



FACULDADE DE MEDICINA DA UNIVERSIDADE DE COIMBRA

MESTRADO INTEGRADO EM MEDICINA – TRABALHO FINAL

ANA SOFIA DIAS AVEIRO

***Álcool e Qualidade de Vida na População Universitária
de Coimbra***

ARTIGO CIENTÍFICO

ÁREA CIENTÍFICA DE CLÍNICA GERAL

Trabalho realizado sob a orientação de:
PROFESSOR DOUTOR LUIZ MIGUEL SANTIAGO
PROFESSOR DOUTOR CARLOS BRAZ SARAIVA

MARÇO/2018

Faculdade de Medicina da Universidade de Coimbra

*Álcool e Qualidade de Vida na População
Universitária de Coimbra*

Ana Sofia Dias Aveiro¹

Trabalho realizado sob a orientação de:

Professor Doutor Luiz Miguel Santiago²

Professor Doutor Carlos Braz Saraiva³

1. Mestrado Integrado em Medicina – Faculdade de Medicina, Universidade de Coimbra, Portugal
2. Assistente Graduado Sénior em Medicina Geral e Familiar; Professor Associado, com Agregação - Faculdade de Medicina, Universidade de Coimbra, Portugal
3. Assistente Graduado Sénior em Psiquiatria; Professor Associado, com Agregação - Faculdade de Medicina, Universidade de Coimbra, Portugal

Endereço eletrónico: anasofiaaveiro@gmail.com

Índice

ÍNDICE DE ABREVIATURAS.....	4
RESUMO.....	5
ABSTRACT.....	7
INTRODUÇÃO.....	9
MATERIAIS E MÉTODOS	12
RESULTADOS	14
DISCUSSÃO.....	19
CONCLUSÃO.....	25
AGRADECIMENTOS	26
REFERÊNCIAS.....	27
ANEXOS.....	29
ANEXO I: DESCRIÇÃO DO ESTUDO E QUESTIONÁRIO EPIDEMIOLÓGICO	29
ANEXO II: AUDIT-C (<i>ALCOHOL USE DISORDERS IDENTIFICATION TEST</i>)	32
ANEXO III: EQ-5D (<i>EUROQOL-5 DIMENSIONS</i>).....	33

Índice de Abreviaturas

AAC: Associação Académica de Coimbra

AUDIT-C: *Alcohol Use Disorders Identification Test - Consumption*

EQ-5D: *EuroQol-5 Dimensions*

EQ-VAS: *EuroQol-Visual Analogue Scale*

QdVRS: Qualidade de Vida Relacionada com a Saúde

UC: Universidade de Coimbra

Resumo

Introdução: O consumo excessivo de álcool tem sido referido como fator de impacto na qualidade de vida dos estudantes universitários sendo, contudo, tema pouco investigado na população universitária de Coimbra.

Objetivos: Compreender a relação entre o consumo de bebidas alcoólicas e a qualidade de vida relacionada com a saúde na população universitária de Coimbra.

Material e Métodos: Estudo observacional, com intenção analítica, em amostra de 317 estudantes de diferentes faculdades da Universidade de Coimbra, de idade igual ou superior a dezoito anos. Realizou-se inquérito epidemiológico inicial (idade, sexo, faculdade, satisfação com a vida curricular e satisfação com a vida extracurricular) e aplicaram-se os questionários *Alcohol Use Disorders Identification Test – Consumption* (AUDIT-C) (para estudo do consumo de álcool) e *EuroQol-5 Dimensions* (EQ -5D) (para avaliação a qualidade de vida relacionada com a saúde), ambos validados para a população portuguesa. A aplicação decorreu *on-line*, por divulgação efetuada pelos vários Núcleos de Estudantes e Secções da Associação Académica de Coimbra (AAC), entre 31 de outubro e 31 de dezembro de 2017. Realizou-se estatística descritiva e inferencial paramétrica e não-paramétrica.

Resultados: Na amostra de $n=317$, 75,1% dos estudantes apresenta um consumo excessivo de álcool. Não se verificaram diferenças significativas de consumo excessivo entre o sexo masculino e o sexo feminino (79,2% vs 73,3%; $p=0,167$). O questionário EQ-5D mostrou que 55,8% dos indivíduos apresenta uma auto perceção de qualidade de vida relacionada com a saúde (QdVRS) boa. Contudo, mais de um terço dos estudantes revelou sintomatologia de ansiedade e/ou depressão. Não se verificou associação estatisticamente significativa entre a qualidade de vida e o consumo excessivo de álcool ($p = 0,359$).

Discussão: O consumo excessivo de álcool não se mostrou estar relacionado com a QdVRS, o que eventualmente poderá ser justificado pela curta duração da exposição, dos jovens estudantes, aos efeitos nocivos do consumo de álcool. Estudos posteriores são necessários para esclarecer esta associação.

Conclusão: Apesar de não se ter identificado associação entre a QdVRS e o consumo excessivo de álcool, a prevenção do desenvolvimento de dependências e o combate ao consumo nocivo de álcool, numa idade jovem, poderão ter impacto na qualidade de vida futura do indivíduo, tratando-se de uma questão relevante a aprofundar.

Palavras-Chave: Consumo de álcool na Universidade; Estudantes; Adulto jovem; Qualidade de Vida.

Abstract

Background: Excessive alcohol consumption has been referred to as having a negative impact in the quality of life among university students; being, however, object of very few studies among the university campus of Coimbra.

Aim: To understand the relationship between consumption of alcoholic beverages and health-related quality of life among university students in Coimbra.

