

RELATO DE EXPERIÊNCIA: QUALIDADE DE VIDA DE RESIDENTES EM SAÚDE

EXPERIENCE REPORT: QUALITY OF LIFE OF HEALTHCARE RESIDENTS

Andréa Conceição Gomes Lima¹

Vanessa Lima Barros²

Vivien Ramos da Silva de Oliveira³

Resumo: Durante o curso de pós graduação em Fisioterapia Traumato-Ortopédica com ênfase em Terapia Manual da Universidade Estadual do Piauí, houve o despertar do interesse voltado para a qualidade de vida dos residentes, visando diagnosticar como estes se sentem diante da carga horária de trabalho, tendo em vista os efeitos da sobrecarga de trabalho para a qualidade de suas vidas. Dessa forma, este estudo tem como objetivo relatar a qualidade de vida dos residentes em Saúde da Família da Faculdade de Ciências Médicas (FACIME) do Centro de Ciências da Saúde (CCS) da UESPI. Assim, o presente estudo trata-se de um relato de experiência, sendo realizado no período de Abril e Maio de 2023 com um grupo de 11 residentes em saúde das seguintes áreas de formação: Fisioterapia, Enfermagem, Educação Física, Odontologia, Nutrição, Serviço Social e Psicologia. Foram realizadas

1 Professora do curso de pós-graduação em Fisioterapia Traumato-Ortopédica com ênfase em Terapia Manual da Universidade Estadual do Piauí (UESPI).

2 Pós-graduandas em Fisioterapia Traumato-Ortopédica com ênfase em Terapia Manual da Universidade Estadual do Piauí (UESPI).

3 Pós-graduandas em Fisioterapia Traumato-Ortopédica com ênfase em Terapia Manual da Universidade Estadual do Piauí (UESPI).



rodas de conversas as quais foram direcionadas para aspectos como o estado de saúde; Presença de doença crônica; Relação entre idade e peso; Prática de exercício físico; Os motivos considerados por eles relacionados à inatividade física; O tempo médio gasto na atividade física realizada; Nível de atividade física; Local de realização das refeições diárias; A ocorrência de afastamento do trabalho nos últimos 12 meses; Relação entre alimentação e peso; Nível de estresse; e as razões da ocorrência de estresse. Com isso, através das observações realizadas, foi possível concluir que apesar de serem profissionais de saúde, os residentes encontram muito cansados e com várias queixas relacionadas à saúde física e mental, devido à carga horária de trabalho extensa. Estas informações remontam à necessidade de planejamento de uma atenção maior a estes profissionais, e ao seu processo de formação, demandando a implementação de ações que visem ao bem-estar e a diminuição de situações de estresse.

Palavras-chave: Qualidade de vida. Residentes. Relato de experiência.

Abstract: During the postgraduate course in Trauma-Orthopedic Physiotherapy with an emphasis on Manual Therapy at the State University of Piauí, there was an awakening of interest focused on the residents' quality of life, aiming to diagnose how they feel about the workload, considering the effects of work overload on the quality of their lives. Therefore, this study aims to report the quality of life of residents in Family Health at the Faculty of Medical Sciences (FACIME) of the Health Sciences Center (CCS) at UESPI. Therefore, the present study is an experience report, being carried out between April and May 2023 with a group of 11 health residents from the following areas of training: Physiotherapy, Nursing, Physical Education, Dentistry, Nutrition, Service Social



and Psychology. Conversation circles were held, which focused on aspects such as health status; Presence of chronic illness; Relationship between age and weight; Practice of physical exercise; The reasons considered by them related to physical inactivity; The average time spent on physical activity performed; Level of physical activity; Place for daily meals; The occurrence of absence from work in the last 12 months; Relationship between food and weight; Stress level; and the reasons for the occurrence of stress. Therefore, through the observations carried out, it was possible to conclude that despite being health professionals, residents are very tired and have several complaints related to physical and mental health, due to the extensive working hours. This information goes back to the need to plan greater attention to these professionals and their training process, demanding the implementation of actions aimed at well-being and reducing stressful situations.

Keywords: Quality of life. Residents. Experience report.

INTRODUÇÃO

Durante o curso de pós graduação em Fisioterapia Traumato-Ortopédica com ênfase em Terapia Manual da Universidade Estadual do Piauí, houve o despertar do interesse voltado para a qualidade de vida dos residentes, que são profissionais de saúde que trabalham em um regime de 60 horas, visando diagnosticar como estes se sentem diante da carga horária de trabalho que exige bastante destes profissionais, tendo em vista os efeitos da sobrecarga de trabalho para a qualidade de suas vidas.

A qualidade de vida está diretamente relacionada aos aspectos físicos, emocionais e sociais do ser humano. Assim, considera-se necessário investigar a forma como o indivíduo está vivendo



sua vida para saber como se comporta a sua qualidade de vida. Pois, muitos são os fatores que estão ligados ao bem-estar, sendo multidimensionais e subjetivos, e conseqüentemente são vários os conceitos considerados do ser humano no que se refere à qualidade de vida (MOREIRA; MARTINS, ROBAZZI et al., 2023).

Dentre os fatores supracitados, incluem-se o bem estar espiritual, físico, mental, psicológico e emocional, além dos relacionamentos sociais, como família e amigos e, também, saúde, educação, habitação, saneamento básico e outras circunstâncias da vida, que podem afetar diretamente a qualidade de vida do ser humano (CORREIA; OLINDA; MENEZES, 2022).

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), qualidade de vida é definida em uma visão geral, como a forma a qual o indivíduo enxerga a sua vida, suas percepções, objetivos e expectativas.

Ademais, a Lei n. 11.129 de 30 de junho de 2005, instituiu a residência como uma área profissional da saúde, considerando a modalidade de ensino pós-graduação Lacto-Sensu, em que os profissionais da área da saúde podem atuar. Tendo em vista esse conceito, a residência por ser considerada extensa, a qual pode terminar levando a uma sobrecarga e cansaço extremo, em que muitas vezes os alunos residentes não conseguem perceber o desequilíbrio que isto causa em suas atividades de vida diária (SILVA; MOREIRA, 2019).

De acordo com Oliveira e Fontanive (2021), a residência multiprofissional em saúde torna-se complexa por exigir dos estudantes uma sobrecarga enorme entre o aprender e o trocar conhecimentos sobre a teoria e prática, além de ser exigida uma carga horária mínima de 60 horas durante o curso, o que contribui para a ideia de que os residentes apresentam alterações no seu estilo de vida, implicando na qualidade de vida.



Por conseguinte, uma das formas mais conhecidas para avaliar a qualidade de vida é por meio do questionário SF-36, que vem sendo uma das ferramentas metodológicas mais utilizadas. No Brasil está sendo utilizado desde 1999, e até então está contribuindo para muitos estudos publicados na literatura científica, contando com sua leitura e interpretação de 8 domínios, entre eles: capacidade funcional, limitação por aspecto físico, emocional, dor, estado geral de saúde, vitalidade, social e saúde mental (SILVA, NASCIMENTO, RABELO et al., 2021).

Diante dessas afirmações, compreende-se que alunos residentes apresentam algumas alterações do seu estilo de vida, que podem repercutir em mudanças na sua qualidade de vida, devido à sobrecarga exigida. Assim, este estudo tem como objetivo relatar a qualidade de vida dos residentes em Saúde da Família da Faculdade de Ciências Médicas (FACIME) do Centro de Ciências da Saúde (CCS) da Universidade Estadual do Piauí (UESPI).

METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de um relato de experiência, sendo realizado no período de Abril e Maio de 2023, com a finalidade de relatar a qualidade de vida dos residentes em Saúde da Família da Faculdade de Ciências Médicas (FACIME) do Centro de Ciências da Saúde (CCS) da UESPI, localizada no município de Teresina - PI.

O relato de experiência é um texto que descreve precisamente uma dada experiência que possa contribuir de forma relevante para sua área de atuação. É a descrição que um autor ou uma equipe fazem de uma vivência profissional tida como exitosa ou não, mas que contribua com a discussão, a troca e a proposição de ideias para a melhoria do cuidado na saúde (UFJF, 2017).



