

# Preditores da satisfação com a vida entre universitários do Estado da Bahia, Brasil

Predictores de la satisfacción con la vida entre estudiantes universitarios del estado de Bahía, Brasil

Predictors of life satisfaction among university students in the state of Bahia, Brazil

Sandra Adriana Neves Nunes

*Universidade Federal do Sul da Bahia*

Thiago Ferreira de Sousa

*Universidade Federal do Recôncavo da Bahia*

Grasiely Faccin Borges

*Universidade Federal do Sul da Bahia*

Doi: <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.12070>

## Resumo

A satisfação com a vida tem sido descrita como um constructo psicológico que se refere à avaliação global que o indivíduo faz em relação a sua vida. O presente

estudo objetiva investigar se fatores individuais (gênero e idade), socioeconômico (classe social), de autopercepção (nível de estresse, estado de saúde e qualidade do sono) e de percepção de qualidade de vida na

Sandra Adriana Neves Nunes ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-0816-6334>

Thiago Ferreira de Sousa ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-9846-9661>

Grasiely Faccin Borges ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-5771-6259>

Não temos nenhum conflito de interesse.

Dirigir correspondência à Sandra Adriana Neves Nunes. Endereço: Rodovia de Acesso para Itabuna, km 39, Ferradas, Itabuna - BA, CEP 45613-204. Praça José Bastos, s/n - Centro, Itabuna - BA, CEP 45600-923. Correio eletrônico: sandranunes@ufsb.edu.br

Registro da aprovação dos Comitês de Ética, nos quais o estudo foi avaliado: UFRB, instituição proponente, parecer: 2.767.041 (CAAE: 88803818.3.1001.0056) e universidades coparticipantes (UFBA, parecer: 2.795.177, CAAE: 88803818.3.3001.5531; UFOB, parecer: 2.915.077, CAAE: 88803818.3.3004.8060; UNILAB, parecer: 3.033.773; CAAE: 88803818.3.3002.5576).

Agrademos os seguintes pesquisadores, por terem contribuído com a coleta dos dados: Prof. Dr. Silvio Aparecido Fonseca (Universidade Estadual Santa Cruz), Profa. Dra. Ana Maria Alvarenga (Universidade Estadual de Santa Cruz), Prof. Dr. Francisco José Gondim Pitanga (Universidade Federal da Bahia), Prof. Dr. Ferdinando O. Carvalho (Universidade Federal do Vale do São Francisco), Profa. Dra. Vivian Francielle França (Universidade Federal da Bahia), Prof. Dr. Alex Pinheiro Gordia (Universidade Federal do Recôncavo da Bahia), Profa. Dra. Teresa M. B. Quadros (Universidade Federal do Recôncavo da Bahia), Profa. Dra. Adna Luciana de Souza (Universidade Federal do Oeste da Bahia), Profa. Dra. Danielle Cristina G. da Silva (Universidade Federal do Oeste da Bahia), Profa. Dra. Andrea Gomes Linard (Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira), Profa. Dra. Fernanda Carneiro Mussi (Universidade Federal da Bahia) e Profa. Dra. Marcela Rodrigues Castro (Universidade Federal da Bahia).

Para citar este artigo: Nunes, S. A. N., Sousa, T. F., & Borges, G. F. (2022). Preditores da satisfação com a vida entre universitários do Estado da Bahia, Brasil. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 41(1), 1-19. <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.12070>

universidade (oportunidade e motivação para aprendizagem, ambiente social para aprendizagem, ambiente físico e equipamentos para aprendizagem, autoavaliação de conocimiento e relevância da universidade) predizem a satisfação con la vida entre universitários de instituições públicas do Estado da Bahia, Brasil. Participaram do estudo 1.506 universitários dos cursos de graduação presenciais das Universidades Federais (UFS) localizados no Estado da Bahia, sendo 537 homens (35.7%), 968 mulheres (64.3%) e um que não identificou seu gênero, com idades entre 18 a 24 anos (63.5%) e sem companheiro(a) (86.0%). Os resultados indicaram que o modelo que melhor predisse a satisfação con la vida foi aquele que incluiu classe social, nível de estresse, estado de saúde, qualidade do sono, grau de motivação, ânimo para assistir as aulas do seu curso, relacionamento com os demais colegas do seu curso e oportunidade de participação em atividades de ensino, extensão e pesquisa. Juntas, essas variáveis foram responsáveis por explicar aproximadamente 27.5% da variância em satisfação con la vida, o que é uma razoável capacidade explicativa, se considerarmos que satisfação con la vida é un constructo psicológico, complexo e multideterminado.

*Palavras-chave:* satisfação con la vida; estado de saúde; nível de estresse; qualidade de vida; universitários.

## Resumen

La satisfacción con la vida ha sido descrita como un constructo psicológico que hace referencia a la valoración global que el individuo tiene en relación a su vida. El presente estudio tiene como objetivo investigar si factores individuales (género y edad), socioeconómicos (clase social), autopercepción (nivel de estrés, estado de salud y calidad del sueño) y calidad de vida percibida en la universidad (oportunidad y motivación para el aprendizaje, ambiente social para el aprendizaje, ambiente físico y equipamiento para el aprendizaje, autoevaluación de conocimientos y pertinencia de la universidad) predicen la satisfacción con la vida en estudiantes universitarios de instituciones públicas del Estado de Bahía, Brasil. Participaron en el estudio

1.506 estudiantes universitarios de cursos de graduación presenciales en Universidades Federales (UF) ubicadas en el Estado de Bahía, 537 hombres (35.7%), 968 mujeres (64.3%) y uno que no identificó su género, edad entre 18 y 24 años (63.5%) y sin pareja (86.0%). Los resultados indicaron que el modelo que mejor predijo la satisfacción con la vida fue el que incluyó la clase social, el nivel de estrés, el estado de salud, la calidad del sueño, el grado de motivación, la disposición a asistir a las clases de su curso, la relación con los demás compañeros y la oportunidad de participar en actividades de docencia, extensión e investigación. En conjunto, estas variables fueron responsables de explicar aproximadamente el 27.5% de la varianza en la satisfacción con la vida, lo cual es una capacidad explicativa razonable, si consideramos que la satisfacción con la vida es un constructo psicológico, complejo y multideterminado. *Palabras clave:* satisfacción con la vida; estado de salud; nivel de estrés; calidad de vida; estudiantes universitarios.

## Abstract

Life satisfaction has been described as a psychological construct referring to the overall assessment the individual makes regarding their life. The present study aims to investigate whether individual factors (gender and age), socioeconomic factors (social class), self-perception (level of stress, health status and quality of sleep), and perceived quality of life at the university (opportunity and motivation for learning, social environment for learning, physical environment and equipment for learning, self-assessment of knowledge and relevance of the university) predict life satisfaction among university students from public institutions in the state of Bahia. In this study, 1.506 university students from undergraduate courses of the federal universities (UFS) participated in the study: 537 men (35.7%), 969 women (64.3%), and one student that did not identify their gender, with ages between 18 to 24 years (63.5%) and without a partner (86.0%). The results indicated that the model that best predicted life satisfaction was the one including social class, stress level, health status, quality of sleep,

degree of motivation, willingness to attend classes in their degree, relationship with other colleagues in their degree, and opportunity to participate in teaching, extension and research activities. Together these variables explained approximately 27.5% of the variance in life satisfaction, which is a reasonable explanatory capacity if we consider that life satisfaction is a psychological, complex, and multidetermined construct.

*Keywords:* Satisfaction with life; health condition; stress level; quality of life; college students.

A satisfação com a vida tem sido descrita como um constructo psicológico que se refere à avaliação global que o indivíduo faz em relação ao seu nível de satisfação e qualidade de vida, empregando critérios próprios (Pavot & Diener, 1993). Dessa forma, o constructo tal como é avaliado incorpora elevada subjetividade, o que tem motivado pesquisadores a buscar compreender os processos e os fatores subjacentes que o explicam.

Fatores individuais e situacionais parecem estar envolvidos nos distintos níveis de satisfação com a vida dos sujeitos. No que concerne às diferenças de gênero, os resultados ainda são controversos (Batz & Tay, 2018). Enquanto Horta (2013) encontrou que mulheres apresentaram, em média, níveis mais elevados de bem-estar psicológico do que homens, para Diener et al. (1985) as mulheres apresentaram maior intensidade de emoções positivas e negativas do que homens. Schimmack et al. (2002), por sua vez, sugeriram que há diferenças individuais nos fatores envolvidos nesta avaliação subjetiva, ainda que não tenham encontrado diferenças entre os gêneros. Da mesma forma, Peterson et al. (2005) não encontraram nenhuma associação entre gênero e bem-estar subjetivo e Zuckerman e Diener (2017) também não encontraram diferenças significativas entre os dois gêneros para afetos positivos.