Material and Methods: Observational study, with analytic intention, in a sample of 317 students from the different faculties of the University of Coimbra, aged 18 or over. An initial epidemiologic inquiry was carried out (age, gender, faculty, satisfaction with academic life and satisfaction with extra-curricular life) and the questionnaire *Alcohol Use Disorders Identification Test – Consumption* (AUDIT-C) (to study the consumption of alcohol) as well as the validated questionnaire *EuroQol-5 Dimensions* (EQ-5D) (to assess health-related quality of life) were taken, both validated for the Portuguese population. The questionnaires were administered online, with the support of the Students Council and Associação Académica de Coimbra sections, between 31 October and 31 December 2017. Descriptive and inferential parametric and non-parametric statistic was conducted.

Results: In the sample of $n=317$, 75.1% of students reported excessive alcohol consumption. There were no significant gender differences in drinking patterns between male and female (79.2% vs 73.3%; $p=0,167$). EQ-5D questionnaire showed that 55.8% of the subjects have a good self-perception of health-related quality of life. However, over one-third of the students exhibited symptoms of anxiety and/or depression. There was no statistically significant correlation between quality of life and excessive alcohol consumption verified ($p=0,359$).

Discussion: Excessive alcohol consumption did not prove to be connected to health-related quality of life, which might be due to the short period of exposure of students to the adverse effects of alcohol use. Future research would be necessary to clarify this.

Conclusion: Even though a clear relation between health-related quality of life and excessive alcohol consumption couldn't be established, preventing the development of dependencies and fighting harmful drinking patterns among young people might have impact in the future quality of life of the subject, thus being an important objective for future research.

Keywords: Alcohol Drinking, Universities, Students, Young Adult, Quality of Life.

Introdução

O alcoolismo é um problema de saúde pública transversal a diferentes países, sendo a Europa o continente onde o consumo de álcool *per capita* é maior.^{1,2}

Os problemas associados ao consumo de álcool ocorrem em diferentes faixas etárias e diferentes estratos socioeconómicos. Entre os adolescentes e jovens-adultos, o consumo excessivo de álcool é um problema que tem aumentado na Europa.³ Estudos revelam que cerca de dois terços dos estudantes universitários apresentam um consumo abusivo de álcool,² sendo esse consumo maior nos países desenvolvidos, com cerca de 10% em provável dependência alcoólica.⁴ Apesar de pouco consensual, na literatura internacional não se verificam diferenças entre padrões de consumo de álcool segundo o género.²

Em Portugal, a maior substância de abuso entre os adolescentes e jovens adultos é o álcool,⁵ verificando-se níveis de consumo superiores nos indivíduos do sexo masculino.^{5,6} Os padrões de consumo entre os jovens portugueses, à semelhança do que se verifica noutros países desenvolvidos, têm vindo a ser alvo de estudo, com especial destaque para o *binge drinking* (definido frequentemente como o consumo de cinco ou mais bebidas contendo álcool pelo sexo masculino ou quatro ou mais bebidas pelo sexo feminino, num curto período de tempo, de forma ocasional).⁵ Tem-se verificado, também, um início do consumo de álcool cada vez mais precoce,³ com uma grande percentagem de jovens a iniciar o consumo de bebidas alcoólicas antes dos quinze anos de idade,⁵ aspeto que tem levantado preocupação, dado o impacto negativo do consumo de álcool no desenvolvimento psíquico e físico da pessoa.

O consumo de álcool entre os estudantes universitários portugueses constitui também um grave problema de saúde. Em estudos anteriores, a grande maioria (94%) dos estudantes do Ensino Superior da Universidade de Coimbra (UC) revela consumir álcool regularmente.⁶

O álcool é uma substância legal e socialmente aceita,⁵ cujo consumo pode interferir com a vida social, profissional e familiar do indivíduo. É causadora de dependência e tem um impacto negativo na saúde, sendo responsável por cerca de 3,3 milhões de mortes a nível global e considerado o quinto fator de risco para morte prematura no mundo.⁴

A qualidade de vida do indivíduo é influenciada por uma grande variedade de fatores, entre os quais se destacam a saúde física e psíquica. O consumo excessivo de álcool está frequentemente associado a uma fraca qualidade de vida relacionada com a saúde (QdVRS).⁷

A entrada no Ensino Superior acarreta novas exigências e desafios em termos académicos, sociais e interpessoais. Sabe-se que a influência dos pares e as insuficientes aptidões de interação social e relação interpessoal encorajam o consumo de álcool entre os estudantes universitários.⁴ Por outro lado, tanto o *stress* como a sintomatologia depressiva, encontram-se ligados a consumos mais significativos de bebidas alcoólicas e dependência de álcool, não se verificando esta associação quanto à frequência de consumo deste tipo de bebidas.⁸ Verifica-se ainda que o consumo e dependência de álcool se associam a fraco desempenho académico,^{9,10} a mais acidentes, a maior abandono escolar e a mais conflitos familiares.¹¹

A nível Europeu, o estudo de padrões de consumo de álcool dos estudantes universitários e suas consequências tem-se intensificado, nos últimos anos. Contudo, existem ainda poucos estudos que relacionem a QdVRS e o consumo de álcool na população universitária. Apesar da associação entre *stress*, ansiedade e depressão e o consumo de substâncias alcoólicas se encontrar largamente estudada nesta população, questões como a mobilidade do indivíduo, a capacidade de prestação de autocuidados e a autonomia na realização das atividades de vida diária, a satisfação com a vida estudantil e com a vida curricular estudantil e sua relação com o consumo de álcool, carecem de investigação. No

contexto do Ensino Superior, esta realidade permanece também pouco conhecida, em Portugal.

Assim, dado o impacto do consumo abusivo de álcool na saúde do indivíduo e dada a dimensão desta problemática entre os estudantes universitários, este trabalho tem como objetivos, compreender o padrão de consumo de álcool dos estudantes da Universidade de Coimbra, avaliar a QdVRS, perceber qual a relação entre o consumo de bebidas alcoólicas e a QdVRS e perceber de que forma é que o consumo de álcool e a qualidade de vida dos estudantes se relacionam com o grau de satisfação com a vida curricular e extracurricular.