Dessa forma, realizou-se rodas de conversas na instituição em questão para relatar os desconfortos e dores possivelmente sentidos pelo o grupo de residentes participantes da pesquisa. Foram realizados encontros para pedir autorização para realização da pesquisa, para observação, encontros para verbalização dos desconfortos e dores sentidas pelos participantes, e por fim, para reger informações subjetivas sobre a saúde atual do grupo pesquisado.

Assim, nos baseamos em um instrumento modificado a partir do questionário SF-36. E com base nele, selecionamos perguntas e montamos um questionário de qualidade de vida, no qual os residentes teriam que responder perguntas relacionadas à sua qualidade de vida ao decorrer da residência.

Tivemos encontros semanais, por dois meses, para dar continuidade e alinharmos o trabalho, e durante esses encontros decidimos que o título do estudo seria “RELATO DE EXPERIÊNCIA: QUALIDADE DE VIDA DE RESIDENTES EM SAÚDE”. Ao decorrer do mês de abril fomos pessoalmente realizar rodas de conversa para coletar os dados, e para assim, obtiver os resultados das principais queixas dos residentes, e diante das informações fomos montando o nosso trabalho até chegar na conclusão.

A coleta de dados por meio de rodas de conversas permite a interação entre o pesquisador e os participantes da pesquisa por ser uma espécie de entrevista de grupo, como o próprio nome sugere. Isso não significa que se trata de um processo diretivo e fechado em que se alternam perguntas e respostas, mas uma discussão focada em tópicos específicos na qual os participantes são incentivados a emitirem opiniões sobre o tema de interesse (IERVOLINO; PELICIONI, 2001).

Dessa forma, durante as rodas de conversas foi possível perguntar questões relacionadas ao sexo, idade, peso e altura; Estado de saúde, questionando se os participantes sentiram piora ou melhora em sua saúde nos últimos 12 meses; Presença de doença crônica; Relação entre idade e peso, se



consideravam a relação entre estes parâmetros razoável, bom ou má.

Além disso, ouvimos sobre se os residentes praticavam exercício físico de forma regular ou se os consideravam sedentários; Os motivos considerados por eles relacionados à inatividade física; O tempo médio gasto na atividade física realizada; Nível de atividade física; Local de realização das refeições diárias; A ocorrência de afastamento do trabalho nos últimos 12 meses; Relação entre alimentação e peso; Nível de estresse; e as razões da ocorrência de estresse.

Por fim, realizou-se o agrupamento e análise minuciosa das respostas obtidas, e logo em seguida, estes dados foram incluídos na fomentação dos resultados, e posterior discussão.

RESULTADOS

Foram realizados 02 encontros no mês de abril para observação desse grupo de profissionais, que tinham como finalidade perceber o nível de desconforto, dor, cansaço, atividades semanais e carga horária exigida, e então, a partir dos relatos dos participantes avaliados, montar o relato de experiência.

Assim, observou-se que 10 eram do sexo feminino e apenas 01 do sexo masculino, 10 relataram ter algum tipo de doença crônica, e observamos relatos de piora na saúde, nos últimos 12 meses após o início da residência. Além disso, tinham idade entre 26 e 30 anos. Em relação aos dados referentes ao peso e altura, observou-se 05 residentes estavam entre 45 a 60 kgs e 06 entre 62 a 93 kgs, e 06 deles possuíam altura entre 1,53 e 1,60 m e os outros 5 entre 1,66 e 1,75 m.

Percebeu-se que 02 dos 11 participantes declararam piora no que diz respeito à saúde. No mais, nos últimos 12 meses 06 residentes relataram que pioraram muito seu estado de saúde e 04 não



responderam este questionamento.

No que se refere à relação entre a idade e peso atual, 03 consideram esse parâmetro razoável, 02 participantes classificou como bom, e os outros 05 consideram má ou muito má.

