

Influência do consumo de tabaco e álcool, de hábitos alimentares e atividade física em estudantes de enfermagem*

Pedro Manuel Rodríguez-Muñoz^{1,2,3}
 <https://orcid.org/0000-0002-7933-952X>

Juan Manuel Carmona-Torres^{2,4}
 <https://orcid.org/0000-0002-7781-872X>

María Aurora Rodríguez-Borrego^{1,2}
 <https://orcid.org/0000-0002-5677-0165>

Objetivo: determinar o consumo de álcool e tabaco, os hábitos alimentares e a atividade física entre estudantes de enfermagem e verificar se o fato de ser estudante de enfermagem é fator de proteção contra estes hábitos. **Método:** utilizou-se questionário para coletar informações sobre idade, ano letivo, sexo, consumo de álcool e tabaco, atividade física e alimentação saudável. Foram entregues uma folha com informações e um termo de consentimento livre e esclarecido. A amostra foi composta por 264 estudantes com idades entre 18 e 30 anos, de quatro anos acadêmicos. **Resultados:** do total da amostra, 15,5% fumavam, 83,7% consumiam bebidas alcoólicas e 97,2% consumiam no final de semana. Um total de 68,6% não praticava exercícios, e 70,5% necessitavam de alterações na dieta. **Conclusão:** estudantes de enfermagem apresentam altos níveis de consumo de álcool e baixos níveis de tabagismo em comparação com outros estudos. Quanto maior é o ano letivo, menor é a idade em que iniciaram o consumo de tabaco. O número de homens que se exercitavam foi maior, o que é considerado fator de proteção contra o consumo de álcool e tabaco e está relacionado a uma dieta saudável. Fumar tem influência negativa na dieta. Os estudantes precisavam mudar sua dieta. Por fim, ser estudante de enfermagem não é considerado fator de proteção contra o consumo de álcool e tabaco, nem significa ter bons hábitos alimentares e praticar exercícios.

* Artigo extraído da dissertação de mestrado "Importancia del consumo de alcohol y tabaco en jóvenes estudiantes universitarios y su relación con hábitos alimenticios y práctica de actividad físico deportiva", apresentada à Universidad de Córdoba, Máster en Investigación Biomédica Traslacional, Córdoba, Córdoba, Espanha.

¹ Universidad de Córdoba, Córdoba, Espanha.

² Instituto Maimónides de Investigación Biomédica de Córdoba, Córdoba, Espanha.

³ Universidad Pontificia de Salamanca, Salamanca, Espanha.

⁴ Universidad de Castilla-La Mancha, Toledo, Espanha.

Descritores: Álcool; Tabaco; Hábitos Alimentares; Atividade Física; Estudantes Universitários; Enfermagem.

Como citar este artigo

Rodríguez-Muñoz PM, Carmona-Torres JM, Rodríguez-Borrego MA. Influence of tobacco, alcohol consumption, eating habits and physical activity in nursing students. Rev. Latino-Am. Enfermagem. 2020;28:e3230. [Access   ]; Available in:  . DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1518-8345.3198.3230>.

mês dia ano

URL

Introdução

Drogas são substâncias psicoativas que afetam a percepção, o humor, a consciência e o comportamento⁽¹⁾. As drogas com maior prevalência de consumo entre a população geral são consumidas em níveis elevados por jovens com idades entre 14 e 18 anos. Em 2013, as drogas mais consumidas foram álcool e tabaco (78% e 41%, respectivamente), seguidos por cannabis (9%)⁽²⁾. Na Espanha, bebidas alcoólicas são as substâncias psicoativas mais consumidas entre as pessoas com idades entre 15 e 64 anos⁽²⁾. Além disso, o consumo de álcool tem uma importante relação com mortalidade e doenças na Espanha⁽³⁾.

De modo geral, estudantes de ciências da saúde estão mais expostos a informações sobre os fatores de risco à saúde⁽⁴⁾. A maioria dos estudantes de enfermagem é jovem, e se tornarão futuros profissionais de saúde, e há vários fatores de proteção e de risco relacionados a consumo de álcool⁽⁵⁾. O Observatório Espanhol de Drogas e Toxicodependências⁽²⁾ realizou uma Pesquisa sobre Drogas e Álcool na Espanha (EDADES). De acordo com os resultados, das pessoas com idade entre 15 e 64 anos, 73% já consumiram tabaco, 41% o usaram no último ano, 38% fumaram no último mês e 31% o utilizaram diariamente.

Estudantes universitários apresentam alto índice de consumo de tabaco, que muitas vezes começa na adolescência e é fortalecido na universidade⁽⁶⁾. Além disso, são um grupo vulnerável no que se refere a nutrição. O período universitário é quando a maioria dos estudantes assume pela primeira vez a responsabilidade por suas dietas⁽⁷⁾. Pode-se verificar uma associação entre nutrição e consumo de substâncias psicoativas. O álcool, por exemplo, inibe a ingestão de alimentos, enquanto a cannabis a estimula. O consumo de substâncias psicoativas gera deficiência de cálcio⁽⁸⁾. O impacto do consumo de álcool no estado nutricional pode causar desnutrição primária e secundária. Além disso, o álcool interfere na absorção de nutrientes no intestino delgado⁽⁸⁾.

Segundo a Organização Mundial da Saúde⁽⁹⁾, a inatividade física é o quarto principal fator de risco para mortalidade no mundo. Exercícios físicos estão relacionados a comportamentos que melhoram a saúde e a uma autopercepção mais positiva⁽¹⁰⁾. Não se exercitar tem relação com o consumo de tabaco, álcool e outras drogas.

Pelo que pesquisamos, não há nenhum estudo recente sobre alunos de enfermagem que verifique se sua formação acadêmica atua como fator de proteção contra o consumo de tabaco e álcool, ou se estimula bons hábitos alimentares e a prática de exercícios. Por esse motivo, vale investigar se conhecimentos sobre saúde afetam esses diferentes hábitos.

O objetivo é determinar o consumo de álcool e tabaco, os hábitos alimentares e a atividade física entre estudantes de enfermagem, bem como se o fato de ser estudante de enfermagem é fator de proteção contra o consumo de tabaco e álcool; ou se estimula bons hábitos alimentares e exercícios físicos.