Materiais e Métodos

Estudo observacional, com intenção analítica, na população estudantil da Universidade de Coimbra (UC), efetuado após parecer positivo à sua realização pela Comissão de Ética da Administração Regional de Saúde do Centro e após ser assegurada a colaboração dos Núcleos de Estudantes e Secções da Associação Académica de Coimbra (AAC).

Para o estudo foi elaborado um questionário, utilizando a aplicação “Google Formulários”. O questionário foi divulgado via *on-line*, pelos vários Núcleos de Estudantes e Secções da AAC, entre 31 de outubro e 31 de dezembro de 2017.

O universo ou população deste estudo é toda a população universitária de Coimbra. A amostra é constituída por estudantes das diferentes faculdades da UC (Ciências do Desporto e Educação Física, Ciências e Tecnologia, Direito, Economia, Farmácia, Letras, Medicina, Psicologia e Ciências da Educação), com idade igual ou superior a dezoito anos.

Foi calculado o tamanho da amostra para uma população de 16000 estudantes, como sendo de 272, para um intervalo de confiança de 90% e uma margem de erro de 5%, numa proporção de resposta de 20%.

Para garantir a precisão e rigor dos resultados, os participantes foram informados sobre o carácter anónimo, confidencial e voluntário, do preenchimento do questionário. Assim, foi apresentado um consentimento informado inicial, que só tornou possível a continuação do preenchimento do questionário referido mediante a concordância do indivíduo em participar. Para evitar duplicações de respondentes foram solicitados os dois últimos algarismos do Cartão de Cidadão, bem como as primeira e últimas letras do apelido dos participantes.

O questionário utilizado apresenta um inquérito epidemiológico inicial (Anexo I) onde são questionados os parâmetros: idade, sexo, faculdade, satisfação com a vida curricular e satisfação com a vida extracurricular.

A segunda parte do questionário é constituída pela versão portuguesa do questionário *Alcohol Use Disorders Identification Test – Consumption* (AUDIT-C) (Anexo II), uma versão reduzida do questionário AUDIT. O questionário AUDIT-C identifica indivíduos em risco de consumo excessivo de álcool,¹² utilizando três questões: “Com que frequência consome bebidas que contêm álcool?”, “Quando bebe, quantas bebidas contendo álcool consome num dia normal?” e “Com que frequência consome 6 bebidas ou mais numa única ocasião?”. Cada questão tem cinco respostas às quais é atribuída uma pontuação de 0 a 4. Quando a soma das pontuações é igual ou superior a cinco nos homens e igual ou superior a quatro nas mulheres estamos perante consumo excessivo de álcool. A pontuação total varia de 0 a 12 pontos.

Foi ainda utilizada a versão portuguesa do questionário *EuroQol-5 Dimensions* (EQ - 5D) (Anexo III). Este questionário permite avaliar a QdVRS e é constituído por cinco dimensões: “Mobilidade”, “Cuidados pessoais”, “Atividades habituais”, “Dor / Mal Estar” e “Ansiedade/ Depressão”.¹³ Cada dimensão é constituída por três níveis de resposta, estando o nível 1 associado a ausência de problemas e o nível 3 associado a problemas severos e, portanto, a pior QdVRS. Está definido um limite de corte para a população portuguesa de 0,758. O questionário termina com a questão: “Comparado com o meu nível geral de saúde durante os últimos 12 meses, o meu estado de saúde hoje é” – “Melhor” (nível 1), “O mesmo” (nível 2) ou “Pior” (nível 3). A escala visual analógica, *EuroQol-Visual Analogue Scale* (EQ-VAS), não foi aplicada.

A análise estatística foi efetuada com recurso ao *software IBM SPSS Statistics* versão 24.

As variáveis qualitativas foram descritas pelas frequências absolutas e relativas. Para avaliar a associação entre variáveis qualitativas aplicou-se o teste do Qui-quadrado para a independência. Para testar a relação de variáveis ordinais entre dois grupos recorreu-se ao teste U de Mann-Whitney. O nível de significância adotado no estudo foi 0,05.

Resultados

Foram obtidas, no total, 317 respostas ao questionário aplicado. Todos os questionários foram considerados válidos para efeitos estatísticos. O tamanho da amostra calculado necessário era de 272, sendo, portanto, a amostra obtida adequada (n=317).

A média das idades foi de 21,5±3,1 anos, com a idade mínima registada de 18 anos e a idade máxima de 43 anos.

Na distribuição de respostas por sexos obtiveram-se 96 (30,3%) respostas de estudantes do sexo masculino e 221 (69,7%) respostas de estudantes do sexo feminino.

Segundo a Tabela 1 e quanto à satisfação com a vida curricular, a maioria dos estudantes respondeu “Muito Bom” (50; 15,8%) ou “Bom” (202; 63,7%). Quanto à satisfação com a vida extracurricular, a maioria dos estudantes respondeu também “Muito Bom” (93; 29,3%) ou “Bom” (165; 52,1%).

Tabela 1 – Satisfação com a Vida Curricular e Satisfação com a Vida Extracurricular por Sexo, na amostra.

		Masculino		Feminino		Total	
		n	%	n	%	n	%
Satisfação com a Vida Curricular	Muito Bom	18	18,8	32	14,5	50	15,8
	Bom	60	62,5	142	64,3	202	63,7
	Razoável	16	16,7	42	19,0	58	18,3
	Fraco	2	2,1	5	2,3	7	2,2
	Total	96	100,0	221	100,0	317	100,0
Satisfação com a Vida Extracurricular	Muito Bom	34	35,4	59	26,7	93	29,3
	Bom	44	45,8	121	54,8	165	52,1
	Razoável	14	14,6	34	15,4	48	15,1
	Fraco	4	4,2	7	3,2	11	3,5
	Total	96	100,0	221	100,0	317	100,0

Relativamente à frequência de consumo de bebidas alcoólicas, 8,2% dos indivíduos revelaram nunca consumir álcool. Verificou-se, ainda, que 30,6% dos indivíduos consomem bebidas alcoólicas uma vez por mês ou menos, 44,5% duas a quatro vezes por mês, 15,5% duas a três vezes por semana e 1,3% quatro ou mais vezes por semana.