Foi possível observar que eles passam bastante tempo na universidade, pois são 60 horas semanais, o que vale a 12 horas diárias de segunda à sexta-feira, turno manhã e tarde, onde a maioria relata queixa de cansaço físico e mental, e que o planejamento das ações não estar muito eficiente, devido a sobrecarga exigida no curso, o que levou ao aumento de estresse da maioria dos residentes.

Sobre a prática de exercícios físicos, a maioria dos residentes disseram realizar algum tipo de exercício em média 2 a 3 vezes por semana. Ressaltando que os motivos considerados por eles relacionados a não praticar atividade física foram a falta de tempo e motivação. Ao serem questionados se consideravam-se essencialmente sedentários, a maioria dos residentes responderam que sim.

Os que praticam atividades relataram que o tempo médio gasto é de 1 a 3 horas por semana. Nos últimos meses, os níveis de atividade física de alguns diminuiu bastante. Ademais, 03 residentes disseram que realizam suas refeições diárias em casa, 07 em restaurantes ou em refeitórios, e apenas 01 relatou realizar suas refeições no ambiente de trabalho.

Por conseguinte, entre os profissionais avaliados levando em conta os últimos 12 meses, 05 disseram que precisaram afastar-se do trabalho por motivos de doença, acidente ou lesão, por 01 semana.

Por fim, no que se refere à relação entre alimentação e peso foram avaliados critérios de alimentação diária, no qual apenas 02 participantes consideram a sua alimentação boa.

06 dos residentes relataram que consideram o seu nível de estresse elevado e 04 muito elevado, apenas 01 classificou este parâmetro como razoável, tendo como principais razões de estresse



a vida diária, casa e o trabalho. Além disso, nos últimos 12 meses, 07 participantes disseram que aumentaram muito seus níveis de estresse devido ao seu trabalho e ambiente familiar.

DISCUSSÃO

Conforme os dados de caracterização do perfil dos participantes avaliados, observou-se como dado significativo o predomínio por profissionais do sexo feminino atuante nesse processo de especialização. Nesse sentido, a preponderância desse público faz pensar no reflexo da representação em maior número de mulheres entre os estudantes universitários no Brasil, bem como nas mudanças que aconteceram ao longo dos anos a respeito da inserção da mulher no mercado de trabalho (ZANEI; OLIVEIRA; WHITAKER, 2019).

Em consonância a esses autores supracitados, Oliveira e Oliveira (2019) relatam que a inserção da mulher no mercado de trabalho está aumentando gradativamente, principalmente em espaços que antes eram vistos como “distantes” para a sua atuação, tais como na política, áreas científicas, tribunais, hospitais, dentre outros. Dessa maneira, faz-se pensar que a atuação da mulher nos ramos trabalhistas decorre dos méritos adquiridos durante a sua formação acadêmica, bem como também da representatividade dessa população pela busca da igualdade e a conquista por seus direitos trabalhistas que vem acontecendo ao longo dos anos no Brasil.

O estudo de Silva et al., (2021) buscou avaliar a Qualidade de Vida (QV) dos residentes de um Programa Multiprofissional Integrado em Saúde, em um hospital universitário do Recife/PE, durante a pandemia da COVID-19. Tratando-se de um estudo descritivo, transversal e quantitativo, realizado com 36 residentes das áreas de Nefrologia e Saúde da Mulher, no qual a coleta de dados



foi realizada utilizando um questionário estruturado de caracterização dos participantes com dados sociodemográficos, econômicos, clínicos e laborais no programa de residência multiprofissional, e o SF-36, disponibilizados online.

Os achados revelaram que, entre os participantes multiprofissionais avaliados, a maioria era do sexo feminino (86,1%), corroborando com o presente estudo, possuindo idade de 21 a 25 anos (61,1%). Além disso, os residentes apresentaram melhor QV nos domínios: Capacidade Funcional, Dor e Estado Geral de Saúde; e pior QV em: Emocional, Vitalidade e Saúde Mental. Dentre as categorias participantes, fisioterapeutas obtiveram melhores pontuações da QV em todos os domínios avaliados, exceto para o Emocional, no qual os psicólogos se destacaram (SILVA et al., 2021).