Por outro lado, existem evidências de uma relação positiva entre idade e bem-estar subjetivo, sendo que, em um estudo com uma amostra de

3.032 norte-americanos, jovens adultos descreveram um menor nível de bem-estar subjetivo se comparados a adultos mais velhos (Keyes et al., 2002). Além disso, indivíduos casados parecem apresentar maiores níveis de bem-estar subjetivo (Luhmann et al., 2013; Peterson et al., 2005) do que indivíduos solteiros, viúvos ou divorciados. Finalmente, a adoção de um estilo de vida saudável e de comportamentos para prevenção de doenças (Brookie, 2018; Zhang & Chen, 2019), os estados de humor (Diener et al., 2012; Schimmack et al., 2002), os objetivos de vida (Diener et al., 2012) e o estado de saúde (Fave et al., 2011; Feist et al., 1995; Røysamb et al., 2003) parecem estar associados a melhores níveis de bem-estar subjetivo.

Em virtude do incremento do número de estudantes universitários no Brasil, resultado do processo de expansão do ensino superior iniciado em meados de 2003 (Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira [INEP], 2022), ampliou-se o interesse por parte de pesquisadores por investigar esse grupo no que diz respeito a sua condição de saúde e qualidade de vida, incluindo os aspectos subjetivos e emocionais, tais como o bem-estar subjetivo. Isso porque essa população enfrenta uma série de estressores sociais e psicológicos decorrentes do afastamento da família, de morar sozinho, de dificuldades econômicas, do excesso de atividades acadêmicas, da necessidade de conciliar trabalho e estudos e da pobre qualidade de sono, por exemplo (Benedetto et al., 2020; Conley et al., 2018). Apesar de existirem estudos epidemiológicos e de estudos que investiguem a qualidade de vida e os níveis de estresse dos estudantes universitários, menos atenção tem-se dado para a investigação de aspectos subjetivos relacionados à satisfação com a vida desse grupo.

Dessa forma, o presente estudo objetiva investigar se fatores individuais (gênero e idade), socioeconômico (classe social), de autopercepção (nível de estresse, estado de saúde e qualidade do sono) e de percepção de qualidade de vida

na universidade (oportunidade e motivação para aprendizagem, ambiente social para aprendizagem, ambiente físico e equipamentos para aprendizagem, autoavaliação de conhecimento e relevância da universidade) predizem a satisfação com a vida entre universitários de Instituições de Ensino Superior públicas do Estado da Bahia, localizado na região nordeste do Brasil. Importante destacar que, em estudos recentes, aproximadamente 70% dos estudantes universitários da Bahia relataram níveis elevados de estresse na vida (Sousa et al., 2021) e cerca de 27% descreveram insatisfação com a qualidade de ensino e com as condições do ambiente de aprendizagem na universidade (Quadros et al., 2022). Os resultados obtidos no presente estudo, aliados a esses achados de pesquisa recentes, poderão fornecer subsídios para programas que visem promover a qualidade de vida em contextos universitários e, também, para o planejamento e desenvolvimento de políticas públicas mais amplas.

### Método

Estudo do tipo descritivo, relacional, com delineamento transversal.

#### Local da pesquisa

A pesquisa foi realizada nas Universidades Federais do Estado da Bahia. Conforme o último censo do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística em 2010 (IBGE, 2012), a Bahia é um Estado da região nordeste do Brasil e faz limite com outros oito Estados: Minas Gerais, Espírito Santo, Goiás, Tocantins, Piauí, Alagoas, Sergipe e Pernambuco. Tem aproximadamente 14.016.906 de habitantes, ocupando a quarta posição entre os Estados mais populosos do Brasil, com uma população predominantemente urbana, formada em sua maioria por pessoas negras (pretas e pardas) (81.1%). O índice de Desenvolvimento Humano é de 0.66,

o que o coloca em 22º lugar entre as 27 Unidades Federativas (UF). No Planejamento Territorial da Bahia, há uma divisão dos 417 municípios que compõem o Estado em 27 Territórios de Identidade (TIS). A alternativa de agrupar os municípios por TIS justifica-se pela problemática histórica das desigualdades socioeconômicas da região.

Ainda que possua uma boa oferta de vagas de educação superior pública, composta por seis Universidades Federais, dois Institutos Federais e quatro Universidades Estaduais, em 2018, na Bahia, apenas 10.1% dos adultos que deveriam concluir o ensino superior conseguiram finalizá-lo, o segundo menor resultado do país, cuja média é de 16.5%. A Bahia também é um dos líderes em defasagem e/ou abandono escolar entre jovens e há diferenças importantes de gênero e de raça/etnia neste aspecto. Dos 10.1% das pessoas de 25 anos ou mais de idade que tinham concluído a Universidade em 2018, 12.2% eram mulheres e 7.7% eram homens. No que diz respeito à raça/etnia, o percentual era maior entre os que se declaravam brancos (17.9%) do que entre os pretos ou pardos (8.4%). No que diz respeito ao acesso à Universidade, a desigualdade por cor é maior que a desigualdade por gênero. Um total de 18.2% de mulheres baianas de 18 a 24 anos estavam na universidade em 2018. Para os homens desta idade o percentual ficou em 14.0%. Por outro lado, entre as pessoas que se declaravam brancas, 21.1% estavam no ensino superior; já o percentual de pretos ou pardos foi de 15.1%. Esse dado chama a atenção porque, como já foi dito, a Bahia é um estado predominantemente formado por pessoas negras.

#### Participantes

Foram convidados para participar da pesquisa todos os universitários com matrícula ativa em cada universidade localizada no Estado da Bahia, perfazendo um total de 35.805 estudantes no primeiro semestre letivo de 2019. A amostra mínima estimada foi de 1.668 universitários.

Participaram do estudo 1.506 universitários dos cursos de graduação presenciais das Universidades Federais (UFS) localizadas no estado da Bahia, com idade maior ou igual a 18 anos, sendo: Universidade Federal do Recôncavo da Bahia (UFRB) ( $n = 228$ ), Universidade Federal do Vale do São Francisco (UNIVASF) ( $n = 46$ ), Universidade Federal da Bahia (UFBA) ( $n = 1.004$ ), Universidade Federal do Sul da Bahia (UFSB) ( $n = 112$ ), Universidade Federal do Oeste da Bahia (UFOB) ( $n = 58$ ) e Universidade de Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB) ( $n = 58$ ). As instituições com sede em outros Estados, mas, com campi no Estado da Bahia (UNIVASF e UNILAB) fizeram parte deste estudo com os universitários somente dos cursos ofertados no referido Estado.

Foram excluídos os universitários que já tinham concluído o curso e estavam aguardando a colação de grau, os universitários dos cursos de ensino à distância, aqueles com matrícula especial, dos cursos técnicos, com idade inferior a 18 anos e aqueles que não informaram a qual universidade pertenciam, após a finalização da coleta de dados. Essa ação foi possível porque no questionário constavam perguntas para o controle da participação. Os referidos critérios de exclusão foram apresentados aos participantes via Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

### Instrumentos

Para fins desse estudo, foram consideradas as perguntas do questionário Indicadores de Saúde e Qualidade de Vida de Acadêmicos (ISAQ-A) relativas aos indicadores de autoavaliação, contendo quatro questões perceptivas do tipo Likert sobre estado de saúde (variando de muito ruim = 1 a muito bom = 5), nível de estresse (variando de nunca estressado = 1 a sempre estressado, com dificuldade para enfrentar a vida diária = 5), dorme bem (variando de nunca = 1 a sempre = 5) e satisfação com a vida (não = 1, mais ou menos = 2, sim = 3 e não sei = 4) (Sousa et al., 2013). O questionário também contém a Escala

Condições do Ambiente e Características de Aprendizagem na Universidade (CACAU), composta por 15 itens, com opções de resposta do tipo Likert de 4 pontos (variando de muito bom/muito boa = 1 a muito ruim = 4) que avalia a qualidade do ambiente e aprendizagem na universidade, distribuídas em quatro domínios (Oportunidade e motivação para aprendizagem, 3 itens; Ambiente físico e equipamentos para aprendizagem, 4 itens; Ambiente social para aprendizagem, 3 itens e Autoavaliação de conhecimento e relevância da universidade, 5 itens) (Sousa et al., 2018; Sousa et al., 2021). O questionário ISAQ-A foi validado no Brasil para a aplicação em universitários (Sousa et al., 2013). Além disso, foram incorporadas ao questionário questões sociodemográficas e as relativas ao vínculo do estudante com a universidade, para fins de caracterização da amostra.

### Procedimento de coleta dos dados

Foi utilizada uma amostra por conveniência, sendo a coleta de dados realizada no primeiro semestre letivo (no primeiro quadrimestre letivo da UFSB) em cada instituição do ano de 2019: UFSB, entre 4 de fevereiro e 4 de maio; UFRB, entre 25 de março e 29 de julho de 2019; UFBA, entre 18 de fevereiro e 5 de julho; UFOB, entre 25 de março e 23 de julho; UNIVASF, 22 de abril e 30 de agosto; UNILAB, entre 6 de maio e 4 de setembro. O instrumento de pesquisa foi encaminhado para o e-mail dos estudantes de cada universidade, via correspondência eletrônica enviada pelos colegiados dos cursos ou setores de encaminhamento de informações eletrônicas como mensagem individualizada. Os universitários também foram procurados nas salas de aula das instituições, no início ou no final das aulas em diferentes dias da semana, tanto de forma individual ou em pequenos grupos, para fins de convite à participação na pesquisa por meio do *link* do questionário, acessado por meio de equipamentos eletrônicos portáteis como *notebooks* e *tablets*.

## Análise dos dados

A assimetria e curtose foram examinadas quanto à distribuição dos escores, utilizando-se o critério relativamente conservador de distribuição normal (assimetria e curtose dos dados entre -2 e +2) (George & Mallery, 2010). Verificou-se que todas as variáveis estavam distribuídas normalmente neste estudo, com uma única exceção para a idade, cuja curtose ultrapassou o valor de 2.0 (ver Tabela 1). A seguir, foram testadas as premissas da multicolinearidade e da homocedasticidade que são necessárias para que se possa realizar análises de regressão (Hair Jr. et al., 1998; Pedhazur, 1997). No que concerne à multicolinearidade, primeiramente, de acordo com Tabachnick e Fidell (1996) apenas as variáveis independentes com correlação bivariada superiores a 0.70 não devem ser incluídas no modelo de regressão. Ademais, nas nossas análises de multicolinearidade, nenhum valor de tolerância (*Tolerance*) foi inferior a 0.1. Além disso, todos os valores de VIF (*Variance Inflation Factor*) foram inferiores a 10. Assim, as análises indicaram que não houve violações das premissas. A seguir, foram examinadas as correlações de Pearson de ordem zero entre as variáveis. Também foram realizadas análises de comparação entre os grupos para investigar se os grupos de gênero difeririam quanto ao estado de saúde, nível de estresse, qualidade de sono e autopercepção de satisfação com a vida. Finalmente, uma série de análises de regressão linear múltipla hierárquica foram usadas para predizer os níveis de satisfação com a vida a partir dos escores de quatro grupos de variáveis explicativas, utilizando o método *stepwise*: (a) sexo e idade (*step 1*), (b) critério de classificação econômica da Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa (ABEP) (*step 2*), (c) nível de estresse, estado de saúde e qualidade de sono (*step 3*), (d) oportunidade e motivação para aprendizagem, ambiente social para aprendizagem, ambiente físico e equipamentos para aprendizagem, autoavaliação de conhecimento e relevância da universidade

(*step 4*). Todas as análises foram realizadas no IBM SPSS, versão 25.

## Considerações éticas

O estudo foi aprovado pelos Comitês de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CEP) da UFRB, instituição proponente, sob número do parecer 2.767.041 (CAAE: 88803818.3.1001.0056) e de outras universidades coparticipantes (UFBA, parecer: 2.795.177, CAAE: 88803818.3.3001.5531; UFOB, parecer: 2.915.077, CAAE: 88803818.3.3004.8060; UNILAB, parecer: 3.033.773; CAAE: 88803818.3.3002.5576). Previamente à participação na pesquisa, por meio do autopreenchimento do instrumento, foi obtida a confirmação do aceite, via TCLE, disponibilizado na primeira página e armazenado em arquivo digital diferente das respostas ao questionário, de forma garantir o anonimato dos participantes.

## Resultados

### Análise descritiva

Dentre os convidados, houve a participação inicial de 1.552 universitários. No entanto, realizou-se a exclusão de 21 universitários pelo critério da idade (17 com idade inferior a 18 anos e quatro que não informaram), 20 estudantes que relataram pertencer ao ensino a distância e um aluno por ter matrícula como portador de diploma. Além disso, outros quatro universitários foram excluídos, pois não completaram informações de vínculo com a universidade.

A amostra final foi composta de 1.506 estudantes, sendo 537 homens (35.7%), 968 mulheres (64.3%) e uma pessoa que não identificou seu gênero, com idades compreendidas entre 18 e 24 anos (63.5%), majoritariamente sem companheiro(a) (86.0%). Em relação ao período de estudo, a maioria frequentava o período diurno (70.9%) e 42.6% ingressaram na universidade no

ano de 2016 e anteriores. Houve 57.4% que não trabalhavam/não realizavam estágio e a maioria de universitários (54.8%) pertencia à classe social C.

As estatísticas descritivas para todas as variáveis em estudo estão apresentadas na Tabela 1. No que diz respeito à análise das diferenças entre os gêneros, mulheres ( $M = 3.19$ ,  $DP = 0.91$ ) consideraram seu estado de saúde pior do que homens ( $M = 3.36$ ,  $DP = 0.93$ ),  $T_{(1477)} = 3.27$  ( $p \leq 0.01$ ), seu nível de estresse mais alto ( $M = 3.65$ ,  $DP = 0.85$ ) do que homens ( $M = 3.25$ ,  $DP = 0.93$ ),  $T_{(1479)} = -8.53$  ( $p \leq 0.01$ ) e avaliaram que têm pior qualidade de sono ( $M = 3.07$ ,  $DP = 0.95$ ) do que homens ( $M = 3.21$ ,  $DP = 0.93$ ),  $T_{(1478)} = 2.87$  ( $p \leq 0.01$ ). Por outro lado, não foram observadas diferenças significativas de autopercepção de satisfação com a vida entre os dois gêneros.

Também não foram observadas diferenças significativas entre os gêneros no que diz respeito às variáveis relativas à autopercepção de qualidade de vida na universidade quando considerados os

domínios Oportunidade e motivação para aprendizagem, Ambiente físico e equipamentos para aprendizagem, Ambiente social para aprendizagem e Autoavaliação de conhecimento e relevância da universidade. No entanto, quando considerados os itens separadamente de cada um dos domínios, foi observada diferença significativa relativa ao grau de motivação e ânimo para assistir as aulas do curso, sendo que mulheres ( $M = 2.68$ ,  $DP = 0.82$ ) reportaram menor grau de motivação e ânimo do que homens ( $M = 2.80$ ,  $DP = 0.89$ ),  $T_{(1462)} = 2.75$ ,  $p \leq 0.01$ ).

### Análise correlacional

A Tabela 2 apresenta os resultados dos testes de correlação realizados entre as variáveis em estudo. Como é possível observar, estudantes mais jovens que pertenciam a extratos sociais mais baixos da sociedade, tenderam a reportar um estado de saúde mais negativo, enquanto estudantes mais velhos

Tabela 1  
Média, Desvio Padrão e Valores Mínimos e Máximos e Skewness e Kurtosis das variáveis em estudo

Variáveis	Média	DP	Mínimo	Máximo	Skewness	Kurtosis
1. Idade	25.48	8.23	18	67	2.07	4.71
2. Classe social	2.78	0.69	1	4	-0.12	-0.18
3. Autopercepção de estado de saúde	3.25	0.92	1	5	-0.22	-0.18
4. Autopercepção de estresse	3.51	0.90	1	5	-0.1	-0.29
5. Autopercepção de dormir bem	3.12	0.95	1	5	-0.08	-0.39
6. Oportunidade e motivação para a aprendizagem	8.56	1.90	3	12	-0.49	0.26
7. Ambiente social para a aprendizagem	9.10	1.93	3	12	-0.55	0.51
8. Ambiente físico e equipamentos para aprendizagem	11.30	2.57	4	16	-0.19	0.41
9. Autoavaliação de conhecimento e relevância da universidade	15.66	2.58	5	20	-1.09	1.90
10. Autopercepção de Satisfação com a vida	2.03	0.77	1	4	0.30	-0.43

DP = desvio padrão.

reportaram maiores níveis de estresse. No que se refere aos domínios de qualidade de vida na universidade, estudantes em idade mais avançada queixaram-se mais da qualidade do ambiente físico e dos equipamentos disponíveis em suas universidades do que estudantes mais jovens. Mais especificamente, esses estudantes apresentaram menores escores no que diz respeito à avaliação das condições estruturais das salas de aula (paredes e teto) ofertadas pelo seu curso, das condições de ruído e temperatura, de limpeza e iluminação das salas de aula e, finalmente, da adequação dos equipamentos (*data show* e retroprojektor) para execução das aulas do seu curso. Além disso, os estudantes mais velhos também apresentaram maiores escores relativos ao grau de motivação e ânimo para assistir às aulas do seu curso, ao seu nível de conhecimento antes do ingresso no ensino superior e ao seu nível de conhecimento para exercer as atividades da sua futura profissão.