Na segunda questão do AUDIT-C, verificou-se que apenas 6,3% dos estudantes assumiram que, quando bebem, num dia normal, consomem uma ou duas bebidas alcoólicas. De entre os restantes estudantes, 39,1% referiu consumir cerca de três ou quatro bebidas contendo álcool, 26,8 % entre cinco e seis bebidas, 16,4% sete a nove bebidas e 6% dez ou mais bebidas.

Observou-se ainda que apenas 1,9% dos indivíduos referiu nunca consumir seis ou mais bebidas numa única ocasião. Assim, 30,6% dos estudantes referiram praticar este tipo de consumo uma vez por mês ou menos, 43,8% duas a quatro vezes por mês, 21,1% duas a três vezes por semana e 2,5% quatro ou mais vezes por semana.

Com a aplicação do questionário AUDIT-C, verificou-se, ainda, que 75,1% (238) dos estudantes apresenta um consumo excessivo de álcool, não se encontrando diferenças estatisticamente significativas de consumo excessivo de álcool entre o sexo masculino e o sexo feminino (79,2% vs 73,3% de consumo excessivo, respetivamente; $p=0,167$).

Relativamente à satisfação com a vida curricular e segundo a Tabela 2, apresentam um consumo excessivo de álcool 70,0% dos indivíduos que responderam “Muito bom”, 75,7% dos indivíduos que responderam “Bom”, 75,9% dos que responderam “Razoável” e 85,7% dos que responderam “Fraco”. A satisfação com a vida curricular não apresentou diferença com significado estatístico relativamente ao consumo excessivo de álcool ($p=0,407$).

Tabela 2 – Consumo de Álcool em função da Satisfação com a Vida Curricular.

	Satisfação com a Vida Curricular										<i>p</i>
	Muito Bom		Bom		Razoável		Fraco		Total		
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	
Consumo Normal	15	30,0	49	24,3	14	24,1	1	14,3	79	24,9	
Consumo Excessivo	35	70,0	153	75,7	44	75,9	6	85,7	238	75,1	0,407
Total	50	100,0	202	100,0	58	100,0	7	100,0	317	100,0	

Tendo em conta a satisfação com a vida extracurricular e segundo a Tabela 3, verificou-se consumo excessivo de álcool em 83,9% dos indivíduos que responderam “Muito bom” e 73,9% dos estudantes que responderam “Bom”. Observaram-se, também, maiores índices de consumo excessivo de álcool em estudantes com maior satisfação com a vida extracurricular ($p=0,004$).

Tabela 3 – Consumo de Álcool em função da Satisfação com a Vida Extracurricular.

	Satisfação com a Vida Extracurricular										<i>p</i>
	Muito Bom		Bom		Razoável		Fraco		Total		
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	
Consumo Normal	15	16,1	43	26,1	16	33,3	5	45,5	79	24,9	0,004
Consumo Excessivo	78	83,9	122	73,9	32	66,7	6	54,5	238	75,1	
Total	93	100,0	165	100,0	48	100,0	11	100,0	317	100,0	

A aplicação do questionário EQ-5D revelou que 55,8% (177) dos indivíduos apresenta uma auto percepção de QdVRS boa. Verificou-se que 65,6% (63) dos estudantes do sexo masculino e 51,6% (114) das estudantes do sexo feminino têm um questionário EQ-5D compatível com boa qualidade de vida, sendo tal significativamente estatístico (Tabela 4).

Tabela 4 – Qualidade de Vida por Sexo, na amostra.

		Masculino		Feminino		Total		<i>p</i>
		<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	
Qualidade de Vida	Boa	63	65,6	114	51,6	177	55,8	0,014
	Não Boa	33	34,4	107	48,4	140	44,2	
	Total	96	100,0	221	100,0	317	100,0	

Da aplicação do questionário EQ-5D verificou-se também que 5 (1,6%) estudantes apresentam problemas ligeiros de mobilidade (nível 2). Dois estudantes (0,6%) revelaram ter alguns problemas na prestação de cuidados pessoais (nível 2) e 9 (2,8%) revelaram ter alguns problemas na realização das atividades habituais (nível 2). Relativamente à dor/mal-estar, 42

estudantes (13,2%) referiram ter dores ou mal-estar moderados (nível 2). Os restantes estudantes afirmaram não ter qualquer problema nestas quatro dimensões (nível 1). Na dimensão ansiedade e depressão, 11 estudantes (3,5%) revelaram estar extremamente ansiosos/deprimidos (nível 3), 112 (35,3%) moderadamente ansiosos/deprimidos (nível 2) e 194 (61,2%) negaram sentir-se ansiosos ou deprimidos (nível 1).

Em comparação com os doze meses anteriores, 44 (13,9%) estudantes consideram que o seu estado de saúde é melhor, 247 (77,9%) estudantes consideram que o seu estado de saúde se encontra igual e 26 (8,2%) consideram que o seu estado de saúde piorou. Não se verificou relação estatisticamente significativa entre a auto percepção do estado de saúde e a existência de consumo excessivo de álcool ($p=0,897$).

Segundo a Tabela 5, verificou-se que 74,0% dos indivíduos com boa qualidade de vida apresentam consumo excessivo de álcool. Não se verificou associação estatisticamente significativa entre a qualidade de vida e o consumo excessivo de álcool ($p=0,359$).

Tabela 5 – Consumo de Álcool em função da Qualidade de Vida.