Método

Este estudo transversal solicitou a participação de 504 estudantes de enfermagem da Universidade de Córdoba (Espanha). Destes, 305 estudantes aceitaram o convite. A coleta de dados se deu em outubro de 2016. A faixa etária dos participantes era entre 18 e 30 anos.

Obteve-se aprovação para este estudo da Faculdade de Medicina e Enfermagem e do Comitê de Ética em Pesquisa da província de Córdoba (Lei nº 257, ref. 3291). Também fomos às salas de aula de cada curso de graduação e obtivemos permissão dos professores dos alunos. Os alunos presentes foram convidados a participar do estudo e informados sobre o procedimento. Todas as dúvidas levantadas foram respondidas, e foram entregues uma folha de informações e um termo de consentimento livre e esclarecido.

Utilizou-se questionário sociodemográfico para coletar dados pessoais sobre sexo, idade e ano letivo. Também foi utilizado questionário sobre tabaco, álcool e atividade física⁽¹¹⁾. O questionário autoaplicável é anônimo e possui perguntas diretas. Consiste em três escalas: consumo de tabaco, consumo de álcool e atividade física. As variáveis foram frequência, hora do primeiro cigarro, idade de início, histórico de consumo de tabaco e álcool de familiares ou amigos, campanhas antitabagismo, pressão social, tipo de bebida alcoólica, tipo de atividade física e passagem pela universidade. Este instrumento é útil para avaliar hábitos de vida de estudantes universitários⁽¹¹⁾.

Utilizou-se o Índice de Alimentação Saudável para a população espanhola (IASE) para determinar a qualidade da dieta da população estudada⁽¹²⁾. Este índice baseia-se na metodologia do Índice de Alimentação Saudável da América do Norte (IAS)⁽¹³⁾, e consiste de 10 variáveis que representam os grupos alimentares consumidos diariamente, semanalmente e ocasionalmente, bem como a variedade da dieta de acordo com as recomendações propostas pela Sociedade Espanhola de Nutrição Comunitária (SENC)⁽¹²⁾. A soma da pontuação de cada variável pode ser usada para classificar a dieta de uma pessoa em três categorias: "saudável", se for maior que 80; "necessita de alterações", se a pontuação for menor ou igual a 80 e maior que 50; e "inadequada", se for menor ou igual a 50^(12,14). O questionário foi aplicado em espanhol⁽¹²⁾ e em populações universitárias⁽¹⁴⁾.

Os resultados foram analisados usando o *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) v.23, um programa de análise estatística. As variáveis qualitativas são descritas como contagens (n) e porcentagens (%), e as variáveis quantitativas são indicadas como média (m) e desvio padrão da média (DP). Diferentes variáveis foram relacionadas usando o teste do χ^2 no caso de variáveis qualitativas e uma análise de variância para dados quantitativos. Todos os contrastes foram bilaterais, e, em todos os testes estatísticos, os valores foram considerados significativos se o nível de confiança fosse de 95% ($p = 0,05$).

Resultados

Inicialmente, 305 estudantes concordaram em participar do estudo, mas 28 não estavam na faixa etária e 13 não preencheram todo o questionário (apenas responderam questões sociodemográficas). Portanto, a amostra final foi composta por 264 alunos. A média de idade (DP) foi de 20,79 anos. Havia 52 participantes no primeiro ano, 58 no segundo, 59 no terceiro e 95 no último ano. A amostra consistia de 16,7% de homens e 83,3% de mulheres.

Quanto a consumo de tabaco, 84,5% dos estudantes não fumavam naquele momento, e destes 67% nunca haviam fumado; 7,2% fumavam diariamente. Dos 15,5% que fumavam, 12,5% consumiam menos de 10 cigarros por dia. No que se refere ao sexo, 20,5% dos homens e 14,6% das mulheres fumavam. 4,9% começaram a fumar entre os 13 e os 15 anos; 11,7%, entre 16 e 18 anos; e 7,2% aos 18. Nenhum aluno fumou pela primeira vez antes dos 13 anos de idade. Foram observadas diferenças significativas quanto ao ano letivo: quanto maior é o ano, menor é a idade de início do tabagismo. Entre os que estavam no último ano, 10,5% ($p = 0,037$) começaram a fumar entre os 13 e os 15 anos, enquanto

entre os que estavam no primeiro ano, ninguém começou antes dos 16. Após concluir o ensino superior, 2,7% dos estudantes de enfermagem da Universidade de Córdoba afirmam ter parado de fumar, 6,1% fumam menos, 6,4% não mudaram e 4,2% fumam mais.

Quanto ao espaço, 72,3% passavam a maior parte do dia com alguém que fuma às vezes. Foram encontradas diferenças significativas entre os alunos do segundo ano, dos quais 48,3% ($p = 0,013$) não têm contato com fumantes. Quanto à intensidade das campanhas contra o tabagismo, 47,7% a consideraram baixa, 49,6%, normal, e 2,7%, excessiva. Entre os calouros, 50% consideraram a intensidade baixa, em comparação com 37,9% dos alunos do último ano.

Quanto ao consumo de álcool, 83,7% dos estudantes de enfermagem da Universidade de Córdoba bebem. Desse percentual, 23,1% bebem um dia ou menos por mês, 48,1% bebem 2 a 4 dias por mês, 11% bebem 2 a 3 dias por semana e 1,5% bebem 4 ou mais dias por semana. O maior índice de consumo de bebidas alcoólicas foi entre estudantes do primeiro ano (93,2%; $p = 0,026$), seguidos pelos do último ano (90,5%) ($p = 0,026$). Foram encontradas diferenças significativas entre os dois últimos anos do curso de enfermagem e os dois primeiros.

97,2% dos estudantes que bebem álcool informaram que consomem maior quantidade aos finais de semana (inclusive quinta-feira). Quanto ao sexo, 75% dos homens consomem álcool, em comparação com 85,5% das mulheres. Quanto ao tipo de bebida alcoólica, 23,9% dos estudantes costumam consumir vinho, com 19,3% bebendo de 1 a 3 copos por semana. 42,8% dos estudantes geralmente consomem cerveja, com 35,6% bebendo entre 1 e 3 garrafas de tamanho médio por semana. Da amostra, 36% consomem regularmente bebidas combinadas, com 27,3% bebendo entre 1 e 3 vezes por semana. A Tabela 1 mostra o consumo de vinho, cerveja e bebidas combinadas entre os alunos por período letivo.

Tabela 1 – Características: consumo de álcool e tabaco por ano letivo (n = 264). Córdoba, ES, Espanha, 2016

| Variável | Ano Letivo | | | | Valor de p* |
|---|---------------|---------------|---------------|---------------|-------------|
| | 1º ano (n=52) | 2º ano (n=58) | 3º ano (n=59) | 4º ano (n=95) | |
| Consumo de tabaco | | | | | 0.590 |
| Não fuma, nunca fumou | 35 (67.3%) | 41 (70.7%) | 43 (72.9%) | 58 (61.1%) | |
| Não fuma, mas já fumou | 11 (21.2%) | 10 (17.2%) | 7 (11.9%) | 18 (18.9%) | |
| Fuma, mas não diariamente | 3 (5.8%) | 3 (5.2%) | 7 (11.9%) | 9 (9.5%) | |
| Fuma diariamente | 3 (5.8%) | 4 (6.9%) | 2 (3.4%) | 10 (10.5%) | |
| Número de cigarros consumidos por dia: | | | | | 0.554 |
| Menos de 10 | 6 (11.5%) | 6 (10.3%) | 7 (11.9%) | 14 (14.7%) | |
| Entre 11 e 20 | - | - | 1 (1.7%) | 3 (3.2%) | |
| Entre 21 e 30 | - | 1 (1.7%) | - | - | |
| Fumantes no espaço que frequentam: | | | | | |
| Não há fumantes no espaço que frequentam: | 10 (19.2%) | 28 (48.2%) | 15 (25.4%) | 20 (21%) | 0.013 |
| Idade de início do consumo de tabaco | | | | | 0.037 |
| Entre 13-15 anos | - | (1.7%) | (3.4%) | (10.5%) | |

(continua...)

Tabela 1 – (continuação)

| Variável | Ano Letivo | | | | Valor de p* |
|--|---------------|---------------|---------------|---------------|-------------|
| | 1º ano (n=52) | 2º ano (n=58) | 3º ano (n=59) | 4º ano (n=95) | |
| Consumo de álcool | | | | | 0.026 |
| Não bebe álcool | 14 (26.9%) | 15 (25.9%) | 4 (6.8%) | 10 (10.5%) | |
| Uma vez ou menos por mês | 7 (13.5%) | 17 (29.3%) | 15 (25.4%) | 22 (23.2%) | |
| 2-4 vezes/mês | 26 (50%) | 22 (37.9%) | 29 (49.2%) | 50 (52.6%) | |
| 2-3 vezes/semana | 5 (9.6%) | 4 (6.9%) | 10 (16.9%) | 10 (10.5%) | |
| 4 ou mais vezes/semana | - | - | 1 (1.7%) | 3 (3.2%) | |
| Dias da semana de maior consumo de álcool: | | | | | 0.003 |
| Fins de semana (incluindo quintas-feiras) | 38 (73.1%) | 38 (65.5%) | 55 (93.2%) | 79 (83.2%) | |
| Consumo usual de vinho | 11 (21.2%) | 11 (18.9%) | 15 (25.4%) | 26 (27.4%) | 0.297 |
| Consumo usual de cerveja | 16 (30.8%) | 20 (34.5%) | 30 (50.9%) | 47 (49.5%) | 0.136 |
| Consumo usual de bebidas combinadas | 20 (38.4%) | 16 (27.5%) | 23 (39%) | 36 (37.9%) | 0.335 |
| Opinião pessoal sobre consumo | | | | | 0.007 |
| Acha que não bebe muito | (28.9%) | (39%) | (8.5%) | (30.5%) | |
| Fase universitária | | | | | 0.017 |
| Não o influenciou, ainda não bebe álcool | 17 (32.7%) | 17 (29.3%) | 9 (15.2%) | 22 (23.1%) | |
| Consome menos álcool | 3 (5.8%) | 8 (13.8%) | 6 (10.2%) | 18 (18.9%) | |

*valor de p = Teste qui-quadrado

Dos estudantes, 49,2% começaram a consumir bebidas alcoólicas entre 16 e 18 anos, 20,5% entre 13 e 15 anos, e 16,7% começaram aos 18. Nenhum aluno começou a beber álcool antes dos 13. A quantidade de álcool que os alunos acreditam que bebem foi significativamente diferente entre os alunos do terceiro ano, sendo que 8,5% ($p = 0,007$) afirmaram que não bebem muito, enquanto em outros anos o percentual oscila entre 29% e 39%.

Os hábitos de consumo de 24,3% dos estudantes mudaram após o ingresso na universidade, seja consumindo menos álcool (13,3%), não bebendo nada (2,7%) ou bebendo mais (8,3%). Existem diferenças significativas entre os anos letivos. No terceiro ano, 15,2% dos estudantes ($p = 0,017$) afirmam não ter mudado o hábito de beber após ingressar na

universidade; eles ainda não consomem álcool. Nos outros anos, o percentual varia de 23% a 33%. Também há diferenças significativas entre calouros e alunos do último ano. No primeiro ano, 5,8% dos estudantes consomem menos álcool em comparação com os 18,9% dos que estão no último ano (Tabela 1).

Entre os participantes, 68,6% dos estudantes de enfermagem praticavam exercícios físicos (Tabela 2). As mulheres eram mais inativas fisicamente (35,2%) do que os homens (11,4%). A maioria dos estudantes universitários (52,2%) realizava exercícios de resistência, e 32,8% realizavam vários tipos de atividades físicas (Tabela 2). Dos 68,6% de estudantes que se exercitavam, 35,6% o faziam entre 3 e 5 dias por semana e 23,1%, duas vezes por semana.