Os estudantes pertencentes às classes sociais mais baixas foram os mais jovens, consideram-se com pior estado de saúde, tiveram maiores níveis de estresse, tiveram pior qualidade de sono e estiveram mais insatisfeitos com a vida do que estudantes pertencentes às classes sociais mais altas. No que diz respeito às relações entre classe social e qualidade de vida na Universidade, estudantes de classe social mais alta queixaram-se mais das condições de limpeza e iluminação das salas de aula do seu curso e tenderam a avaliar mais positivamente seu nível de conhecimento antes do ingresso no ensino superior e a imagem da universidade perante a sociedade.

Na análise das relações entre satisfação com a vida e as demais variáveis em estudo, observou-se que estudantes mais satisfeitos com sua vida tenderam a avaliar melhor seu estado de saúde, apresentaram menores níveis de estresse e tiveram melhor qualidade de sono. No que diz respeito à análise das relações

Tabela 2  
Correlações entre as variáveis do estudo

Variáveis	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Idade	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-
2. Classe social	0.062*	1	-	-	-	-	-	-	-	-
3. Estado de saúde	0.135**	0.125**	1	-	-	-	-	-	-	-
4. Nível de estresse	-0.077**	-0.066*	-0.379**	1	-	-	-	-	-	-
5. Qualidade do sono	0.004	0.078**	0.347**	-0.400**	1	-	-	-	-	-
6. Satisfação com a vida	-0.014	0.093**	0.359**	-0.428**	0.330**	1	-	-	-	-
7. Oportunidade e motivação para a aprendizagem	-0.010	-0.003	0.118**	-0.209**	0.163**	0.265**	1	-	-	-
8. Ambiente físico e equipamentos para a aprendizagem	-0.102**	-0.025	-0.018	-0.001	0.028	0.026	0.226**	1	-	-
9. Ambiente social para aprendizagem	0.037	-0.014	0.167**	-0.193**	0.135**	0.216**	0.526**	0.272**	1	-
10. Auto avaliação de conhecimento e relevância da universidade	0.051*	0.061*	0.062*	-0.048	0.025	0.138**	0.400**	0.215**	0.448*	1



entre qualidade de vida na universidade e satisfação com a vida, estudantes que avaliaram que têm mais oportunidade de participação em atividades de ensino, extensão e pesquisa na sua área, que veem mais oportunidades de crescimento e desenvolvimento para a formação profissional ofertados pela universidade e que apresentaram maior grau de motivação e ânimo para assistir às aulas do seu curso reportaram estar mais satisfeitos com a vida que levam.

### Análises de regressão

As análises hierárquicas de regressão múltipla realizadas com o método *stepwise* para prever a variável critério de satisfação com a vida a partir de quatro blocos de variáveis explicativas estão apresentadas na Tabela 3.

No modelo de regressão final apresentado na Tabela 4, as variáveis demográficas (sexo e idade) foram excluídas já no *step 2*, quando classe social foi inserida no modelo. Assim, classe social, nível de estresse, estado de saúde, qualidade do sono, grau de motivação e ânimo para assistir às aulas do seu curso, relacionamento com os demais colegas do seu curso e oportunidade de crescimento e desenvolvimento para a formação profissional ofertados pela universidade foram responsáveis por prever satisfação com a vida dos estudantes universitários. Especificamente, essas variáveis foram capazes de explicar aproximadamente 27.5% da variância em satisfação com a vida. O melhor preditor foi o estado de saúde, seguido pela qualidade de sono (se dorme bem) e pelo grau de motivação e ânimo para assistir às aulas do seu curso.

Tabela 3  
Preditores de Satisfação com a Vida (Análises de Regressão Múltipla Stepwise)

Step	Modelo de Predição	Satisfação com a vida		
		$\beta$	T	p
1. Variáveis de controle (demográficas)	Gênero			ns
	Idade			ns
2. Variáveis de controle (nível socioeconômico)	ABEP	0.069	2.794	0.005
3. Variáveis de autopercepção	Nível de estresse	-0.0258	-9.094	0.000
	Estado de saúde	0.179	6.465	0.000
	Qualidade do sono	0.128	4.595	0.000
	Grau de motivação e ânimo para assistir às aulas do seu curso	0.102	3.697	0.000
4. Variáveis relativas à qualidade de vida na universidade	Relacionamento com os demais colegas do seu curso	0.074	2.746	0.006
	Oportunidade de crescimento e desenvolvimento para a formação profissional ofertados pela universidade	0.063	2.382	0.017
Modelo estatístico				
F (7.1176)		63.348		
Adj. R <sup>2</sup>		0.274		

Nota. F e R<sup>2</sup> values (Step 4) para modelo de regressão final.  
Ns = Não significativo.

## Discussão

O objetivo deste estudo foi investigar se fatores individuais (gênero, idade e nível socioeconômico), de autopercepção (nível de estresse, estado de saúde e qualidade de sono) e de percepção de qualidade de vida na universidade (oportunidade e motivação para aprendizagem, ambiente social para aprendizagem, ambiente físico e equipamentos para aprendizagem, autoavaliação de conhecimento e relevância da universidade) seriam preditores da satisfação com a vida entre estudantes universitários de IES públicas do Estado da Bahia, Brasil. Observou-se que mulheres reportaram um pior estado de saúde, um maior nível de estresse e uma pior qualidade de sono do que homens. Estudos consistentemente têm revelado que mulheres reportam níveis mais elevados de estressores diários crônicos do que homens (Hogan et al., 2002; Tamres et al., 2002), assim como maiores níveis de estresse relacionados à vida acadêmica, especialmente nos dois primeiros anos de faculdade (Conley et al., 2018; Garrett et al., 2017). Num estudo recente com universitários brasileiros, mulheres universitárias tenderam a autoavaliar a sua saúde global mais negativamente do que os homens (Ferreira et al., 2021).

Os resultados desse estudo também estão de acordo com os achados de Nowakowski et al. (2013) e Zhang e Wing (2006), que encontraram que mulheres apresentam mais problemas de sono do que homens. Essas diferenças de gênero para a percepção de qualidade do sono podem ser explicadas em decorrência de fatores biológicos (Nowakowski et al., 2013; Van Reen et al., 2013) e hormonais, uma vez que períodos fisiológicos normais como puberdade, menstruação, gravidez e menopausa estão associados com alteração do sono (Krishnan & Collop, 2006; Nowakowski et al., 2013). Além disso, mulheres sofrem mais de ansiedade e depressão do que homens, o que pode explicar o aumento das queixas de sono por parte delas (Voderholzer et al., 2003). Mulheres também

têm sido, na cultura brasileira, cuidadoras (de crianças, de idosos) e estudos indicam que, entre os cuidadores, a qualidade subjetiva do sono é pior e o nível de estresse é maior, quando comparados aos não cuidadores (Brummett et al., 2006).

No que diz respeito às diferenças de gênero para a percepção de qualidade de vida na universidade, as mulheres reportaram um grau menor de motivação e ânimo para assistir às aulas do curso do que os homens. Resultados semelhantes foram encontrados por Rusillo e Arias (2004), ainda que esses autores tenham usado como sujeitos estudantes do ensino médio. Outro estudo, desta vez conduzido com 750 estudantes de graduação (Hakan & Münireb, 2014), concluiu que o nível de desmotivação de estudantes de graduação do sexo feminino foi superior ao de estudantes do sexo masculino. Em termos globais, estudos prévios mostraram que a desmotivação para assistir aulas em universitários provenientes desse Estado pode acometer, aproximadamente, três em cada 10 estudantes (Sousa et al., 2018; Sousa et al., 2021). É possível supor que a maior desmotivação para as aulas entre as mulheres universitárias do Estado da Bahia se deva ao fato de vivenciarem, ao longo do dia, jornadas duplas ou triplas de trabalho, pois além do envolvimento com tarefas acadêmicas, precisam desempenhar atividades laborais e domésticas.

