduce stress in medical school: A qualitative study. PLoS One. 2020 [acesso em 12 jun 2021];15(10 October). Disponível em: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0240587>.
  25. Tokay Argan M, Mersin S. Life satisfaction, life quality, and leisure satisfaction in health professionals. Perspect Psychiatr Care [Internet]. 2021. [acesso em 24 abr 2023];57(2):660–6. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/ppc.12592>

Recebido: 23 de agosto de 2022

Aprovado: 31 de maio de 2023

Publicado: 26 de julho de 2023



A Revista Baiana de Enfermagem utiliza a Licença Creative Commons - Atribuição-NãoComercial 4.0 Internacional. <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0>

Este artigo é de acesso aberto distribuído sob os termos da Licença Creative Commons (CC BY-NC) Esta licença permite que outros remixem, adaptem e criem a partir do seu trabalho para fins não comerciais. Embora os novos trabalhos tenham de lhe atribuir o devido crédito e não possam ser usados para fins comerciais, os usuários não têm de licenciar esses trabalhos derivados sob os mesmos termos.: