

PROGRAMAS DE PROMOÇÃO DA SAÚDE EM UNIVERSIDADES: REVISÃO SISTEMÁTICA ¹

Amanda Tribulato Rego², Julia Vieira Khoury³, Jane Biscaia Hartmann⁴, Marcelo Picinin Bernuci⁵, Mirian Ueda Yamaguchi⁶

¹ Projeto de Iniciação Científica da Universidade Unicesumar

² Acadêmica do Curso de Medicina, UNICESUMAR, Maringá (PR). Bolsista do PIBIC-12-UniCesumar

³ Acadêmica do Curso de Medicina, UNICESUMAR, Maringá (PR)

⁴ Doutoranda do Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde , UNICESUMAR, Maringá (PR)

⁵ Docente do Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde , UNICESUMAR

⁶ Docente do Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde, UNICESUMAR

RESUMO: Os jovens são vulneráveis aos hábitos prejudiciais à saúde e ao seu bem-estar. Este estudo trata-se de uma revisão sistemática que consistiu em identificar programas de promoção da saúde nas universidades. Utilizou-se a metodologia PRISMA e as bases de dados para pesquisa: *PubMed*, *SciELO* e *Science Direct*. Foram utilizados os descritores *student* e *health promotion program*. Identificou-se inicialmente 1.841 artigos. Foi critério de inclusão estudos de ensaios clínicos. Os programas de promoção da saúde desenvolvidos nas universidades foram nas áreas de saúde mental, atividade física, nutrição e álcool e drogas. Conclui-se que o ambiente universitário para promoção de saúde necessita de estratégias específicas, uma vez que nem todos os programas analisados nesta revisão obtiveram resultados satisfatórios. Espera-se que as experiências descritas no presente estudo auxiliem gestores na implementação de políticas e programas de promoção da saúde nas universidades, a fim de prevenir a prática de hábitos nocivos como abuso de álcool e drogas, má alimentação e sedentarismo, além de promover a saúde mental dos acadêmicos.

PALAVRAS-CHAVE: Estilo de Vida Saudável; Programas de bem-estar; Serviços de Saúde para Estudantes; Qualidade de vida.

INTRODUÇÃO

Programas de Promoção da Saúde no ensino superior apresentam-se como uma estratégia relevante para a aquisição de conhecimento e aptidões que resultem na adoção de boas práticas no âmbito da Promoção da saúde. Neste contexto, as Universidades Promotoras da Saúde (UPS) são um espaço privilegiado para intervenções que promovam comportamentos e favoreçam a criação de ambientes saudáveis (FERREIRA, BRITO & SANTOS, 2018).

Essa preocupação se evidencia frente às pesquisas realizadas com estudantes do ensino superior que apontam a pré-disposição desse grupo aos comportamentos de risco à saúde durante o

período da vida acadêmica, como o consumo de bebidas alcólicas, hábito de fumar, alimentação inadequada, inatividade física, entre outros (SOUSA, JOSÉ & BARBOSA, 2013).

Os estudantes universitários, com idade média variando entre 18 a 24 anos, ainda se encontram em desenvolvimento físico e mental, e a adoção destes comportamentos pode repercutir prejudicialmente em seu futuro, moldando sua vida profissional e social. Assim, estima-se que o desenvolvimento de políticas de saúde que visem promover saúde e oferecer suporte social a todos que frequentam diariamente as instituições de ensino superior, possuem um papel transformador e formativo no ambiente acadêmico, prospectando objetivos a médio e longo prazos, considerando que os estudantes de hoje serão os cidadãos do futuro (ARROYO & RICE, 2009; LARA, et al., 2008)

Um estudo feito na Coreia do Sul, traz dados que denotam a importância dessa intervenção precoce. De acordo com Kim (2019), para a faixa etária de 20 anos, a ingestão excessiva de gordura foi relatada por 43,6% dos homens e 36,9% das mulheres, e a ingestão excessiva de sódio atingiu 90,0% e 69,7% dos homens e mulheres, respectivamente. Esses fatores a longo prazo predisõem à doenças crônicas como hipertensão e dislipidemias. Ainda segundo o autor, um em cada cinco homens nesta faixa etária, pertence ao grupo de bebedores de alto risco e um em cada quatro adultos, na mesma faixa etária, é tabagista.