Por conseguinte, a pesquisa de Oliveira e Fontanive (2021) teve como objetivo avaliar a qualidade de vida dos residentes multiprofissionais do Programa de Saúde da Família e Comunidade do Grupo Hospitalar Conceição (GHC), comparando os escores obtidos com os da população do município de Porto Alegre. Este trabalho avaliou os escores dos diferentes núcleos profissionais, investigando também possíveis associações entre qualidade de vida e variáveis sociodemográficas, utilizando questionários sociodemográficos.

Com resultados, observou-se menores escores de qualidade de vida nos participantes do estudo, quando comparado aos de residentes de outros programas e à população de Porto Alegre na mesma faixa etária. Residentes de Psicologia apresentaram escores de qualidade de vida estatisticamente diferentes dos grupos de Odontologia e Nutrição (OLIVEIRA; FONTANIVE, 2021).

Ademais, os escores dos domínios de qualidade de vida estiveram associados estatisticamente às variáveis sexo, raça/cor, estado civil, maternidade, moradia e mobilidade, havendo também associação com o tempo de sono e com a realização de atividades de lazer. Os achados obtidos no



evidenciaram a necessidade de planejamento de uma maior atenção, e suporte, às condições de vida de residentes multiprofissionais, visando à melhoria da qualidade de vida e aprendizagem desses profissionais (OLIVEIRA; FONTANIVE, 2021).

Evidenciou-se também que os residentes que não realizavam atividade de lazer apresentam menores escores de QV nos domínios físico, psicológico e ambiental (OLIVEIRA; FONTANIVE, 2021). Em seu estudo, Rocha et al., (2018) apontam que ter tempo e disposição para o lazer são fatores de proteção para qualidade de vida, fato que fica prejudicado com a carga horária extensa exercida pelos residentes.

A pesquisa de Sabbadin e Pereira (2023) objetivou caracterizar os egressos das Residências Uni e Multiprofissionais em Saúde do Hospital Universitário da Universidade Federal da Grande Dourados quanto aos dados socioeconômicos e demográficos, além de avaliar os impactos da residência nos hábitos de vida e na saúde física e mental dos residentes durante a residência.

Tratou-se de um estudo descritivo, transversal com abordagem qualitativa e quantitativa, que coletou dados de 90 residentes egressos, desde 2010 até o ano de 2022. A coleta de dados ocorreu entre os meses de maio a agosto de 2022, por meio do Google Forms (SABBADIN; PEREIRA, 2023).

Os resultados obtidos mostraram que as principais características sociodemográficas foram sexo feminino, pele branca e provenientes da região centro-oeste. Ao se analisar a condição de saúde e adoecimento dos participantes, predominou os que afirmaram que a residência impactou negativamente na sua saúde, com um percentual elevado de adoecimentos caracterizados por doenças que comprometem a saúde mental (SABBADIN; PEREIRA, 2023).

Os resultados também mostraram uma percepção de insatisfação com o estilo de vida dos residentes, uma vez que houve aumento no uso diário de cigarro e consumo de bebida alcoólica, bem



como uma diminuição na prática de atividade física. Essa percepção negativa também alcançou os hábitos alimentares, ocorrendo aumento expressivo do consumo de alimentos ultraprocessados, e ganho de massa corporal (SABBADIN; PEREIRA, 2023).

Ao se analisar a condição de saúde e adoecimento dos participantes, predominou os que afirmaram que a residência impactou negativamente na sua saúde (32,2%); com um percentual de 42,2% de adoecimentos, sendo 11,1% relacionado ao diagnóstico de doença crônica e 31,1% de ocorrência de doenças que comprometem a saúde mental, como depressão, síndrome do pânico, ansiedade, entre outras, apesar das alterações na saúde mental oriundas da residência, a maioria considera que a residência foi muito importante (56,7%) (SABBADIN; PEREIRA, 2023).

Um estudo qualitativo realizado com ingressos e egressos de uma RMS demonstrou opiniões positivas quanto à importância da residência. Os egressos reconhecem que a mesma oportunizou a aquisição de experiência e o desenvolvimento de competências e, conseqüentemente, o crescimento pessoal e profissional, o que contribui para sua inserção no mercado de trabalho (CUNHA et al., 2017).