Nesse estudo, não foram encontradas diferenças de gênero para a satisfação com a vida, corroborando os achados de Peterson et al. (2005), Schimmack et al. (2002) e Zuckerman e Diener (2017), que encontraram resultados semelhantes. Especificamente, Peterson et al. (2005) e Schimmack et al. (2002) também não encontraram nenhuma associação entre gênero e bem-estar subjetivo e Zuckerman e Diener (2017) não encontraram associação significativa entre gênero e afeto positivo. No entanto, os resultados de diversos estudos sugerem que esse ainda é um tema controverso. Há estudos que indicaram que mulheres vivenciam afetos mais negativos do que homens, no que diz respeito ao seu bem-estar subjetivo (Batz & Tay, 2018; Brody &

Hall, 1993; Nolem-Hoeksema & Runsting, 1999; Zuckerman & Diener, 2017), enquanto outros concluem que mulheres apresentaram, em média, níveis mais elevados de bem-estar psicológico do que homens (Blanchflower & Oswald, 2004; Horta, 2013; Tay et al., 2014). De fato, há sugestões de que a relação entre gênero e bem-estar subjetivo não seja direta, por isso os resultados conflitantes (Perry, 2020), e que isso provavelmente se deva a fatores de confusão, como idade e diferenças culturais, já que esses fatores podem fazer com que o efeito real de uma variável sobre um desfecho seja aumentado ou diminuído devido à ação de outras variáveis (as chamadas confundidoras). A autora explica que nos países em desenvolvimento, o bem-estar subjetivo parece ser maior nas mulheres do que nos homens, enquanto o oposto é verdadeiro nos países industrializados. De acordo com a autora, tais diferenças culturais apontam para uma explicação mais social do que biológica para as diferenças de gênero em termos de bem-estar subjetivo. Dessa forma, mais estudos são necessários para elucidar os efeitos do gênero sobre a satisfação com a vida.

### **Análises correlacionais**

Como foi possível observar, no presente estudo, estudantes mais jovens afirmaram pertencer a estratos sociais mais baixos da sociedade e reportaram um estado de saúde mais negativo. Esses resultados contrariam os achados de Carvalhaes e Chor (2016), que concluíram que grupos de mais idade têm em média as piores condições de saúde, bem como o estudo de revisão sistemática sobre os níveis de saúde percebidos por universitários, que mostrou maior ocorrência de saúde em nível negativo entre universitárias com idade mais avançada (Ferreira et al., 2021). Por outro lado, os achados do presente estudo corroboram, em alguma medida, os resultados encontrados por Anversa et al. (2018), que investigaram a qualidade de vida dos estudantes universitários. Nesse

estudo, os autores concluíram que estudantes do último ano apresentaram escores mais satisfatórios para o domínio físico (que engloba questões sobre dor, necessidade de tratamento médico, energia, sono, satisfação com capacidade para o trabalho e para desempenhar as atividades do dia a dia) do que estudantes mais jovens que frequentavam o primeiro ano acadêmico.

Além disso, no presente estudo, os estudantes mais velhos reportaram menores níveis de estresse se comparados aos estudantes mais jovens. Outros estudos também sugeriram que o estresse diminui com a idade (Carstensen, 1998; Carstensen et al., 1999; Labouvie-Vief & DeVoe, 1991; Lang et al., 1998). Esses achados são consistentes com um crescente corpo de literatura que sugere que, com o passar da idade, nos tornamos mais capazes de regular nossas emoções (Blanchard-Fields, 2007; Carstensen et al., 2003; Charles, 2010; Coats & Blanchard-Fields, 2008).

No que se refere aos domínios de qualidade de vida na Universidade, estudantes mais velhos queixaram-se mais da qualidade do ambiente físico e dos equipamentos disponíveis em suas universidades do que estudantes mais jovens. Um estudo que investigou essas mesmas variáveis mostrou que estudantes universitários concluintes do curso de Educação Física, em comparação aos ingressantes, de uma instituição localizada na região nordeste do Brasil, reportaram maior insatisfação com as condições de ruído (barulho) e temperatura das salas (que variaram entre muito ruim, ruim, bom/boa e muito bom/boa) (Linard, 2016). Diante disso, é possível supor que com o passar da idade e com o acúmulo de experiência de vida, nos tornamos mais exigentes com a qualidade dos ambientes físicos que frequentamos, em termos de estrutura e equipamentos ou mobiliários.

No presente estudo, universitários que pertencem às classes sociais mais baixas consideraram-se com pior estado de saúde, apresentaram os maiores níveis de estresse, avaliaram que têm pior qualidade de sono e reportaram mais insatisfação com a vida,

se comparados aos estudantes que pertencem às classes sociais mais altas. A relação entre classe socioeconômica e estado de saúde está bem estabelecida na literatura, pois conforme observado em revisão sistemática recente sobre a autoavaliação de saúde em universitários, aqueles de maior nível socioeconômico perceberam melhor o seu estado de saúde (Ferreira et al., 2021) e reportaram maiores níveis de satisfação com a vida (Geerling & Diener, 2018). Da mesma forma, sujeitos que se encontravam em situação de desvantagem socioeconômica tenderam a apresentar as piores condições de saúde, independente dos desfechos de saúde considerados, como, por exemplo, autoavaliação da própria saúde como ruim, prevalência de doenças crônicas e comportamentos de risco (Barros et al., 2006; Giattii & Barreto, 2006; Neri & Soares, 2002; Santos, 2011). Num estudo conduzido na Dinamarca com 5.113 sujeitos, os residentes de bairros carentes, com baixo poder aquisitivo, apresentaram maiores chances de perceber o estresse do que a população em geral (Algren et al., 2018). Morar em bairros carentes pode levar ao aumento do estresse porque essa condição de vida envolve superlotação das residências, altas taxas de criminalidade, transporte precário, moradia precária, serviços limitados, infraestrutura precária e falta de apoio social, dentre outros fatores (Bak et al., 2012; Steptoe & Feldman, 2001). Essas mesmas condições de vida podem explicar a associação entre classe social baixa, pior qualidade de sono e insatisfação com a vida encontrada no presente estudo.

No que diz respeito às relações entre classe social e qualidade de vida na Universidade, estudantes de classe social mais alta queixaram-se mais das condições de limpeza e iluminação das salas de aula do seu curso e tenderam a avaliar mais positivamente seu nível de conhecimento antes do ingresso no ensino superior e a imagem da universidade perante a sociedade. Ao que tudo indica, estudantes mais ricos tornam-se mais exigentes em relação à estrutura da universidade, julgam que entram mais bem preparados na universidade, em

termos de conhecimentos prévios e preocupam-se mais com a imagem que a sua universidade tem para a sociedade.

Nesse estudo, a satisfação com a vida correlacionou-se positivamente com o estado de saúde e qualidade de sono e negativamente com níveis de estresse. Esses resultados estão em concordância com os achados de Reis et al. (2016), que concluíram que houve associação significativa entre satisfação com a vida e autorrelato de estado de saúde e qualidade do sono. Também estão de acordo com os achados de Fave et al. (2011) e Røysamb et al. (2003), que encontraram que a satisfação com a vida está associada à satisfação com o seu estado de saúde.

Adicionalmente, no presente estudo, estudantes que avaliaram que tinham mais oportunidade de participação em atividades de ensino, extensão e pesquisa na sua área, que viam mais oportunidades de crescimento e desenvolvimento para a formação profissional ofertados pela universidade e que apresentaram maior grau de motivação e ânimo para assistir às aulas do seu curso reportaram estar mais satisfeitos com a vida. Da mesma forma, estudantes que reportaram relacionamentos mais positivos com os professores e colegas do seu curso e encontraram mais oportunidades para expressar suas opiniões em relação ao desenvolvimento das aulas do seu curso apresentaram maior satisfação com a vida. Finalmente, estudantes que avaliaram que seu curso tinha mais relevância para a sociedade, que informaram já ter nível de conhecimento antes do ingresso no ensino superior, que perceberam como relevante o seu curso para a universidade, que avaliaram como mais positivos seu nível de conhecimento para exercer as atividades da sua futura profissão e que perceberam como mais positiva a imagem da universidade perante a sociedade tenderam a apresentar os maiores escores de satisfação com a vida.

Ainda que não tenham sido encontrados estudos que tenham empregado exatamente essas variáveis, esses achados apresentam alguma convergência

com os resultados de pesquisa de Pachane (2003). Para a autora, os estudantes se sentem insatisfeitos e frustrados quando enfrentam problemas de relacionamento com os professores e com os colegas. Finalmente, para a autora, os maiores índices de satisfação dos estudantes foram relatados em relação a aspectos de relacionamentos pessoais, seguidos pela aprendizagem ou aumento do conhecimento e, por último, em relação à percepção de que experimentam crescimento pessoal.

### **Análise de regressão múltipla**

O modelo que melhor predisse a satisfação com a vida entre universitários das instituições do Estado da Bahia foi aquele que incluiu estudantes pertencentes à classe social mais alta, com baixo nível de estresse, que avaliaram mais positivamente seu estado de saúde, que reportaram que dormiam bem, que tinham mais motivação e ânimo para assistir às aulas do seu curso, que tinham melhores relacionamentos com os colegas de curso e que viam mais oportunidades de participação em atividades universitárias. Juntas, essas variáveis foram responsáveis por explicar aproximadamente 27.5% da variância em satisfação com a vida, o que é uma razoável capacidade explicativa, se considerarmos que satisfação com a vida é um constructo psicológico, complexo e multideterminado.