Tabela 2 - Características: atividade física e dieta por ano letivo (n = 264). Córdoba, ES, Espanha, 2016

| Variável | Período Letivo | | | | Valor de p* |
|--------------------------|----------------|---------------|---------------|---------------|-------------|
| | 1º ano (n=52) | 2º ano (n=58) | 3º ano (n=59) | 4º ano (n=95) | |
| Pratica exercícios | 33 (63.5%) | 37 (63.8%) | 45 (76.3%) | 66 (69.5%) | 0.407 |
| Fase universitária | | | | | 0.002 |
| Pratica menos exercícios | 20 (38.5%) | 12 (20.7%) | 7 (11.9%) | 14 (14.7%) | |
| Pratica mais exercícios | 7 (13.5%) | 22 (38%) | 22 (37.2%) | 33 (34.7%) | |
| Qualidade da dieta | | | | | 0.418 |
| Dieta saudável | 10 (19.2%) | 15 (25.9%) | 19 (32.2%) | 23 (24.2%) | |
| Precisa de alterações | 39 (75%) | 41 (70.7%) | 40 (67.8%) | 66 (69.5%) | |
| Inadequada | 3 (5.8%) | 2 (3.4%) | - | 6 (6.3%) | |

*valor de p = Teste qui-quadrado

Quando ao ingresso na universidade, 48,1% dos estudantes disseram que seus hábitos de exercício não haviam mudado e que continuavam realizando a mesma atividade física, enquanto 31,8% relataram se exercitar mais. Foram observadas diferenças significativas no primeiro ano, já que 38,5% dos estudantes ($p = 0,002$) relataram se exercitar menos. Calouros disseram ter

se exercitado mais (13,5%; $p = 0,002$), enquanto nos outros anos os resultados foram entre 34% e 38%, com uma diferença particular entre alunos do último ano (38,5%). A Tabela 2 mostra esses resultados.

Um total de 70,5% dos estudantes de enfermagem precisava de alterações na dieta, 25,4% tinham uma dieta saudável, e 4,2%, uma dieta inadequada (Tabela 2).

Quanto ao sexo, 36,4% dos homens e 23,2% das mulheres mantinham uma dieta saudável, e 59,1% dos homens e 72,7% das mulheres precisavam de mudanças na dieta.

Discussão

Segundo os dados, 83,7% dos estudantes de enfermagem da Universidade de Córdoba (Espanha) consomem bebidas alcoólicas. Esses resultados são semelhantes aos encontrados em estudos anteriores com universitários espanhóis^(11,15-18). O consumo de álcool entre os alunos de enfermagem deste estudo é superior ao de outros estudos com alunos de enfermagem⁽¹⁹⁻²⁰⁾ e estudos internacionais com universitários do Canadá⁽²¹⁾, Chile⁽²²⁾, Hungria, Lituânia, Eslováquia⁽²³⁾, Nigéria⁽²⁴⁾ e a Europa em geral⁽²⁵⁾. O consumo é um pouco maior do que o de jovens com idade entre 14 e 18 anos⁽²⁾.

Entre os estudantes que bebem álcool, 82,2% o consomem menos de 4 dias por semana. Os estudantes de Córdoba têm um consumo semanal semelhante ao de outros estudos⁽¹¹⁾. A bebida mais consumida é a cerveja, como em outros estudos⁽²⁶⁻²⁹⁾. Isso pode ser devido ao seu baixo custo e fácil acesso⁽²⁶⁾.

Alunos do último ano bebem mais álcool do que os do primeiro, o que foi verificado em outros estudos^(22,30). Portanto, ser estudante de enfermagem⁽³¹⁻³²⁾ ou de ciências da saúde⁽¹⁵⁾ não é um fator de proteção contra o consumo de álcool, pois também há mais consumidores. A maioria dos estudantes (97,2%) bebe mais álcool nos finais de semana, inclusive quinta-feira, como outros estudos também indicam^(11,33-34). Isso pode ser devido a um padrão de consumo excessivo de álcool, que dura algumas horas e acontece nos finais de semana^(2,35). A porcentagem de mulheres que consomem álcool é maior que a dos homens, o que não coincide com outros estudos⁽¹⁵⁾. Isso pode ser devido ao maior consumo episódico de álcool entre mulheres⁽¹⁵⁾.

Dos estudantes universitários que não consomem álcool, 60,5% praticam exercícios. Os dados indicam que atividades físicas podem ser consideradas fator de proteção contra o consumo de álcool, conforme mencionado em outros estudos^(10,36). Os estudantes de enfermagem de Córdoba apresentam níveis mais baixos de consumo de tabaco do que a população geral de 15 a 64 anos e jovens com idade entre 14 e 18 anos⁽²⁾. A porcentagem de fumantes neste estudo (15,5%) é inferior à obtida em estudantes de diversos cursos da Universidade de Valência (24,83%)⁽³⁷⁾, Universidade de Barcelona (23,4%)⁽³⁸⁾, Universidade de Vigo (31,7%)⁽¹⁵⁾, Universidade de Leon (29,3%)⁽³⁹⁾ e Universidade do Texas (26,2%)⁽⁴⁰⁾. Também é menor do que a obtida com estudantes de enfermagem da Universidade de Lima (Peru) (17%)⁽⁴¹⁾, Austrália (21%)⁽⁴²⁾, Turquia (22,7%)⁽⁴³⁾ e (25,2%)⁽⁴⁴⁾, Barcelona (35,1%)⁽³⁸⁾ e Universidade do Chile (23,7%)⁽²²⁾.

Como em outros estudos, o consumo de tabaco aumentou após a entrada dos estudantes na universidade^(11,30,45-46). Alunos do último ano fumavam mais que calouros. Havia mais fumantes no último ano (14,2% a mais do que no primeiro ano), o que também ocorreu com o álcool. Assim, o fato de ser estudante de enfermagem⁽³¹⁻³²⁾ ou de ciências da saúde⁽¹⁵⁾ não é um fator de proteção contra o consumo de tabaco.

Quanto maior é o ano letivo, menor é a idade de início do tabagismo ($p = 0,037$). Esse início precoce do tabagismo pode levar ao uso de outros tipos de drogas, como álcool e drogas ilegais⁽⁴⁰⁾. Como outros estudos indicam⁽⁴⁷⁻⁵¹⁾, um dos fatores de proteção contra o tabagismo é a atividade física. Isso está de acordo com o nosso estudo, no qual 83,9% dos estudantes que se exercitam não fumam atualmente.

Dos estudantes incluídos neste estudo, 72,3% passavam a maior parte do dia com uma pessoa que fuma ocasionalmente, embora apenas 15,5% de todos os estudantes fumem. Portanto, o contato com fumantes não é um fator de risco, como afirmam outros estudos^(40,47,52). Homens fumam mais que mulheres. Esses dados coincidem com os de outros estudos^(15,38), mas discordam de outros^(40,53). Essas diferenças entre os estudos podem dever-se às diferentes razões pelas quais as pessoas fumam. Mulheres fumam principalmente porque acreditam que isso as ajuda a ficar magras e as faz se sentir bem⁽⁴⁰⁾, enquanto homens fumam por competição e relações sociais^(40,53).