Relativo às condições de saúde e adoecimento, estudos têm demonstrado a ocorrência de sintomas de estresse, psicológicos, físicos e físico-psicológico. Em uma pesquisa transversal realizada com 42 residentes obteve uma prevalência de estresse de 78,9%, apresentando na fase de alerta os sintomas de tensão muscular (81%), mudança de apetite (54,8%), insônia (38,1%) e ranger de dentes (35,7%); já na fase de exaustão predominou a ocorrência de insônia (38,9%), seguida de mudança extrema de apetite (27,8%), problema dermatológico prolongado (22,2%), tiques e diarreias (16,7%) (VIEIRA et al., 2019).

Quanto aos sintomas psicológicos preponderaram na fase de alerta o entusiasmo súbito



(23,8%), motivação e iniciar novos projetos (21,4%); na fase de resistência foram pensar num único assunto (52,8%); dúvida de si próprio (50%), irritabilidade e sensibilidade excessiva (47,2%). Ao passo que na fase de exaustão foram cansaço excessivo (69,4%), vontade de fugir (58,3%), e ansiedade (44,4%) (ROCHA et al., 2018).

Sobre o impedimento para a realização de atividade física, que já fazia ou gostava, pode estar relacionado à carga horária extenuante das residências. Estando em concordância com os resultados que indicaram que os egressos do programa relataram falta de tempo para realizarem atividades pessoais e profissionais devido à carga horária extenuante (SABBADIN; PEREIRA, 2023).

De acordo com Sillva (2018), em tese os residentes dedicam-se ao programa dez horas diárias em seis dias da semana, esse expediente associado a atividades práticas e teórico-práticas torna-se altamente exaustivo e sugere uma lógica voltada para a exploração do trabalho em detrimento da proposta de formação para o trabalho em saúde.

Os resultados do estudo de Pellenz, Tresbach e Rech (2019) mostraram os principais fatores de aderência da prática de atividade física como a busca pela saúde, estética e bem estar. Enquanto que os principais motivos de desistência da prática da musculação foram aqueles relacionados à falta de tempo e falta de motivação, corroborando com a presente pesquisa.

Estudos prévios identificaram que um dos principais motivos para a prática de exercício físico está na busca pela saúde. Além disso, a motivação intrínseca e a regulação identificada são os preditores motivacionais principais nas fases de aderência e adesão para atividades de exercícios resistidos (KOPP et al., 2020).

No mais, em relação ao afastamento do ambiente de trabalho, os achados literários são insuficientes/escassos quanto à ocorrência, bem como seus motivos. Isto pode estar relacionado à me-



todologia empregada pela maioria das pesquisas realizadas com residentes, as quais utilizam como critério de exclusão os participantes em afastamento durante o período de coleta de dados por estarem de férias, atestado, licença ou desligamento da residência multiprofissional.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Por fim, o presente estudo buscou relatar a qualidade de vida dos residentes em Saúde da Família da Faculdade de Ciências Médicas (FACIME) da Universidade Estadual do Piauí (UESPI), evidenciando baixos escores de qualidade de vida do grupo avaliado.

Através das observações, foi possível concluir que apesar de serem profissionais de saúde, os residentes encontram muito cansados e com várias queixas relacionadas à saúde física e mental, devido à carga horária de trabalho extensa. Estas informações remontam à necessidade de planejamento de uma atenção maior a estes profissionais, e ao seu processo de formação, demandando a implementação de ações que visem ao bem-estar e a diminuição de situações de estresse.

Pois, embora os programas de residência propiciem méritos, diligências precisam ser executadas, como por exemplo, o monitoramento sistemático da qualidade de vida dos residentes nos aspectos físicos, ambientais, psicológicos e relacionais, uma vez que são submetidos a uma extensa e intensa carga de trabalho, pressão e estresse durante a jornada semanal.

No mais, espera-se para além do que já foi realizado, poder colaborar, junto aos programas de residência, com o desenvolvimento de um plano de estratégias que possam propiciar o desenvolvimento profissional e pessoal dos residentes, com vistas a contribuir na elaboração de maiores condições de assistência e ensino-aprendizagem para o desdobramento das competências profissionais e



para a melhoria da qualidade de vida destas pessoas.