Num estudo conduzido com 240 sujeitos, que também procurou investigar preditores da satisfação com a vida entre estudantes universitários do Canadá (Chow, 2005), os resultados indicaram que estudantes que experimentaram relacionamentos positivos com outras pessoas significativas e que tinham uma condição socioeconômica mais alta, alcançaram uma média mais elevada de notas e ficaram mais satisfeitos com sua experiência acadêmica. Outros estudos que investigaram variantes do nível socioeconômico, tais como rendimento familiar (Morrison et al., 2011) e pessoal (Schimmack et al., 2008) e satisfação das suas necessidades básicas (Diener et al., 1995) também indicaram que

essas variáveis estão associadas à satisfação com a vida, isto é, quanto maior o rendimento familiar e pessoal, quanto mais as necessidades básicas estão satisfeitas, maiores são os níveis de satisfação com a vida. No entanto, Ngamaba et al. (2018), num estudo de meta-análise, concluíram que a associação entre desigualdade de renda e satisfação com a vida é fraca, complexa e é moderada pelo nível de desenvolvimento econômico do país, isto é, é mais clara em países em desenvolvimento.

Os resultados obtidos no presente estudo indicaram que estudantes mais satisfeitos com sua vida tenderam a avaliar melhor seu estado de saúde, apresentaram menores níveis de estresse e afirmaram ter melhor qualidade de sono. Esses resultados corroboram os achados de Reis et al. (2016), que ao estudarem condições de saúde e fatores associados à satisfação com a vida em 167 estudantes universitários, concluíram que houve associação significativa entre satisfação com a vida e autorrelato de estado de saúde e qualidade do sono. Os resultados desse estudo também corroboram os achados de Fave et al. (2011) e Røysamb et al. (2003), que encontraram que a satisfação com a vida está associada à satisfação com o seu estado de saúde. Ademais, melhor qualidade de sono também foi um bom preditor de bem-estar de jovens adultos em dois estudos da Nova Zelândia (Bartonicek et al., 2021; Wickham et al., 2020). Finalmente, o estado de saúde e aborrecimentos ou estresses diários têm sido bons preditores de satisfação com a vida (Feist et al., 1995), e a satisfação com os relacionamentos também tem explicado a variabilidade dessa variável em estudos de predição (Heller et al., 2004; Schimmack et al., 2002).

Também foram preditores da satisfação com a vida o grau de motivação e ânimo para assistir às aulas do seu curso, o relacionamento com os demais colegas do curso e a oportunidade de participação em atividades de ensino, extensão e pesquisa. Estudos com universitários brasileiros mostraram que a satisfação com a futura profissão e com o curso esteve correlacionada com a

satisfação com a vida (Bardagi et al., 2010). Ademais, em um estudo com 123 estudantes de uma universidade pública do sul do Brasil, o currículo de ensino do curso, a interação social/profissional e o ambiente de aprendizagem foram bons preditores da satisfação pessoal (Hirsch et al., 2015). Pode-se destacar que as características de ensino e as condições do ambiente universitário constituem-se como importantes elementos para a vida durante a universidade e não apenas no processo de formação profissional.

### Considerações finais

Ainda que este estudo tenha tido como objetivo central realizar análise preditivas de modelos explicativos de satisfação com a vida entre estudantes universitários, alguns resultados secundários chamam a atenção. Primeiro, é digno de nota as disparidades de gênero, que favorecem os homens, no que diz respeito ao estado de saúde, nível de estresse e qualidade de sono. Essa mesma disparidade também foi observada no que diz respeito à percepção de qualidade de vida na universidade, ainda que não tenham sido encontradas diferenças de gênero para a satisfação com a vida. Tal disparidade chama a atenção para serem pensados os programas de prevenção, ou mesmo as políticas públicas, voltadas para o público universitário, levando em conta que mulheres e homens apresentam necessidades de saúde distintas.

Outro resultado que merece destaque é o relativo às diferenças de classes sociais e seus nefastos impactos sobre a saúde de universitários. Os estudantes provenientes de classes sociais mais baixas relataram pior estado de saúde, maiores níveis de estresse, pior qualidade de sono e maior insatisfação com a vida que levam, quando comparados aos estudantes pertencentes às classes sociais mais altas. Tal resultado também importa às políticas de assistência estudantil das Instituições de Ensino Superior que precisam ser implementadas e reforçadas

para amenizar os sofrimentos físicos e psicológicos aos quais são submetidos os estudantes mais pobres que tiveram a oportunidade de ingressar na universidade e precisam que seja agora garantida sua permanência.

No que diz respeito às análises preditivas, o melhor modelo explicativo encontrado também manteve a mesma lógica que associa pobreza, saúde e indicadores de bem-estar subjetivo à satisfação com a vida. Estudantes pertencentes a classes sociais mais altas, com baixo nível de estresse, que avaliaram mais positivamente seu estado de saúde, que reportaram melhor qualidade do sono, que declaram ter mais motivação e ânimo para assistir às aulas do seu curso, que informaram ter melhores relacionamentos com os colegas de curso e que viam mais oportunidades de participação em atividades universitárias foram aqueles que reportaram maior satisfação com a vida. De fato, juntas, estas variáveis explicaram quase 30% da variância em satisfação com a vida entre universitários, o que, como já foi dito, é um bom modelo explicativo, se considerarmos que satisfação com a vida é um constructo psicológico, bastante complexo e determinado por múltiplos fatores.

Para finalizar, este estudo apresenta limitações quanto ao processo de seleção da amostra por conveniência, que podem favorecer a maior participação de universitários com características psicológicas que podem interferir nos resultados, como, por exemplo: estudantes que tenham maiores queixas de problemas emocionais podem se sentir mais impelidos a participar de uma pesquisa que trata de temas que envolvam estado de saúde, satisfação com a vida e níveis de estresse. Soma-se a isso, a coleta de dados de forma digital, que pode favorecer aqueles universitários com maior facilidade de acesso à Internet e equipamentos que possibilitem a participação. Outras limitações, como o não acesso ao *link* da pesquisa, podem ter ocorrido, por conta de e-mails que não foram recentemente atualizados na instituição ou que houve o direcionamento da correspondência para a caixa de *spam*, bem como a

impossibilidade de controlar quantos universitários acessaram o convite em seus e-mails. Por outro lado, como pontos fortes desta pesquisa é possível citar que se trata de um estudo multicêntrico de grande abrangência, com a participação de seis Universidades Federais do Estado da Bahia e um tamanho de amostra considerável, que minimiza o viés de seleção acima descrito e possibilita chegar a resultados mais representativos de estudantes universitários de IES públicas desse Estado. No entanto, por se tratar de uma amostra colhida em instituições públicas, deve-se ter cautela com a extrapolação para universitários de instituições de ensino superior particulares.

## Referências

- Algren, M. H., Ekholm, O., Nielsen, L., Ersbøll, A. K., Bak, C. K., & Andersen, P. T. (2018). Associations between perceived stress, socioeconomic status, and health-risk behaviour in deprived neighbourhoods in Denmark: A cross-sectional study. *BMC Public Health*, *18*(250), Artigo 250. <https://doi.org/10.1186/s12889-018-5170-x>
- Anversa, A. C., Santos Filha, V. A. V., Silva, E. B., & Fedosse, E. (2018). Qualidade de vida e o cotidiano acadêmico: uma reflexão necessária. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, *26*(3), 626-631. <https://doi.org/10.4322/2526-8910.ctoAO1185>
- Bak, C. K., Andersen, P. T., Bacher, I., & Bancila, D. D. (2012). The association between socio-demographic characteristics and perceived stress among residents in a deprived neighbourhood in Denmark. *European Journal of Public Health*, *22*(6), 787-792. <https://doi.org/10.1093/eurpub/cks004>
- Bardagi, M. P., & Hutz, C. S. (2010). Satisfação de vida, comprometimento com a carreira e exploração vocacional em estudantes universitários. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, *62*(1), 159-170. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-52672010000100016&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672010000100016&lng=pt&tlng=pt)
- Barros, M. B. A., César, C. L. G., Carandina, L., & Torre, G. D. (2006). Desigualdades sociais na prevalência de doenças crônicas no Brasil, PNAD 2003. *Ciência & Saúde Coletiva*, *11*(4), 911-928. <https://doi.org/10.1590/S1413-81232006000400014>
- Bartonicek, A., Wickham, S. R., Pat, N., & Conner, T. S. (2021). The value of Bayesian predictive projection for variable selection: An example of selecting lifestyle predictors of young adult well-being. *BMC Public Health*, *21*(695), 1-13. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-10690-3>
- Batz, C., & Tay, L. (2018). Gender differences in subjective well-being. In E. Diener, S. Oishi & L. Tay (Eds.), *Handbook of well-being* (pp. 1-15). DEF Publishers. <https://www.nobascholar.com/chapters/30/download.pdf>
- Benedetto, M. D., Towt, C. J., & Jackson, M. L. (2020). A cluster analysis of sleep quality, self-care behaviors, and mental health risk in Australian university students. *Behavioral Sleep Medicine*, *18*(3), 309-320. <https://doi.org/10.1080/15402002.2019.1580194>
- Blanchflower, D. G., & Oswald, A. J. (2004). Well-being over time in Britain and the USA. *Journal of Public Economics*, *88*(7), 1359-1386. <https://ideas.repec.org/a/eee/pubeco/v88y2004i7-8p1359-1386.html>
- Brody, L. R., & Hall, J. A. (1993). Gender and emotion. In M. Lewis & J. M. Haviland (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 447-460). Guilford Press.
- Brookie, K. L., Best, G., & Conner, T. S. (2018). Intake of raw fruits and vegetables is associated with better mental health than intake of processed fruits and vegetables. *Frontier in Psychology*, *9*, Artigo 487. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00487>
- Brummett, B. H., Babyak, M. A., Siegler, I. C., Vitaliano, P. P., Ballard, E. L., Gwyther L. P., & Williams, R. B. (2006). Associations among