Além da saúde física é válido ressaltar que a saúde mental é um importante determinante para o desenvolvimento pessoal que impacta a vida dos estudantes, permeando desde seus relacionamentos até sua capacidade cognitiva. A autora australiana, Fiona Blee (2015), publicou um estudo que identificou que mais de um quarto dos jovens entre 16 a 24 anos atendem aos critérios para transtorno mental como ansiedade (15,4%), transtornos por uso de substâncias (12,7%) e depressão (6,3%). Para Blee, estas condições comumente experimentadas, se tornam um quadro alarmante quando comparados aos baixos níveis de busca por ajuda e tratamento subsequente.

A prática de vida saudável deve ser enfatizada ao longo de todo desenvolvimento do indivíduo, entendendo que as ações de promoção da saúde podem fazer parte dos processos educacionais. Nesta perspectiva, as instituições de ensino superior podem fortalecer o aumento do gradiente de conhecimentos, atitudes e práticas de saúde dos estudantes universitários, influenciando seu modo de vida e das comunidades onde interage, impactando positivamente na qualidade de vida das pessoas.

Neste contexto, este estudo buscou identificar por meio da literatura científica, a efetividade dos programas de promoção da saúde implementados nas universidades.

METODOLOGIA

A primeira etapa deste estudo consistiu em uma revisão sistemática da literatura científica que objetivou identificar estudos sobre programas de promoção da saúde implementados em universidades, publicados nos periódicos dos bancos de dados *Scientific Eletronic Library Online* (SciELO), *Science Direct* e *United States National Library of Medicine* (PubMed). Adotou-se nesta pesquisa o protocolo PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*) para revisões sistemáticas. Foi utilizado como descritor para busca dos documentos os termos “*Students*” e “*health promotion program*”. A busca ocorreu no período entre novembro de 2019 a setembro de 2020. Foram identificados 1.264 documentos, sendo 1.134 na base de dados *Science Direct*, 129 no *Pubmed* (129) e um no *Scielo* (Figura 1). Após esse processo, duas pesquisadoras trabalharam de forma individual, selecionando os trabalhos científicos que foram incluídos neste estudo. Esta seleção ocorreu por meio da leitura dos títulos e resumos, tendo como critério primário de inclusão as publicações que abordassem promoção de saúde em universidades, excluindo, portanto, trabalhos realizados no ensino infantil, fundamental e médio.

Após a discussão entre as duas pesquisadoras sobre o material selecionado, obteve-se como resultado a totalidade de 101 artigos, sendo que quatro deles se apresentavam em mais de uma base de dados. Posteriormente à retirada dos duplicados, os 97 documentos selecionados passaram por outro critério de seleção: foram incluídos apenas os estudos que abordaram práticas de promoção de saúde nas universidades e excluídos aqueles que se restringiram à apresentação de dados epidemiológicos sobre a temática, resultando 60 artigos. Destes, foram incluídos apenas os estudos com abordagem nos programas de promoção da saúde, excluindo sete trabalhos pautados em ações isoladas e estudos que descreviam projetos de promoção de saúde não implementados, resultando em 30 artigos. Na sequência, apenas os estudos de ensaios clínicos com intervenções realizadas com um grupo controle e um grupo experimental foram selecionados. Neste processo, foram excluídos 24 artigos, resultando seis artigos que foram analisados na íntegra.