Neste estudo, 68,6% dos estudantes de enfermagem se exercitavam em comparação, enquanto 31,4% não o faziam. O número de estudantes que se exercitam é maior que em outros estudos^(11,54-55) e é semelhante ao resultado obtido em estudos realizados pela Universidade dos Emirados Árabes Unidos⁽⁵⁶⁾ e pela Universidade do País Basco⁽⁵⁷⁾. Quanto ao tipo de atividade física, mais da metade dos estudantes praticava exercícios de resistência (52,2%), seguidos pelos que praticam dois ou mais tipos de atividade física (32,8%).

Dos alunos deste estudo, 31,8% disseram que se exercitavam mais após ingressar na universidade. Essa situação também pode ser verificada quando se distingue o ano letivo, uma vez que 34,7% dos estudantes no último ano afirmaram se exercitar mais, em comparação com 13,5% dos calouros ($p = 0,002$). Esses resultados indicam que os estudantes de Córdoba se exercitam mais após entrar na universidade. Isso pode ser devido a motivações individuais, como competição, capacidade pessoal, melhoria da saúde, estar com amigos e interagir com outras pessoas⁽⁵⁸⁻⁵⁹⁾. Essas motivações podem aparecer na fase universitária.

Homens se exercitam mais do que mulheres, como observado em outros estudos^(15,53-54,60). Mulheres exercitam-se principalmente por preocupação com

a saúde e para melhorar sua aparência física⁽⁶⁰⁾. Além disso, é no primeiro estágio da vida adulta que costumam deixar a atividade física⁽⁵³⁾, o que geralmente coincide com a fase universitária.

Os estudantes apresentaram um padrão alimentar melhor do que os de outros estudos com estudantes de enfermagem da Espanha⁽¹⁴⁾, com a população em geral e com pessoas com idades entre 16 e 24 anos⁽¹²⁾. Um total de 25,4% dos alunos mantinha uma dieta saudável, e 70,5% necessitavam de mudanças em sua dieta. Em estudo realizado pela Faculdade de Enfermagem de Albacete⁽¹⁴⁾, nenhum aluno apresentou uma dieta saudável e 91,25% precisavam de alterações.

Entre os estudantes com dieta saudável, 74,6% praticavam exercícios em comparação, enquanto 25,4% não o faziam. Portanto, parece que atividades físicas estão relacionadas a um padrão alimentar saudável, como verificado em outros estudos^(53,61). Com hábitos não sedentários, os alunos parecem ter horários regulares para as refeições⁽⁶¹⁾.

Em comparação, 83,5% dos não fumantes tinham dieta saudável, contra 16,5% dos fumantes. Neste estudo, o tabagismo teve efeito negativo na alimentação, como outros estudos também relataram⁽⁶²⁻⁶³⁾. Também chamou atenção uma variedade reduzida de alimentos⁽⁶²⁾.

Uma limitação deste estudo é a dificuldade de generalizar os resultados, pois a amostra é limitada a estudantes de enfermagem da Universidade de Córdoba. Como de costume, outra fraqueza desse tipo de estudo são as informações autorreferidas e a transversalidade. É importante prestar atenção às razões pelas quais as pessoas fumam e bebem álcool, a fim de desenvolver intervenções personalizadas e promover hábitos de vida saudáveis. Atividades físicas podem ser incentivadas na universidade, fornecendo motivação e recursos. Também seria interessante avaliar onde os alunos moram (por exemplo, em apartamentos compartilhados ou em casa com os pais) para determinar o quanto isso afeta as variáveis estudadas, especialmente os hábitos alimentares. Além disso, poderiam ter sido fornecidos questionários com perguntas abertas, para os alunos expressarem suas opiniões. Essa circunstância poderia oferecer diferentes temas relacionados ao estudo. Outros universitários também poderiam ser pesquisados, além de estudantes de enfermagem ou de saúde da Universidade de Córdoba. Isso permitiria uma comparação justa, e também definir claramente se o fato de ser um estudante de enfermagem é um fator de proteção em comparação com estudantes que não são da área da saúde.

Conclusão

Concluindo, os estudantes de enfermagem da Universidade de Córdoba apresentam alto consumo de álcool e baixo consumo de tabaco quando comparados a

outros estudos. A cerveja é a bebida mais consumida, e a maioria dos estudantes bebe mais nos finais de semana (inclusive quinta-feira). Quanto à nutrição, têm uma boa dieta quando comparados com outros estudos. A atividade física está relacionada a dieta saudável, e ser fumante tem efeito negativo na nutrição. Alunos do último ano bebem mais álcool, fumam mais e se exercitam mais do que os alunos do primeiro ano. Além disso, quanto maior é o ano letivo, menor é a idade de início do consumo de tabaco. Em relação ao sexo, as mulheres bebem mais álcool, e os homens fumam e se exercitam mais. O perfil dos estudantes universitários pode ser estabelecido como envolvendo alto consumo de álcool, menor consumo de tabaco, atividade física regular e com necessidade de alterações na dieta. Por fim, ser estudante de enfermagem não é considerado fator de proteção contra o consumo de álcool e tabaco, assim como não significa ter bons hábitos alimentares e praticar exercícios.

Este estudo nos ajuda a entender os hábitos de consumo de álcool e tabaco, a prática de atividades físicas e os hábitos alimentares entre estudantes de enfermagem, que, durante seus estudos, recebem treinamento em hábitos saudáveis. Como futuros profissionais de enfermagem, colocam em prática seus conhecimentos em saúde, pois no futuro terão de aconselhar hábitos saudáveis e, por outro lado, tratarão pacientes com dependência de tabaco ou álcool. Seria interessante reforçar esse conhecimento e divulgá-lo, em salas de aula, seminários ou cursos, para que estudantes de enfermagem promovam hábitos saudáveis não entre si, mas também entre outros universitários de outros campos do conhecimento ou da população em geral.