Ademais, ressalta-se a não generalização dos achados deste estudo para os demais programas de residência, fazendo-se necessário, portanto, a realização de novas pesquisas relacionadas a presente temática, envolvendo um número maior de participantes e que também utilizem uma abordagem metodológica diferente, visto que pouco se falam da qualidade de vida de residentes.

REFERÊNCIAS

CORREIA, I. B.; OLINDA, R. A.; MENEZES, T. N. Fatores relacionados à qualidade de vida de idosos de uma comunidade quilombola da Paraíba. *Revista Brasileira de Estudos de População*, v. 39, 2022.

CUNHA, D. H. F. et al. Percepção da qualidade de vida e fatores associados aos escores de qualidade de vida de alunos de uma escola de medicina. *J.Bras. Psiquiatr.*, 2017.

IERVOLINO, S. A.; PELICIONI, M. C. F. A utilização do grupo focal como metodologia qualitativa na promoção da saúde. *Revista Escola de Enfermagem, USP*, v. 35, n. 2, p. 115-21, 2001.

KOPP, P. M.; SENNER, V.; KEHR, H. M.; GRÖPEL, P. Achievement motive, autonomous motivation, and attendance at fitness center: A longitudinal prospective study. *Psychology of Sport and Exercise*, 51, 2020.

MOREIRA, A. A. O. et al. Quality of life and factors associated among public university employees retired due to disabilities. *Revista Latino-americana De Enfermagem*, v. 31, 2023.

OLIVEIRA, L. A. D.; OLIVEIRA, E. D. L. A mulher no mercado de trabalho: algumas reflexões. *Revista Eletrônica da Faculdade de Alta Floresta*, v. 8, n. 1, p. 17-27, 2019.



OLIVEIRA, B. M.; FONTANIVE, V. N. Análise da qualidade de vida de residentes multiprofissionais em saúde da família e comunidade. Rev. APS, jul.-set., v. 24, n. 3, p. 434-45, 2021.

PELLENZ, M. C.; TRESBACH, T. J.; RECH, A. Principais motivos que induzem a desistência de praticantes da modalidade de musculação da cidade de Caxias do Sul - RS. Trabalho de Conclusão do Curso. Universidade de Caxias do Sul - RS, 2019.

ROCHA, J. S. et al. Saúde e trabalho de residentes multiprofissionais. Rev. Ciênc. salud., 2018.

SABBADIN, D.; PEREIRA, A. C. T. Qualidade de vida dos profissionais de saúde dos programas de residências multi e uniprofissionais de um Hospital Universitário no estado do Mato Grosso do Sul. Faculdade de Ciências da Saúde, Universidade Federal da Grande Dourados, 2023.

SILLVA, L. B. Residência multiprofissional em saúde no Brasil: alguns aspectos da trajetória histórica. Rev. Katálysis, v. 21, n. 1, p. 200-209, 2018.

SILVA, R. M. B.; MOREIRA, S. N. T. Estresse e residência multiprofissional em saúde: compreendendo significados no processo de formação. Revista Brasileira De Educação Médica, v. 43, n. 4, p. 157-166, 2019.

SILVA, T. S. et al. Qualidade de vida dos residentes de um programa multiprofissional integrado em saúde na pandemia da COVID-19. Research, Society and Development, v. 10, n. 5, 2021.

UFJF. Universidade Federal de Juiz de Fora. Instrutivo para elaboração de relato de experiência. 2017.

VIEIRA, A. et al. Qualidade de vida de quem cuida da saúde: a residência multiprofissional em análise. Rev. Gest. Sist. Saúde, v. 8, n. 3, p. 371-383, 2019.



ZANEI, S. S. V.; OLIVEIRA, R. A.; WHITAKER, I. Y. Qualidade de vida dos profissionais de saúde dos programas de residências multidisciplinares. Revista de Enfermagem da UFSM, v. 9, p. 1-20, 2019.