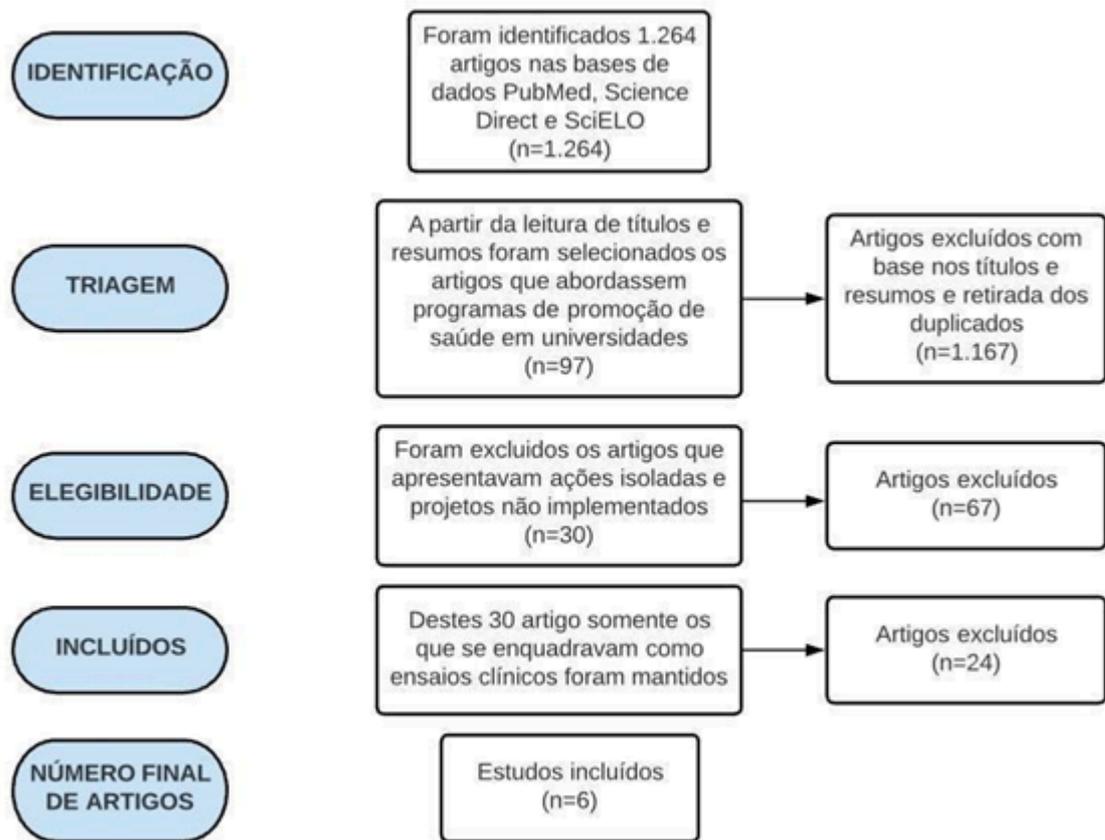


Figura 1. Diagrama de fluxo da seleção do estudo segundo o protocolo PRISMA.

RESULTADOS

De acordo com a metodologia aplicada foram selecionados seis estudos de ensaio clínico. As Figuras 2 e 3 evidenciam a cronologia das publicações relativas aos títulos e países de origem, respectivamente. Dentre os estudos analisados, 33,33% são oriundos da Coreia do Sul, 16,6% da Tailândia, 16,6% Espanha e 16,6% Estados Unidos da América. Os anos de publicação dos estudos está compreendido entre 2000 e 2019, com maior incidência após o ano de 2010.

No Quadro 1 estão resumidos os seis estudos em relação aos seguintes aspectos: autor, ano de publicação, título do artigo, objetivo do ensaio clínico, número de participantes (grupo controle e grupo experimental), descrição das intervenções realizadas e resultados obtidos. Os temas abordados nas intervenções foram: atividade física (2); nutrição, atividade física, álcool e drogas (2); saúde mental (1); álcool e drogas (1).