- perceptions of social support, negative affect, and quality of sleep in caregivers and noncaregivers. *Health Psychology*, *25*(2), 220-225. <https://doi.org/10.1037/0278-6133.25.2.220>
- Carstensen, L. L., Fung, H. H., & Charles, S. T. (2003). Socioemotional Selectivity Theory and the regulation of emotion in the second half of life. *Motivation and Emotion*, *27*(2), 103-123. <https://doi.org/10.1023/A:1024569803230>
- Carstensen, L. L., Isaacowitz, D. M., & Turk-Charles, S. (1999). Taking time seriously: A theory of socioemotional selectivity. *American Psychologist*, *54*(3), 165-181. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.54.3.165>
- Carvalhoes, F., & Chor, D. (2016). Posição socioeconômica, idade e condição de saúde no Brasil. *Revista Brasileira de Ciências Sociais*, *31*(92), Article e319207. <https://doi.org/10.17666/319207/201>
- Charles, S. T., & Carstensen, L. L. (2010). Social and emotional aging. *Annual Review of Psychology*, *61*, 383-409. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.093008.100448>
- Chow, H. (2005). Life satisfaction among university students in a Canadian prairie city: A multivariate analysis. *Social Indicators Research*, *70*(2), 139-150. <https://doi.org/10.1007/s11205-004-7526-0>
- Coats, A. H., & Blanchard-Fields, F. (2008). Emotion regulation in interpersonal problems: The role of cognitive-emotional complexity, emotion regulation goals, and expressivity. *Psychology and Aging*, *23*(1), 39-51. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.23.1.39>
- Cohen, J., & Cohen, P. (1983). *Applied multiple regression/correlation analysis for the behavioral sciences* (2<sup>a</sup> ed.). Erlbaum. <https://doi.org/10.4324/9780203774441>
- Conley, C. S., Shapiro, J. B., Huguenel, B. M., & Kirsch, A. C. (2018). Navigating the college years: Developmental trajectories and gender differences in psychological functioning, cognitive-affective strategies, and social well-being. *Emerging Adulthood*, *8*(2), 103-117. <https://doi.org/10.1177/2167696818791603>
- Diener, E., & Seligman, M. E. (2004). Beyond money: Toward an economy of well-being. *Psychological Science in the Public Interest*, *5*(1), 1-31. <https://doi.org/10.1111/j.0963-7214.2004.00501001.x>
- Diener, E., Fujita, F., Tay, L., & Biswas-Diener, R. (2012). Purpose, mood, and pleasure in predicting satisfaction judgments. *Social Indicators Research*, *105*(3), 333-341. <https://doi.org/10.1007/s11205-011-9787-8>
- Diener, E., Sandvik, E., & Larsen, R. J. (1985). Age and sex effects for emotional intensity. *Developmental Psychology*, *21*(3), 542-546. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.21.3.542>
- Fave, A. D., Brdar, I., Freire, T., Vella-Brodrick, D., & Wissing, M. P. (2011). The eudaimonic and hedonic components of happiness: Qualitative and quantitative findings. *Social Indicators Research*, *100*(2), 185-207. <https://doi.org/10.1007/s11205-010-9632-5>
- Feist, G. J., Bodner, T. E., Jacobs, J. F., Miles, M., & Tan, V. (1995). Integrating top-down and bottom-up structural models of subjective well-being: A longitudinal investigation. *Journal of Personality and Social Psychology*, *68*(1), 138-150. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.68.1.138>
- Ferreira, M. S., Farias, G. S., Nunes, S. A. N., Papini, C. B., & Sousa, T. F. (2021). Self-rated health in university students: A systematic review. *Saúde em Revista*, *21*(1), 195-213. <https://doi.org/10.15600/2238-1244/sr.v21n1p195-213>
- Garett, R., Liu, S., & Young, S. D. (2017). A longitudinal analysis of stress among incoming college freshmen. *Journal of American College Health*, *65*(5), 331-338. <https://doi.org/10.1080/07448481.2017.1312413>
- George, D., & Mallery, M. (2010). *SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference*, 17.0 update (10<sup>a</sup> ed.). Pearson.
- Geerling, D. M., & Diener, E. (2018). Effect size strengths in subjective well-being research. *Applied Research in Quality of Life*, *15*(1),



- 167-185. <https://doi.org/10.1007/s11482-018-9670-8>
- Giattii, L., & Barreto, S. M. (2006). Situação do indivíduo no mercado de trabalho e iniquidade em saúde no Brasil. *Revista de Saúde Pública*, 40(1), 99-106. <https://doi.org/10.1590/S0034-89102006000100016>
- Hair Jr., J. F., Rolph, E., Tatham, R. L., & Black, W.C. (1998). *Multivariate data analysis* (5ª ed.). Prentice Hall.
- Hakan, K., & Münireb, E. (2014). Academic motivation: Gender, domain and grade differences. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 143, 708-715. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.07.469>
- Haring, M. J., Stock, W. A., & Okun, M. A. (1984). A research synthesis of gender and social class as correlates of subjective well-being. *Human Relations*, 37(8), 645-657. <https://doi.org/10.1177/001872678403700805>
- Heller, D., Watson, D., & Ilies, R. (2004). The role of person vs. situation in life satisfaction: A critical examination. *Psychological Bulletin*, 130(4), 574-600. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.130.4.574>
- Hirsch, C. D., Barlem, E. L. D., Barlem, J. G. T., Silveira, R. S., & Mendes, D. P. (2015). Fatores preditores e associados à satisfação dos estudantes de enfermagem. *Acta Paulista de Enfermagem*, 28(6), 566-572. <https://doi.org/10.1590/1982-0194201500093>
- Hogan, J. M., Carlson, J. G., & Dua, J. (2002). Stressors and stress reactions among university personnel. *International Journal of Stress Management*, 9(4), 289-310. <https://doi.org/10.1023/A:1019982316327>
- Horta, J. A. (2013). *A satisfação com a vida de estudantes universitários* [Dissertação de Mestrado, Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias]. <https://recil.ensinolusofona.pt/bitstream/10437/5070/1/tese.pdf>
- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. (2012). *Censo Brasileiro de 2010*. IBGE. <https://censo2010.ibge.gov.br/resultados.html>
- Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira. (2020). *Sinopse Estatística da Educação Superior*. Ministério da Educação. <https://www.gov.br/inep/pt-br/acesso-a-informacao/dados-abertos/sinopses-estatisticas>
- Keyes, C. L., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007-1022. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.82.6.1007>
- Krishnan, V., & Collop, N. A. (2006). Gender differences in sleep disorders. *Current Opinion in Pulmonary Medicine*, 12(6), 383-389. <https://doi.org/10.1097/01.mcp.0000245705.69440.6a>
- Labouvie-Vief, G., & DeVoe, M. (1991). Emotional regulation in adulthood and later life: A developmental view. In K. W. Schaie (Ed.), *Annual review of gerontology and geriatrics* (pp. 172-194). Springer.
- Lang, F. R., Staudinger, U. M., & Carstensen, L. L. (1998). Perspectives on socioemotional selectivity in late life: How personality and social do (and do not) make a difference. *Journal of Gerontology: Psychological Sciences*, 53(1), 21-30. <https://doi.org/10.1093/geronb/53B.1.P21>
- Linard, J. G. (2016). *Análise do estilo de vida, condições ambientais, de aprendizagem e rendimento acadêmico em universitários ingressantes e concludentes do curso de Educação Física* [Dissertação de Mestrado, Universidade Estadual do Ceará]. <http://siduece.uece.br/siduece/trabalhoAcademicoPublico.jsf?id=83048>
- Luhmann, M., Lucas, R. E., Eid, M., & Diener, E. (2013). The prospective effect of life satisfaction on life events. *Social Psychological and Personality Science*, 4(1), 39-45. <https://doi.org/10.1177/1948550612440105>
- Morrison, M., Tay, L., & Diener, E. (2011). Subjective well-being and national satisfaction: Findings from a worldwide survey. *Psychological Science*, 22(2), 166-171. <https://doi.org/10.1177/10956797610396224>