Referências

1. Rivera JV, Vance EG, Rushton WF, Arnold JK. Novel Psychoactive Substances and Trends of Abuse. *Crit Care Nurs Q.* 2017 Oct-Dec;40(4):374-82. doi: 10.1097/cnq.000000000000174.
2. Observatorio Español de la Droga y las Toxicomanías, OEDT. Informe 2015. Alcohol, tabaco y drogas ilegales en España. Madrid: Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas [Internet]. 2016; [Acceso 17 oct 2017]. Disponible en: http://www.pnsd.mssi.gob.es/profesionales/sistemasInformacion/informesEstadisticas/pdf/INFORME_2015.pdf
3. Pulido J, Indave-Ruiz BI, Colell-Ortega E, Ruiz-García M, Bartroli M, Barrio G. Population based studies on alcohol related harm in Spain. *Rev Esp Salud Publica.* 2014;88(4):493-513. doi: 10.4321/S1135-57272014000400005.
4. Segura LS, Cáliz NE. Illicit and licit drug consumption by UDCA's college students. *Rev UDCA Actualidad & Divulgación Científica.* [Internet]. 2015 [cited Aug 18,

- 2016];18(2):311-9. Available from: <http://omextad.salud.gob.mx/contenidos/investigaciones/CONSUMO.pdf>
5. Ortega-Pérez CA, Costa-Junior ML, Pereira Vasters G. Epidemiological Profile of Drug Addiction in College Students. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*. 2011 May-Jun;19(Spe):665-72. doi: 10.1590/S0104-11692011000700002.
6. Martínez-Hernández Á, Marí-Klose M, Julià A, Escapa S, Marí-Klose P, DiGiacomo S. Adolescent daily smoking, negative mood-states and the role of family communication. *Gaceta Sanit*. 2012;26(5):421-8. doi: 10.1016/j.gaceta.2011.09.030.
7. Durán Agüero S, Bazaez Díaz G, Figueroa Velásquez K, Berlanga Zuñiga MR, Encina Vega C, Rodríguez Noel MP. Comparison between the quality of life and nutritional status of nutrition students and those of other university careers at the Santo Thomas University in Chile. *Nutr Hosp*. 2012;27(3):739-46. doi: 10.3305/nh.2012.27.3.5746
8. Moreno Otero R, Cortés JR. Nutrition and chronic alcohol abuse. *Nutr Hosp*. [Internet]. 2008 Mayo [cited Oct 22, 2018];23(Suppl 2):3-7. Available from: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112008000600002&lng=es.
9. World Health Organization (WHO). Global recommendations on physical activity for health. Geneva: World Health Organization. [Internet]. 2010 [cited July 19, 2018]. Available from: <http://www.who.int/dietphysicalactivity/publications/9789241599979/es/>
10. Huéscar E, Cervelló E, Llamas L, Moreno-Murcia JA. Conductas de consumo de alcohol y tabaco y su relación con los hábitos saludables en adolescentes [Behaviors of alcohol and tobacco consumption and their relationship with healthy habits in adolescents]. *Behav Psychol/ Psicol Conductual*. [Internet]. 2011 [cited May 12, 2018];19(3):523. Available from: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3786034>
11. Pastor AM, Galindo SB, Hernandez ML, Navarro AM, Bernal CC, Aleman JA. Association between the consumption of tobacco and alcohol and physical exercise while at university. *Atención Primaria*. 2009 Oct;41(10):558-63. doi: 10.1016/j.aprim.2009.01.006
12. Norte Navarro AI, Ortiz Moncada R. Spanish diet quality according to the healthy eating index. *Nutr Hosp*. 2011 Mar-Apr;26(2):330-6. doi: 10.1590/s0212-16112011000200014.
13. Kennedy ET, Ohls J, Carlson S, Fleming K. The Healthy Eating Index: design and applications. *J Am Diet Assoc*. 1995 Oct;95(10):1103-8. doi: 10.1016/s0002-8223(95)00300-2.
14. Cervera Burriel F, Serrano Urrea R, Vico Garcia C, Milla Tobarra M, Garcia Meseguer MJ. Food habits and nutritional assessment in a university population. *Nutr Hosp*. 2013 Mar-Apr;28(2):438-46. doi: 10.3305/nh.2013.28.2.6303.
15. Molina AJ, Varela V, Fernandez T, Martin V, Ayan C, Cancela JM. Unhealthy habits and practice of physical activity in Spanish college students: the role of gender, academic profile and living situation. *Adicciones*. 2012 [cited Jan 22, 2018];24(4):319-27. Available from: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=289124639006>
16. Tirado Morueta R, Aguaded Gómez JI, Marín Gutiérrez I. Factores de protección y de riesgo del consumo de alcohol en alumnos de la universidad de Huelva [Factors of protection and risk of alcohol consumption in students of the University of Huelva]. *Health Addic*. [Internet]. 2009; [cited Jan 22, 2018];9(2):165-83. Available from: <https://core.ac.uk/download/pdf/60651183.pdf>
17. Viña CM, Herrero M. El consumo de sustancias psicoactivas en estudiantes de Psicología de la Universidad de la Laguna [The consumption of psychoactive substances in students of Psychology at the University of La Laguna]. *Int J Clin Health Psychol*. [Internet]. 2004 [cited Jan 23, 2018];4(3):521-36. Available from: <http://www.redalyc.org/comocitar.oa?id=33740305>
18. Basurto FZ, Ríos FL, Montes JMG, Moreno AM. Self-reported consumption of alcohol and other drugs in the university population. *Electr J Res Educ Psychol*. [Internet] 2011 [cited Jan 23, 2018];9(23):113-32. Available from: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3678184>
19. Boulton M, O'Connell KA. Nursing Students' Perceived Faculty Support, Stress, and Substance Misuse. *J Nurs Educ*. 2017 Jul 1;56(7):404-11. doi: 10.3928/01484834-20170619-04.
20. Matute RC, Pillon SC. Alcohol consumption by nursing students in Honduras. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*. 2008;16:584-9. doi: 10.1590/S0104-11692008000700013.
21. Muli N, Lagan BM. Perceived determinants to alcohol consumption and misuse: a survey of university students. *Perspect Public Health*. 2017 Nov;137(6):326-36. doi: 10.1177/1757913917710569
22. Romero MI, Santander J, Hitschfeld MJ, Labbé M, Zamora V. Smoking and alcohol drinking among medical students at the Pontificia Universidad Católica de Chile. *Rev Méd Chile*. 2009;137(3):361-8. doi: 10.4067/S0034-98872009000300006.
23. Helmer SM, Sebena R, McAlaney J, Petkeviciene J, Salonna F, Lukacs A, et al. Perception of High Alcohol Use of Peers Is Associated With High Personal Alcohol Use in First-Year University Students in Three Central and Eastern European Countries. *Subst Use Misuse*. 2016 Jul 28;51(9):1224-31. doi: 10.3109/10826084.2016.1162810.
24. Ajayi AI, Owolabi EO, Olajire OO. Alcohol use among Nigerian university students: prevalence, correlates and frequency of use. *BMC Public Health*. 2019 Jun 13;19(1):752. doi: 10.1186/s12889-019-7104-7.
25. Cooke R, Beccaria F, Demant J, Fernandes-Jesus M, Fleig L, Negreiros J, et al. Patterns of alcohol consumption and alcohol-related harm among European university students. *Eur J Public Health*. 2019 May 11. doi: 10.1093/eurpub/ckz067.