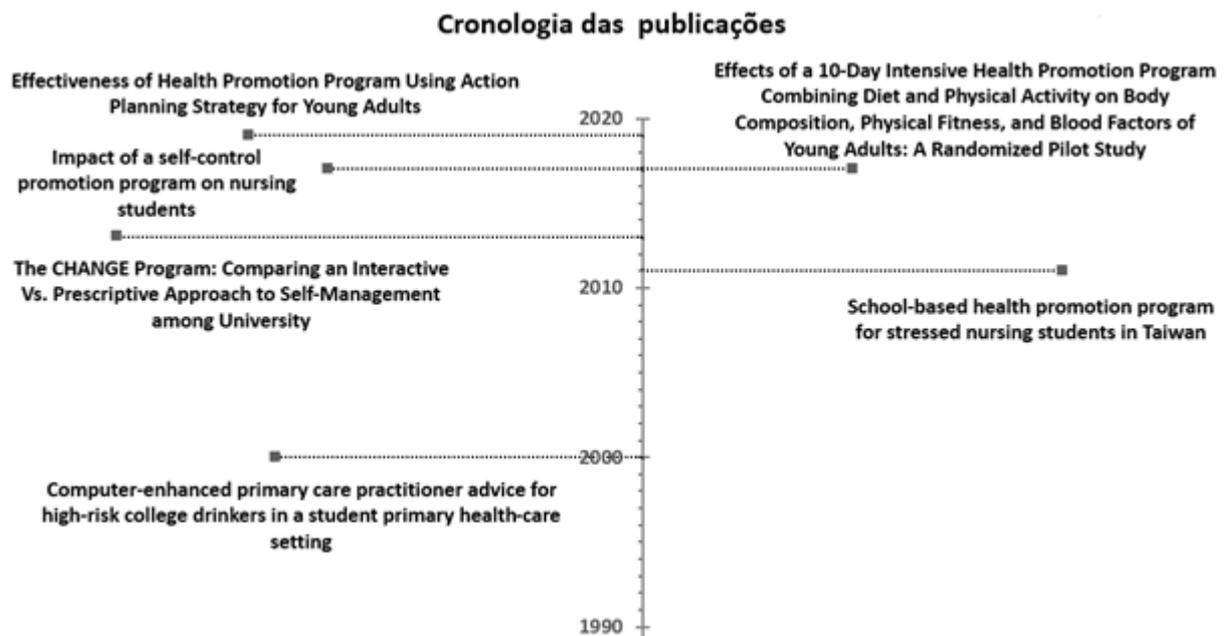


Figura 2. Linha cronológica das publicações sobre programas de promoção de saúde nas universidades.

Dos seis artigos seleccionados, quatro (KIM et al., 2019; HSIEH, 2011; DIMEFF & McNEELY, 2000; LEE, LEE & YEUN, 2017) apresentaram melhora de pelo menos 60% no grupo experimental quando comparado com o grupo controle. Em contrapartida, os outros dois artigos (ÂNGULO, 2018; PEARSON et al., 2013) apresentaram resultados semelhantes em ambos os grupos.



Figura 3. Linha cronológica das publicações dos programas de promoção de saúde nas universidades e os países correspondentes onde foram implementados.

Em seguida, a discussão apresenta aspectos comparativos entre os seis artigos de acordo com o número de participantes, metodologia, tempo de intervenção e taxa de sucesso no grupo experimental.

Quadro 1: Principais características, tipo de intervenções e resultados dos estudos incluídos na revisão.

Autor/Ano/País	Título	Objetivo	Participantes	Intervenções	Resultados
Linda A. Dimeff, Marguerite McNeely, EUA 2000	Computer-Enhanced Primary Care Practitioner Advice for High-Risk College Drinkers in a Student Primary Health-Care Setting	Criar intervenções para diminuir o consumo de álcool entre os jovens universitários e os ensinar a beber de forma responsável.	Estudantes universitários que apresentaram um alto consumo de álcool. Total: 78 Desistentes: 8 GC: 41 GE: 37	BASICS: 2 sessões de 50 min que abordavam estratégias motivacionais associadas ao treinamento cognitivo para diminuir o consumo de álcool entre os participantes. MMASH: Aplicação de um questionário online sobre hábitos saudáveis, seguida de uma orientação personalizada, feita por um profissional de saúde.	Os alunos do grupo BASICS, que receberam uma intervenção mais longa e personalizada apresentaram significativamente menos problemas relacionados ao álcool em comparação aos alunos que passaram menos tempo com seu provedor.
Pei-Lin Hsieh China 2011	School-based health promotion program for stressed nursing students in Taiwan	Diminuir os níveis de estresse dos estudantes por meio da implementação regular de atividade física em suas rotinas.	Estudantes de enfermagem que obtiveram graus de estresse moderado ou alto como resultado em um questionário. Total: 100 Desistentes: 23 GC: 40 GE: 37	O GE foi subdividido em 7 grupos de 5 ou 6 membros cada e foram submetidos a 30 min de exercício físico 3x por semana, durante 8 semanas.	O GE apresentou uma redução significativa nos níveis de estresse ao final das 8 semanas quando comparado ao GC.
Erin S. Pearson, Jennifer D. Irwin, Don Morrow, Daniell S. Battram, James Melling Canadá 2013	The CHANGE Program: Comparing an Interactive V.s. Prescriptive Approach to Self-Management among University	Diminuir as taxas de obesidade e consequentemente diminuir seus riscos de desenvolver diabetes tipo 2.	Estudantes entre 18 e 24 anos com IMC maior que 30kg/m ² livres de diabetes tipo 1 ou outras grandes condições médicas ou doenças. Total: 78 Desistentes: 33 GC: 25 GE: 20	GC: 12 sessões sem roteiro realizadas via telefone por voluntários selecionados aleatoriamente; GE: 12 sessões roteirizadas realizadas via telefone por um especialista para discutir determinados tópicos.	O GC apresentou maior redução no consumo total de calorias enquanto os participantes de GE apresentaram perda de peso mais significativa quando comparados aos participantes do GC.