	Qualidade de Vida Boa		Qualidade de Vida não Boa		Total		<i>p</i>
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	
Consumo Normal	46	26,0	33	23,6	79	24,9	0,359
Consumo Excessivo	131	74,0	107	76,4	238	75,1	
Total	177	100,0	140	100,0	317	100,0	

Segundo a Tabela 6, existe associação estatisticamente significativa entre a satisfação com a vida curricular e a qualidade de vida ($p < 0,001$). Indivíduos mais satisfeitos com o seu desempenho académico têm melhor percepção da QdVRS. O mesmo se verifica relativamente à satisfação com a vida extracurricular.

Tabela 6 – Satisfação com a Vida Curricular e Satisfação com a Vida Extracurricular em função da Qualidade de Vida.

		Qualidade de Vida Boa		Qualidade de Vida Não Boa		Total		<i>p</i>
		<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	
Satisfação com a Vida Curricular	Muito Bom	38	21,5	12	8,6	50	15,8	<0,001
	Bom	121	68,4	81	57,9	202	63,7	
	Razoável	18	10,2	40	28,6	58	18,3	
	Fraco	0	0,0	7	5,0	7	2,2	
	Total	177	100,0	140	100,0	317	100,0	
Satisfação com a Vida Extracurricular	Muito Bom	74	41,8	19	13,6	93	29,3	<0,001
	Bom	87	49,2	78	55,7	165	52,1	
	Razoável	15	8,5	33	23,6	48	15,1	
	Fraco	1	0,6	10	7,1	11	3,5	
	Total	177	100,0	140	100,0	317	100,0	

Discussão

Os resultados obtidos resultaram do preenchimento de um questionário divulgado via *on-line* pelos diferentes núcleos de estudantes e secções da AAC. Assim, deve-se ter em atenção que, apesar da amostra ser representativa do tamanho da população pela sua dimensão, as respostas aos questionários dependeram da disponibilidade e vontade dos estudantes em participar no estudo.

Quanto à distribuição das respostas por sexo, a maioria foram dadas pelo sexo feminino. De facto, o número de estudantes matriculados no presente ano letivo, no Ensino Superior Público Universitário em Coimbra (Escolas Superiores e Faculdades), foi de 21692, com 12298 (56,7%) estudantes do sexo feminino e 9394 (43,3%) estudantes do sexo masculino,¹⁴ o que poderá eventualmente justificar a distribuição, segundo o género, das respostas obtidas. Qual a razão exata pela qual o sexo masculino menos responde carece de posterior investigação desde já se apontando razões como menor disponibilidade, menor vontade de se expor ou mesmo menor reconhecimento do problema por valorizar o álcool como forma de socialização.

Neste estudo, observou-se, também, que a grande maioria dos estudantes, avaliou a sua vida curricular e extracurricular como boa ou muito boa.

Na verdade, devemos ter em atenção a metodologia do estudo, que não é aleatória. Mas para tal o ser, teria de haver conhecimento das pessoas, o que pelo protocolo de trabalho aprovado não era possível.

Quanto ao consumo de álcool, a primeira questão do AUDIT-C, tem como objetivo avaliar a frequência do consumo, sendo que, neste estudo, a grande maioria dos estudantes respondeu consumir álcool quatro vezes ou menos por mês. Verificou-se também que 8,2% dos indivíduos responderam nunca consumir álcool, o que é concordante com a literatura

(11%).¹⁵ Contudo, na resposta à segunda questão deste questionário, que avalia o número de bebidas consumidas num dia normal, os resultados são superiores ao desejável, pois a quantidade máxima diária de álcool recomendada para um adulto é de duas bebidas padrão (20 gramas de álcool puro) para o sexo masculino (18-64 anos) e de uma bebida padrão para o sexo feminino (qualquer que seja a idade)¹² e, neste caso, as respostas mais dadas foram “3 ou 4” e “5 ou 6”. Tendo, em conta as respostas à última questão do AUDIT-C, verifica-se que a frequência de consumo de grandes quantidades de álcool numa única ocasião é importante. Estes resultados alertam para o facto de que, nos estudantes universitários da UC, o padrão de consumo em *binge drinking* (consumo excessivo de álcool episódico) pode ser uma realidade frequente e eventualmente preocupante. Sabe-se que tanto a frequência como intensidade do *binge drinking*, têm consequências nocivas para a saúde, afetando a QdVRS.¹⁵ Assim, no futuro, o estudo mais aprofundado deste consumo excessivo de álcool episódico, nomeadamente quanto à sua frequência, tipo de bebidas ingeridas e consequências na qualidade de vida do indivíduo, poderá ser relevante.

Neste estudo, verificou-se uma percentagem de consumo excessivo de álcool de 75,1%, que é mais elevada que num estudo anterior em que foram avaliados os padrões de consumo de álcool na população universitária de Coimbra (75,1% *versus* 36,8%).⁶ Contudo, este aumento do consumo de álcool pelos estudantes universitários, durante os últimos anos, também se tem verificado na literatura. Para além disso, as percentagens de consumo excessivo verificadas, neste estudo, encontram-se próximas do observado em estudos anteriores em que cerca de dois terços dos estudantes universitários apresentam consumo nocivo de álcool.^{2,15}

Relativamente ao sexo, a literatura refere que os estudantes universitários da UC do sexo masculino consomem um maior número de bebidas alcoólicas.⁶ A nível internacional, tem-se verificado uma atenuação das diferenças nos padrões de consumo de álcool, entre o

sexo masculino e o sexo feminino.² No presente estudo, não se observam diferenças estatisticamente significativas de consumo excessivo de álcool entre o sexo masculino e o sexo feminino, o que é concordante com a literatura.²

Quanto à satisfação com a vida curricular, verificou-se que, apesar de o consumo excessivo ser maior em indivíduos com menor satisfação com a vida curricular, essa diferença não é estatisticamente significativa. Do mesmo modo, a literatura sugere que o consumo frequente de cinco ou mais bebidas alcoólicas numa única ocasião se associa a fraco desempenho académico⁹ e que indivíduos com bom rendimento académico têm menor risco de consumo abusivo de substâncias alcoólicas.^{4,11}