26. Galan I, Gonzalez MJ, Valencia-Martin JL. Alcohol drinking patterns in Spain: a country in transition. *Rev Esp Salud Publica*. 2014 Aug;88(4):529-40. doi: 10.4321/S1135-57272014000400007
27. BarbosaRamírez C, Bríñez Horta A, Caycedo Espinel C, Méndez Heilman M, Oyuela Vargas R. Elements for prevention programs in alcohol consumption by university students. *Universitas Psychol*. [Internet] 2012 [cited Oct 30, 2017];11(1):131-45. Available from: <http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v11n1/v11n1a11.pdf>
28. Choi HJ, Lu Y, Schulte M, Temple JR. Adolescent substance use: Latent class and transition analysis. *Addictive Behav*. 2018 Feb;77:160-5. doi: 10.1016/j.addbeh.2017.09.022.
29. Pascual Pastor F. Imagen social de las bebidas alcohólicas [Social image of alcoholic beverages]. *Adicciones*. 2002 Dec; 14(5):115-22. doi: 10.20882/adicciones.521
30. Intra MV, Roales-Nieto JG, Moreno San Pedro E. Changes in risk and health behaviors in argentinian university students throughout the educational period. *Int J Psychol Psychol Ther*. [Internet] 2011 [cited may 18, 2018];11(1):139-47. Available from: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=56017110005>
31. Morales NB, Plazas M, Sanchez R, Arena CA. Risk and protection factors related to the consumption of psychoactive substances in undergraduate nursing students. *Rev Latino-Am. Enfermagem*. 2011;19(Spe):673-83. doi: 10.1590/S0104-11692011000700003
32. Telumbre-Terrero JY, Esparza-Almanza SE, Alonso-Castillo BA, Alonso-Castillo MT. Consumption of alcohol and tobacco in students of nursing. *Rev Enferm Actual Costa Rica*. 2016;(30). doi: 10.15517/revenf.v0i30.22020
33. García-Moreno LM, Expósito J, Sanhueza C, Angulo MT. Actividad prefrontal y alcoholismo de fin de semana en jóvenes [Pre-frontal activity and weekend alcoholism in young]. *Adicciones*. 2008;20(3):271-80. doi: 10.20882/adicciones.269
34. Rodríguez Suárez J, Agulló Tomás E, Agulló Tomás MS. Jóvenes, fin de semana y uso recreativo de drogas: evolución y tendencias del ocio juvenil [Youth, weekend and recreational drug use: evolution and trends of youth leisure]. *Adicciones*. 2003;15(5):7-34. doi: 10.20882/adicciones.451
35. Parada M, Corral M, Caamaño-Isorna F, Mota N, Crego A, Rodríguez Holguín S, et al. Definition of adolescent binge drinking. *Adicciones*. 2011;23(1):53-63. doi: 10.20882/adicciones.167
36. Ruiz-Risueño Abad J, Ruiz-Juan F, Zamarripa Rivera JI. Alcohol and tobacco consumption in spanish and mexican adolescent and its relation to physical and sports-related activity and to the family. *Rev Panam Salud Publica* [Internet] 2012 [cited May 19, 2018]; 31(3):211-20. Available from: <https://scielosp.org/pdf/rpsp/2012.v31n3/211-220/es>
37. Caamaño Navarrete F, Alarcón Hormazábal M, Delgado Floody P. Niveles de obesidad, perfil metabólico, consumo de tabaco y presión arterial en jóvenes sedentarios. *Nutr Hosp*. 2015;32:2000-6. doi: 10.3305/nh.2015.32.5.9619.
38. Martínez C, Méndez C, Sánchez M, Martínez-Sánchez JM. Attitudes of students of a health sciences university towards the extension of smoke-free policies at the university campuses of Barcelona (Spain). *Gac Sanit*. 2017;31(2):132-8. doi: 10.1016/j.gaceta.2016.08.009.
39. Pedrelli, P, Borsari, B., Lipson, S. K., Heinze, J. E., & Eisenberg, D. Gender differences in the relationships among major depressive disorder, heavy alcohol use, and mental health treatment engagement among college students. *J Stud Alcohol Drugs*. 2016; 77(4):620-8. doi: 10.15288/jsad.2016.77.620
40. Latimer LA, Batanova M, Loukas A. Prevalence and harm perceptions of various tobacco products among college students. *Nicotine Tobacco Res*. 2014 May;16(5):519-26. doi: 10.1093/ntr/ntt174
41. Zárata M, Zavaleta A, Danjoy D, Chanamé E, Prochazka R, Salas M, et al. Practices of tobacco consumption and other drugs among students of health sciences of a private university. Lima-Perú. *Invest Educ Enferm*. [Internet]. 2006 [cited Jun 23, 2018];24(2):72-81. Available from: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-53072006000200008&lng=en&lng=es.
42. Walsh RA, Cholowski K, Tzelepis F, Stojanovski E. Smoking prevalence, attitudes, and confidence about tobacco roles among Australian nursing students. *J Addict Nurs*. 2012 Oct;23(3):181-90. doi: 10.1097/JAN.0b013e31826f4b83.
43. Kutlu Y, Armstrong M, Bostanci N, Yilmaz S, Buzlu S. The Relationships between Substance use and Psychosocial Factors in Turkish Nursing Students. *J Addict Nurs*. 2008;19(4):201-6. doi: 10.1080/10884600802505047.
44. Ulus T, Yurtseven E, Donuk B. Prevalence of smoking and related risk factors among Physical Education and Sports School students at Istanbul University. *Int J Environ Res Public Health*. 2012 Mar;9(3):674-84. doi: 10.3390/ijerph9030674
45. Chen X, Li X, Stanton B, Mao R, Sun Z, Zhang H, et al. Patterns of cigarette smoking among students from 19 colleges and universities in Jiangsu Province, China: a latent class analysis. *Drug Alcohol Depend*. 2004 Nov 11;76(2):153-63. doi: 10.1016/j.drugalcdep.2004.04.013
46. Morrell HE, Cohen LM, Bacchi D, West J. Predictors of smoking and smokeless tobacco use in college students: a preliminary study using web-based survey methodology. *J Am Coll Health*. 2005 Sep-Oct;54(2):108-15. doi: 10.3200/JACH.54.2.108-115
47. León DD, Silva CC, Oblitas YM. Consumption of snuff and family and friendly relations in female students of pharmacy career. *Rev Enferm Herediana*. 2016;8(2):52. doi: 10.20453/renh.v8i2.2682.
48. Latorre-Roman PA, Gallego-Rodriguez M, Mejia-Meza JA, Garcia-Pinillos F. Alcohol, and tobacco