<p>Kyoung Soon Lee, Jae Koo Lee, Young Ran Yeun Coreia do Sul 2017</p>	<p>Effects of a 10-Day Intensive Health Promotion Program Combining Diet and Physical Activity on Body Composition, Physical Fitness, and Blood Factors of Young Adults: A Randomized Pilot Study</p>	<p>Avaliar os efeitos da implementação de um programa intensivo de promoção da saúde de 10 dias combinando dieta e atividades físicas sobre a composição corporal, aptidão física e parâmetros de bioquímicos de adultos jovens.</p>	<p>Estudantes universitários sem doença física ou psicológica e sem histórico de participação em qualquer outro programa de promoção de saúde. Total:34 Desistentes:4 GC:14 GE:16</p>	<p>Foi estabelecido para todos os participantes uma programação intensiva de 24 horas/dia durante 10 dias. O cronograma abordava tempo para atividade física, prática de massagem, prática culinária e várias palestras sobre hábitos saudáveis, além de horário para dormir e acordar. Ademais, os participantes tinham que se reunir em todos os momentos, inclusive nas refeições, pois o programa oferecia uma dieta vegetariana planejada por nutricionistas.</p>	<p>Houve melhora do peso, IMC, força muscular, flexibilidade muscular, equilíbrio, resistência cardiorrespiratória, níveis de triglicérides, colesterol total, colesterol LD e glicose no GE.</p>
<p>Lidia Grima Ruiz de Ángulo Espanha 2017</p>	<p>Impact of a self-control program on nursing students</p>	<p>Descrver as características de uma saúde mental positiva.</p>	<p>Alunos do 2o ano do curso de enfermagem Total:72 Desistentes:0 GC:37 GE:35</p>	<p>GC e o GE receberam treinamento básico sobre o programa e responderam um questionário sobre saúde mental. O GE recebeu, ainda, 5 sessões de 1h que consistiam em uma dinâmica em grupo e sua análise teórica, que abordava a mesma temática. No final do estudo ambos os grupos responderam novamente o questionário.</p>	<p>Não foi observada diferença significativa na pontuação do GC e do GE.</p>
<p>Su Hyun Kim , Min Ji Kim , Sang Hee Kim , So Yeon Kim , Chae Yeon Park , Jee Yun Bang Coreia do Sul 2019</p>	<p>Effectiveness of Health Promotion Program Using Action Planning Strategy for Young Adults</p>	<p>Avaliar a eficácia de um programa de promoção de saúde baseado em 5 planos de ações semanais.</p>	<p>Estudantes universitários entre 19 a 29 anos, sem doenças crônicas ou deficiência de comunicação. Total:103 Desistentes:0 GC:52 GE:51</p>	<p>Aplicação de um questionário via mensagem de texto sobre saúde, seguido de planos semanais de práticas saudáveis, elaborados por estudantes de enfermagem mediante as respostas obtidas no questionário.</p>	<p>Houve uma melhora expressiva nos participantes do GE, relacionados à práticas alimentares, tabagismo, atividade física, e auto eficácia para o gerenciamento da saúde.</p>

GE: grupo experimental; GC: grupo controle.