Por outro lado, neste estudo, maior satisfação com a vida extracurricular associa-se a maiores índices de consumo excessivo de álcool. Uma possível interpretação deste resultado passa por ter em consideração as tradições académicas e estilos de vida dos estudantes de Coimbra. As diversas festividades de integração de novos estudantes e eventos que promovem o convívio poderão traduzir-se em maior satisfação com a vida extracurricular, mas também em níveis de consumo de álcool mais elevados. Estudos para tentar compreender esta associação são necessários. Sabe-se, contudo, que a pressão de pares encoraja e potencia o desenvolvimento de problemas relacionados com o álcool e que os eventos sociais promovem o consumo de bebidas alcoólicas.⁴ Um estudo anterior, revelou ainda que estudantes que mais frequentemente experienciam situações de embriaguez, pertencem a famílias de maior poder socioeconómico e vivem sozinhos.⁷

E a todo este ambiente não será alheio o patrocínio de marcas de bebidas alcoólicas, em particular de cervejeiras.

A aplicação do questionário EQ-5D permitiu concluir que a maioria dos estudantes tem uma boa QdVRS, sendo que o sexo masculino apresenta melhor auto percepção de

QdVRS do que o sexo feminino, o que é concordante com a literatura.¹⁰ Será assim interessante estudar que ou quais razões podem explicar esta diferença na QdVRS entre sexos.

Quanto à aplicação do questionário EQ-5D, é ainda relevante discutir os resultados obtidos na dimensão ansiedade e depressão. Observou-se que 3,5% dos estudantes da UC consideraram estar extremamente ansiosos/deprimidos e 35,3% moderadamente ansiosos/deprimidos. A literatura refere que existe uma associação entre depressão e o consumo nocivo de álcool, em que o alcoolismo poderá ser uma causa, mas também uma consequência de estados depressivos.⁸ É também relatada uma associação entre os níveis de consumo de álcool e a ansiedade patológica, com maior probabilidade de desenvolvimento desta sintomatologia para consumos mais acentuados de álcool.¹⁶ Uma avaliação mais detalhada dos motivos causadores de ansiedade e depressão nos estudantes da UC é necessária até para perceber a sua ligação ao consumo de álcool.

Um estudo anterior refere que existe uma relação, que apesar de não muito forte é estatisticamente significativa, entre o consumo de álcool e a QdVRS dos estudantes universitários.⁷ Estudos mencionam, também, que existe associação entre o consumo problemático de álcool a longo prazo e uma auto percepção do estado de saúde avaliada como fraca. Contudo, a frequência do consumo de álcool não se relaciona com a autoavaliação do estado de saúde, mas sim com despreocupação para com a própria saúde.¹⁰ Por outro lado, o padrão de consumo *binge drinking* tem maior impacto na QdVRS em comparação com situações em que este padrão não se verifica.¹⁵

No presente estudo, não se observou associação entre o consumo excessivo de álcool e a qualidade de vida relacionada com a saúde. Seria, portanto, relevante avaliar melhor os indivíduos com consumo excessivo de álcool com a aplicação do questionário AUDIT, a versão mais completa, de forma a melhor caracterizar os padrões de consumo dos indivíduos

que obtiveram classificação de consumo excessivo no AUDIT-C.¹² A literatura refere, ainda, que os estudantes universitários constituem no geral uma população jovem e relativamente saudável e, que portanto ainda não sofreu os efeitos adversos do consumo excessivo de álcool, podendo assim justificar a fraca associação entre estas variáveis.¹⁰ Mas as implicações futuras de tal habituação em idades jovens deverá ser alvo de estudos de tipo casos e controlos.

Como limitação do estudo, encontra-se a dificuldade de comparação dos resultados, visto que diferentes países e diferentes estudos utilizam diferentes ferramentas de “avaliação empírica” dos padrões de consumo de álcool e da QdVRS. Por outro lado, os resultados poderão ser afetados pela não utilização de uma escala que explore especificamente a QdVRS associada ao consumo de álcool.¹⁵

Outra limitação a ter em consideração consiste no escasso número de trabalhos publicados em Portugal relativamente a esta temática, o que dificulta a discussão dos resultados obtidos. Revela-se, assim, pertinente aprofundar a investigação dos padrões de consumo de álcool e suas implicações na saúde do indivíduo estudante universitário, adulto do futuro.

No presente estudo, será ainda importante ter em consideração possíveis vieses, nomeadamente viés de participação ou resposta, pois os indivíduos que apresentaram disponibilidade para colaborar com o estudo poderão ter características diferentes daqueles que não participaram. É igualmente importante considerar viés de memória, sobretudo quando os participantes são questionados sobre consumos de álcool no passado ou estados de saúde anteriores, viés de desajabilidade social, o qual foi tentado eliminar através da utilização de questionários anónimos e viés de circunstancialismo, dada a forma de divulgação do questionário, via AAC e núcleos de estudantes, a qual poderá não ter sido suficientemente abrangente. De referir ainda, que foi selecionada esta forma de divulgação do questionário,

para facilitar o acesso ao maior número de estudantes e faculdades, tornar possível a resposta ao questionário no momento mais oportuno para os estudantes e simplificar questões logísticas como a utilização de questionários em papel.

Por fim, é de salientar que este estudo se centra numa problemática atual, constantemente abordada pela imprensa e órgãos de comunicação social, com notícias como as que relatam “uma média de 90 mil copos diários no chão do recinto da Queima das Fitas”¹⁷ ou “banhos de cerveja” como “uma tradição”,¹⁸ e que, portanto, requer ser cuidadosamente acompanhada, a fim de promovermos uma sociedade mais saudável hoje e no futuro.