- Neri, M., & Soares, W. (2002). Desigualdade social e saúde no Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, 18, 77-87. <https://www.scielo.org/pdf/csp/2002.v18suppl0/S77-S87/pt>
- Ngamaba, K. H., Panagioti, M., & Armitage, C. J. (2018). Income inequality and subjective well-being: A systematic review and meta-analysis. *Quality of Life Research*, 27(3), 577-596. <https://doi.org/10.1007/s11136-017-1719-x>.
- Nolem-Hoeksema, S., & Runsting, C. L. (1999). Gender differences and well-being. In D. Kahneman, E. Diener & N. Schwartz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 330-52). Russell Sage Foundation.
- Nowakowski, S., Meers, J., & Heimbach, E. (2013). Sleep and women's health. *Sleep Medicine Research*, 4(1), 1-22. <https://doi.org/10.17241/smr.2013.4.1.1>
- Pachane, G. G. (2003). Experiência universitária e sua contribuição ao desenvolvimento pessoal do aluno. In E. Mercuri & S. Polydoro (Orgs.), *Estudante universitário: características e experiências de formação* (pp. 155-186). Cabral Editora.
- Pavot, W., & Diener, E. (1993). Review of the satisfaction with life scale. *Psychological Assessment*, 5(2), 164-172. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.5.2.164>
- Pedhazur, E. J. (1997). *Multiple regression in behavioral research* (3ª ed.). Harcourt.
- Perry, N. L. (2020). Gender differences in subjective well-being. In B. J. Carducci, C. S. Nave, A. Di Fabio, D. H. Saklofske & C. Stough (Eds.), *The Wiley encyclopedia of personality and individual differences: Models and theories* (pp. 191-194). John Wiley & Sons. <https://doi.org/10.1002/9781118970843.ch209>
- Peterson, C., Park, N., & Seligman, M. E. (2005). Orientations to happiness and life satisfaction: The full life versus the empty life. *Journal of Happiness Studies*, 6(1), 25-41. <https://doi.org/10.1007/s10902-004-1278-z>
- Quadros, L. S., Sousa, T. F., Silva, E. S., Gordia, A. P., Quadros, T. M. B., & Alvarenga A. M. (2022). Autoavaliação da qualidade de ensino e aprendizagem por universitários. In A. P. Gordia, T. M. B. Quadros & T. F. Sousa (Eds.), *Educação física da UFRB: 10 anos de história* (pp. 35-48). EDUFRB.
- Reis, M. C., Pinto Júnior, E. P., Melo, N. S. A., Raposo, M. T., & Munaro, H. L. R. (2016). Condições de saúde e fatores associados a satisfação com vida em acadêmicos de fisioterapia. *Revista Saúde.Com*, 12(3), 638-645. [http://www.repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/22373/1/2016\\_art\\_mcreis.pdf](http://www.repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/22373/1/2016_art_mcreis.pdf)
- Røysamb, E., Tambs, K., Reichborn-Kjennerud, T., Neale, M-C., & Harris, J. R. (2003). Happiness and health: Environmental and genetic contributions to the relationship between subjective well-being, perceived health, and somatic illness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(6), 1136-1146. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.6.1136>
- Rusillo, M. T. C., & Arias, P. F. C. (2004). Gender differences in academic motivation of secondary school students. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 2(3), 97-112. <http://www.investigacion-psicopedagogica.org/revista/new/english/ContadorArticulo.php?31>
- Santos, J. A. F. (2011). Classe social e desigualdade de saúde no Brasil. *RBCS – Revista Brasileira de Ciências Sociais*, 26(75), 27-55. <https://doi.org/10.1590/S0102-69092011000100002>
- Sousa, T. F., Fonseca, S. A., José, H. P. M., & Nahas, M. V. (2013). Validade e reprodutibilidade do questionário Indicadores de Saúde e Qualidade de Vida de Acadêmicos (Isaq-A). *Arquivos de Ciências do Esporte*, 1(1), 21-30.
- Schimmack, U., Diener, E., & Oishi, S. (2002). Life-Satisfaction is a momentary judgment and a stable personality characteristic: The use of chronically accessible and stable sources. *Journal of Personality*, 70(3), 345-384. <https://doi.org/10.1111/1467-6494.05008>
- Schimmack, U., Schupp, J., & Wagner, G. G. (2008). The influence of environment and personality

- on the affective and cognitive component of subjective well-being. *Social Indicators Research*, 89(1), 41-60. <https://doi.org/10.1007/s11205-007-9230-3>
- Sousa, T. F., Ferreira, M. S., Santos, S. F. S., Fonseca, S. A., Barbosa, A. R., & Fonseca, S. C. F. (2021). Cardiovascular risk factors in students at a public college institution in Brazil. *Revista Ciências em Saúde*, 11(4), 78-85. <https://doi.org/10.21876/rcshci.v11i4.1170>
- Sousa de, T. F., Fonseca, S. A., Vieira, E. P., Chaves, A. O., Nascimento do, J. V., & Alvarenga, A. M. (2018). Validade de constructo da escala Condições do Ambiente e Características de Aprendizagem na Universidade (CACAU). *Avaliação: Revista da Avaliação da Educação Superior (Campinas)*, 23(3), 665-678. <https://doi.org/10.1590/s1414-40772018000300006>
- Steptoe, A., & Feldman, P. J. (2001). Neighborhood problems as sources of chronic stress: Development of a measure of neighborhood problems, and associations with socioeconomic status and health. *Annual Behavioral Medicine*, 23(3), 177-185. [https://doi.org/10.1207/S15324796ABM2303\\_5](https://doi.org/10.1207/S15324796ABM2303_5)
- Tabachnick, B., & Fidell, L. (1996). *Using multivariate statistics*. Harper Collins College.
- Tamres, L. K., Janicki, D., & Helgeson, V. S. (2002). Sex differences in coping behaviour: A meta-analytic review and an examination of relative coping. *Personality and Social Psychology Review*, 6(1), 2-30. [https://doi.org/10.1207/S15327957PSPR0601\\_1](https://doi.org/10.1207/S15327957PSPR0601_1)
- Tay, L., Ng, V., Kuykendall, L., & Diener, E. (2014). Demographic factors and worker well-being: An empirical review using representative data from the United States and across the world. In P. L. Perrewé, C. C. Rosen, & J. R. B. Halbesleben (Eds.), *The role of demographics in occupational stress and well being*, Vol. 12 (pp. 235-283). Emerald Group Publishing Limited. <https://doi.org/10.1108/S1479-355520140000012007>
- Van Reen, E., Sharkey, K. M., Roane, B. M., Barker, D., Seifer, R., Raffray, T., Bond, T. L., & Carskadon, M. A. (2013). Sex of college students moderates associations among bedtime, time in bed, and circadian phase angle. *Journal of Biological Rhythms*, 28(6), 425-431. <https://doi.org/10.1177/0748730413511771>
- Wickham, S-R., Amarasekara, N. A., Bartonicek, A., & Conner, T. S. (2020). The big three health behaviors and mental health and well-being among young adults: A cross-sectional investigation of sleep, exercise, and diet. *Frontiers in Psychology*, 11, Artigo 579205. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.579205>
- Voderholzer, U., Al-Shajlawi, A., Weske, G., Feige, B., & Riemann, D. (2003). Are there gender differences in objective and subjective sleep measures? A study of insomniacs and healthy controls. *Depression and Anxiety*, 17(3), 162-172. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12768650/>
- Zhang, Z., & Chen, W. (2019). A systematic review of the relationship between physical activity and happiness. *Journal of Happiness Studies*, 20(4), 1305-1322. <https://doi.org/10.1007/s10902-018-9976-0>
- Zhang, B., & Wing, Y. K. (2006). Sex differences in insomnia: A meta-analysis. *Sleep*, 29(1), 85-93. <https://doi.org/10.1093/sleep/29.1.85>
- Zuckerman, M., Li, C., & Diener, E. F. (2017). Societal conditions and the gender difference in well-being: Testing a three-stage model. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 43(3), 329-336. <https://doi.org/10.1177/0146167216684133>

**Recebido: maio 31, 2022**  
**Aprovado: dezembro 2, 2022**