- consumption and sports practice in Mexican and Spanish university students and the association between quality of life and health and sensation seeking. *Gac Med Mex.* [Internet]. 2015 Mar-Apr [cited Jan 27, 2018];151(2):197-205. Available from: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5168969>
49. Krauss MJ, Cavazos-Rehg PA, Plunk AD, Bierut LJ, Gruzca RA. Effects of state cigarette excise taxes and smoke-free air policies on state per capita alcohol consumption in the United States, 1980 to 2009. *Alcohol Clin Exp Res.* 2014;38(10):2630-8. doi: 10.1111/acer.12533.
50. Seo DC, Torabi MR, Chin MK, Lee CG, Kim N, Huang SF, et al. Physical activity, body mass index, alcohol consumption and cigarette smoking among East Asian college students. *Health Educ J.* 2014 Jul;73(4):453-65. doi: 10.1177/0017896913485744
51. VanKim NA, Laska MN, Ehlinger E, Lust K, Story M. Understanding young adult physical activity, alcohol and tobacco use in community colleges and 4-year post-secondary institutions: A cross-sectional analysis of epidemiological surveillance data. *BMC Public Health.* 2010 Apr 26;10:208. doi: 10.1186/1471-2458-10-208.
52. Joung MJ, Han MA, Park J, Ryu SY. Association between Family and Friend Smoking Status and Adolescent Smoking Behavior and E-Cigarette Use in Korea. *Int J Environ Res Public Health.* 2016 Nov 25;13(12). doi: 10.3390/ijerph13121183
53. Molanorouzi K, Khoo S, Morris T. Motives for adult participation in physical activity: type of activity, age, and gender. *BMC Public Health.* 2015;15:66. doi: 10.1186/s12889-015-1429-7.
54. Concha-Cisternas Y, Guzmán-Muñoz E, Valdés-Badilla P, Lira-Cea C, Petermann F, Celis-Morales C. Factores de riesgo asociados a bajo nivel de actividad física y exceso de peso corporal en estudiantes universitarios. *Rev Médica Chile.* 2018;146:840-9. doi: 10.4067/s0034-98872018000800840.
55. Musaiger AO, Awadhalla MS, Al-Mannai M, AlSawad M, Asokan GV. Dietary habits and sedentary behaviors among health science university students in Bahrain. *Int J Adolesc Med Health.* 2017 Apr 1;29(2). doi: 10.1515/ijamh-2015-0038.
56. Doyle CB, Khan A, Burton NW. Recreational physical activity context and type preferences among male and female Emirati university students. *Int Health.* 2019 Feb 14. doi: 10.1093/inthealth/ihz002.
57. Telleria-Aramburu N, Sanchez C, Ansotegui L, Rocandio AM, Arroyo-Izaga M. Influence of sport practice and physical exercise on anthropometric indicators and weight satisfaction in men university students: a pilot study. *Nutr Hosp.* 2014 Oct 3;31(3):1225-31. doi: 10.3305/nh.2015.31.3.8148
58. Snyder K, Lee JM, Bjornsen A, Dinkel D. What Gets Them Moving? College Students' Motivation for Exercise: An Exploratory Study. *Recreat Sports J.* 2017 Oct;41(2):111-24. doi: 10.1123/rsj.2017-0026
59. Toselli S, Spiga F. Sport practice, physical structure, and body image among university students. *J Eating Disorders.* 2017;5:31. doi: 10.1186/s40337-017-0163-1
60. García Ferrando M. Posmodernidad y Deporte: Entre la individualización y la masificación. Encuesta sobre hábitos deportivos de los españoles 2005 [Postmodernity and Sport: Between individualization and massification. Survey on sports habits of Spaniards 2005]. Madrid: Consejo Superior de Deportes-Centro de Investigaciones Sociológicas; 2006. ISBN: 9788474764062.
61. Manz K, Mensink GBM, Finger JD, Haftenberger M, Brettschneider AK, Lage Barbosa C, et al. Associations between Physical Activity and Food Intake among Children and Adolescents: Results of KiGGS Wave 2. *Nutrients.* 2019 May 11;11(5). doi: 10.3390/nu11051060
62. Alkerwi A, Baydarlioglu B, Sauvageot N, Stranges S, Lemmens P, Shivappa N, et al. Smoking status is inversely associated with overall diet quality: Findings from the ORISCAV-LUX study. *Clin Nutr.* 2017 Oct; 36(5):1275-82. doi: 10.1016/j.clnu.2016.08.013
63. Kim EK, Kim H, Vijayakumar A, Kwon O, Chang N. Associations between fruit and vegetable, and antioxidant nutrient intake and age-related macular degeneration by smoking status in elderly Korean men. *Nutr J.* 2017 Dec 4;16(1):77. doi: 10.1186/s12937-017-0301-2

Recebido: 18.12.2018

Aceito: 16.09.2019

Autor correspondente:

Pedro Manuel Rodríguez-Muñoz

E-mail: z52romup@uco.es

 <https://orcid.org/0000-0002-7933-952X>

Copyright © 2020 Revista Latino-Americana de Enfermagem

Este é um artigo de acesso aberto distribuído sob os termos da Licença Creative Commons CC BY.

Esta licença permite que outros distribuam, remixem, adaptem e criem a partir do seu trabalho, mesmo para fins comerciais, desde que lhe atribuam o devido crédito pela criação original. É a licença mais flexível de todas as licenças disponíveis. É recomendada para maximizar a disseminação e uso dos materiais licenciados.