Conclusão

Neste estudo, a maioria dos estudantes apresenta consumo excessivo de álcool, podendo o padrão de consumo em *binge drinking* ser uma realidade entre os estudantes da UC. Diferenças de consumo entre os sexos não foram verificadas. Por outro lado, os níveis de consumo de álcool apresentam-se superiores a estudos anteriores. Assim, estes resultados, alertam para a importância de intervenções pedagógicas e de esclarecimento acerca dos efeitos nocivos do consumo de álcool, bem como promoção de atividades de socialização que não envolvam o tão elevado consumo de bebidas alcoólicas, evitando-se o nefasto efeito “bebedeira” ou intoxicação aguda etílica.

Os resultados do estudo mostraram, também, que a maioria dos estudantes apresenta uma boa QdVRS. Contudo, verificaram-se níveis preocupantes de ansiedade e/ou sintomatologia depressiva, revelando-se importante esclarecer as suas causas e encontrar formas de apoio, nesta etapa da formação académica.

Na sua maioria, os estudantes da UC apresentam boa satisfação com a vida curricular e extracurricular. Este estudo revelou que existe associação positiva entre a satisfação com a vida curricular e extracurricular e a qualidade de vida. Contudo, verificou-se que indivíduos mais satisfeitos com a sua vida extracurricular apresentam maiores índices de consumo de álcool. Uma associação significativa não se verificou para a satisfação com a vida curricular.

Por fim, apesar de, neste estudo, não se ter identificado associação entre a QdVRS e o consumo excessivo de álcool, a prevenção do desenvolvimento de dependências e o combate ao consumo nocivo de álcool, numa idade jovem, poderão ter impacto na qualidade de vida futura do indivíduo, tratando-se de uma questão relevante a aprofundar.

Agradecimentos

Agradeço ao Professor Doutor Luiz Miguel Santiago, meu orientador, por todo o apoio, disponibilidade, encorajamento, motivação e profissionalismo, do primeiro ao último dia de elaboração deste trabalho.

Agradeço ao Professor Doutor Carlos Braz Saraiva, meu coorientador, pela sua disponibilidade e auxílio na realização deste trabalho.

Agradeço aos meus pais e ao meu irmão por todo o apoio, compreensão e incentivo durante todo processo.

Muito obrigada.

Referências

1. Moure-Rodriguez L, Pineiro M, Corral Varela M, Rodriguez-Holguin S, Cadaveira F, Caamano-Isorna F. Identifying Predictors and Prevalence of Alcohol Consumption among University Students: Nine Years of Follow-Up. *PLoS One*. 2016;11.
2. Davoren MP, Demant J, Shiely F, Perry IJ. Alcohol consumption among university students in Ireland and the United Kingdom from 2002 to 2014: a systematic review. *BMC Public Health*. 2016 Feb;16:173.
3. Carbia C, Corral M, Garcia-Moreno LM, Cadaveira F, Caamano-Isorna F. Early alcohol use and psychopathological symptoms in university students. *Psicothema*. 2016 Aug;28:247–52.
4. Mekonen T, Fekadu W, Chane T, Bitew S. Problematic Alcohol Use among University Students. *Front psychiatry*. 2017;8:86.
5. Reis A, Barros J, Fonseca C, Parreira L. Prevalência da INgestão de Álcool nos Adolescentes – Estudo PINGA. *Rev Port Clínica Geral*. 2011;27:338–46.
6. Martins, Jorge Simões; Coelho, Mariana Serra; Ferreira JA. Hábitos de consumo de álcool em estudantes do ensino superior universitário: alguns dados empíricos. *Psychologica*. 2010;53:397–411.
7. Kusic-Tepavcevic D, Gazibara T, Popovic A, Trajkovic G, Pekmezovic T. The impact of alcohol on health-related quality of life in Belgrade University students. *Am J Drug Alcohol Abuse*. 2013 Mar;39:130–5.
8. Sebena R, El Ansari W, Stock C, Orosova O, Mikolajczyk RT. Are perceived stress, depressive symptoms and religiosity associated with alcohol consumption? A survey of freshmen university students across five European countries. *Subst Abuse Treat Prev Policy*. 2012 May;7:21.

9. El Ansari W, Stock C, Mills C. Is alcohol consumption associated with poor academic achievement in university students? *Int J Prev Med*. 2013 Oct;4:1175–88.
10. Mikolajczyk RT, Sebena R, Warich J, Naydenova V, Dudziak U, Orosova O. Alcohol Drinking in University Students Matters for Their Self-Rated Health Status: A Cross-sectional Study in Three European Countries. *Front public Heal*. 2016;4:210.
11. Castano-Perez GA, Calderon-Vallejo GA. Problems associated with alcohol consumption by university students. *Rev Lat Am Enfermagem*. 2014 Oct;22:739–46.
12. George FHM. Detecção Precoce e Intervenção Breve no Consumo Excessivo de Álcool. Norma Da Direção - Geral Da Saúde. 2014.
13. Ferreira PL, Ferreira LN, Pereira LN. Contributos para a validação da versão Portuguesa do EQ-5D. *Acta Med Port*. 2013;26:664–75.
14. PORDATA, Base de Dados Portugal Contemporâneo [Internet]. Fundação Francisco Manuel dos Santos. 2010 [updated 2017 Oct 24; cited 2018 Mar 7]. Available from: www.pordata.pt.
15. Luquiens A, Falissard B, Aubin HJ. Students worry about the impact of alcohol on quality of life: Roles of frequency of binge drinking and drinker self-concept. *Drug Alcohol Depend*. 2016 Oct;167:42–8.
16. Tembo C, Burns S, Kalembo F. The association between levels of alcohol consumption and mental health problems and academic performance among young university students. *PLoS One*. 2017;12.
17. Alvarinhas M. "Na Queima segura-te contra os excessos". *Diário de Coimbra*. 2016 May 5; 3.
18. Silva P. "Mar de gente e banhos de cerveja em tarde quente". *Diário de Coimbra*. 2015 May 11;II.

Anexos

Anexo I: Descrição do Estudo e Questionário Epidemiológico

Álcool e Qualidade de Vida na População Universitária de Coimbra

Caro colega,

Como aluna do 6º ano do Mestrado integrado em Medicina da Faculdade de Medicina da Universidade de Coimbra, venho por este meio convidá-lo a participar no estudo referente ao tema - "Álcool e Qualidade de Vida na População Universitária de Coimbra", no contexto da elaboração do meu trabalho final de Mestrado.

O trabalho em questão pretende estudar o consumo de álcool e a qualidade de vida na população universitária de Coimbra e melhor compreender qual a relação entre ambos.

Os objetivos do estudo são:

- Explorar qual o padrão de consumo de álcool dos estudantes da Universidade de Coimbra;
- Compreender qual a qualidade de vida relacionada com a saúde dos estudantes da Universidade de Coimbra;
- Perceber qual a relação entre o consumo alcoólico e a qualidade de vida da população universitária;
- Perceber de que forma é que o consumo de álcool e a qualidade de vida dos estudantes se relacionam com o grau de satisfação na sua vida académica e não académica.

Para tal, solicitava a sua colaboração no preenchimento do questionário que se segue. O questionário é anónimo e confidencial.

A sua participação é voluntária, podendo abandonar o seu preenchimento assim que desejar. O questionário é breve não demorando mais do que 3 minutos a ser preenchido.

Ana Sofia Aveiro

*Obrigatório

Concordo com a afirmação: "Declaro que compreendi as intenções deste estudo, disponho-me a participar voluntariamente e permito o uso das minhas respostas para os fins referidos". *

Concordo

Dados do Participante

Idade* _____

Sexo*

Feminino

Masculino

Faculdade*

Ciências do Desporto e Educação Física

Ciências e Tecnologia

Direito

Economia

Farmácia

Letras

Medicina

Psicologia e Ciências da Educação

Satisfação com a Vida Curricular*

Muito Bom

Bom

Razoável

Fraco

Satisfação com a Vida Extracurricular*

Muito Bom

Bom

Razoável

Fraco

Últimos dois dígitos do Cartão de Cidadão* _____

Primeira e última letras do apelido* _____

Anexo II: AUDIT-C (Alcohol Use Disorders Identification Test).

AUDIT-C (Alcohol Use Disorders Identification Test)

AUDIT-C					
	0	1	2	3	4
1. Com que frequência consome bebidas que contêm álcool?	Nunca	1 vez por mês ou menos	2 a 4 vezes por mês	2 a 3 vezes por semana	4 ou mais por semana
2. Quando bebe, quantas bebidas contendo álcool consome num dia normal?	1 ou 2	3 ou 4	5 ou 6	7 ou 9	10 ou mais
3. Com que frequência consome 6 bebidas ou mais numa única ocasião?	Nunca	1 vez por mês ou menos	2 a 4 vezes por mês	2 a 3 vezes por semana	4 ou mais por semana
Total					

As perguntas têm uma cotação entre 0 e 4 pontos.

Os resultados expressam-se em valores entre 0 e 12. O score máximo é 12 e acima de 4 (maior ou igual a 5) no homem e acima de 3 (maior ou igual a 4) na mulher existe consumo excessivo.

No entanto, quando o score obtido decorre exclusivamente da resposta à pergunta 1, com pontuação nula nas restantes perguntas, pode assumir-se que os consumos estão dentro de valores aceitáveis, sugerindo-se a repetição do teste para confirmação, em consultas subsequentes.

Usualmente, quanto maior o score, maior a probabilidade de existirem consumos de álcool acima do recomendado.

Fonte: Adaptado de Bush K, Kivlahan DR, Mc Donnell MB, et al. The Audit alcohol consumption questions (AUDIT-C): an effective brief screening test for problem drinking. Arch Inter Med. 1998, 16: 1789-1795.

Referências bibliográficas: Nunes E, Candeias A, Mendes B, Pardal C, Fonseca J, Oliveira L, et al. Cessação tabágica: Programa-tipo de actuação. Lisboa: DGS; 2007.

Anexo III: EQ-5D (*EuroQol-5 Dimensions*).

AValiação de Ganhos em Saúde - EQ-5D

Assinale com uma cruz (assim) , um quadrado de cada um dos seguintes grupos, indicando qual das afirmações descreve melhor o seu estado de saúde hoje.

► **Mobilidade**

- Não tenho problemas em andar ₁
Tenho alguns problemas em andar ₂
Tenho de estar na cama ₃

► **Cuidados Pessoais**

- Não tenho problemas em cuidar de mim ₁
Tenho alguns problemas a lavar-me ou vestir-me ₂
Sou incapaz de me lavar ou vestir sozinho/a ₃

► **Actividades Habituais** (*ex. trabalho, estudos, actividades domésticas, actividades em família ou de lazer*)

- Não tenho problemas em desempenhar as minhas actividades habituais ₁
Tenho alguns problemas em desempenhar as minhas actividades habituais ₂
Sou incapaz de desempenhar as minhas actividades habituais ₃

► **Dor / Mal Estar**

- Não tenho dores ou mal estar ₁
Tenho dores ou mal estar moderados ₂
Tenho dores ou mal estar extremos ₃

► **Ansiedade / Depressão**

- Não estou ansioso/a ou deprimido/a ₁
Estou moderadamente ansioso/a ou deprimido/a ₂
Estou extremamente ansioso/a ou deprimido/a ₃

► **Comparado com o meu nível geral de saúde durante os últimos 12 meses, o meu estado de saúde hoje é:**

- Melhor ₁ ASSINALE O
O mesmo ₂ QUADRADO
Pior ₃ APROPRIADO