DISCUSSÃO

Esta revisão sistemática examinou os resultados dos programas de promoção de saúde em universidades de diferentes partes do mundo. Em relação à temática abordada nesses programas, foram identificadas publicações relacionadas à atividade física e nutrição, saúde mental e consumo de álcool e drogas.

Cronologicamente, o primeiro artigo selecionado nesta revisão foi realizado nos Estados Unidos no ano de 2000 e teve como objetivo criar intervenções para diminuir o consumo de álcool e drogas entre os estudantes universitários. Foi então criado o BASICS (*Brief Alcohol Screening and Intervention for College Students*) indicado para estudantes que realizam um grande consumo de álcool. O programa consistia em 2 sessões de 50 minutos onde era abordado estratégias motivacionais combinadas com o treinamento de habilidades cognitivo-comportamentais. Em seguida foi criado o MMASH (*Multi-Media Assessment of Student Health*), com o objetivo de alcançar os estudantes que não tinham condições financeiras de participar do BASICS. O MMASH era um programa virtual de 15 minutos pautado em um questionário sobre hábitos saudáveis que ao final apresentava informações sobre como atenuar os principais problemas abordados, de acordo com as respostas dos estudantes. Ao final do estudo identificou-se que os participantes do grupo BASICS que era presencial, apresentaram de maneira significativa menos problemas relacionados ao consumo de álcool quando comparados ao grupo MMASH que utilizou o ambiente virtual (DIMEFF & McNEELY, 2000).

O segundo estudo foi realizado em Taiwan no ano de 2011, e teve como grupo alvo estudantes do curso de enfermagem que obtiveram níveis moderados ou altos de estresse em um questionário de 25 questões elaborado por uma estudante de enfermagem. Esta intervenção embasou-se no pressuposto que esses estudantes estão expostos a vários fatores desencadeadores de estresse, como a carga acadêmica, falta de experiência clínica, responsabilidades e relacionamento deficiente com a equipe clínica. Os participantes foram divididos em dois grupos: Grupo Experimental (GE) e Grupo Controle (GC). O GE foi subdividido em 7 subgrupos de 5 ou 6 participantes e submetido a 30 minutos de atividade física 3 vezes por semana durante 8 semanas. No final do estudo foi aplicado outro questionário para avaliar o nível de estresse dos participantes e constatou-se que o GE reduziu seus níveis de estresse em mais de 75% quando comparado ao GC (HSIEH, 2011).

Em 2013, um estudo canadense selecionou 45 acadêmicos entre 18 a 24 anos com um IMC

maior que 30Kg/m² com o objetivo de diminuir a obesidade e, conseqüentemente, o risco de desenvolver diabetes tipo 2. Os participantes foram divididos entre o MI-via-CALC (Grupo Controle) que consistia em 12 sessões de 45 minutos sem roteiro realizadas por telefone por voluntários selecionados aleatoriamente, e o LEARN (Grupo Experimental) consistia em 12 sessões roteirizadas de 30 a 45 minutos realizadas por telefone por especialista para discutir tópicos pré-estabelecidos. Os grupos apresentaram melhorias distintas, os participantes do GC apresentaram maior redução no consumo total de calorias e de gordura enquanto os participantes do GE apresentaram perda de peso mais significativa (PEARSON et al., 2013).

Na Coreia do Sul em 2017, um estudo avaliou os resultados físicos e bioquímicos da implementação de um programa intensivo de 10 dias, cujo método foi a elaboração de um cronograma completo de 24 horas durante o período proposto. Neste cronograma haviam horários para a realização de atividade física, prática de massagem, prática culinária e várias palestras sobre hábitos saudáveis, bem como horário para dormir e acordar. Além disso, as refeições, vegetarianas, eram feitas em um mesmo local, para que todos os participantes tivessem o mesmo cardápio. Durante os 10 dias o grupo controle foi supervisionado por fiscais, para que não realizassem qualquer prática que estivesse fora do planejado. No final do estudo, os participantes do grupo experimental apresentaram melhora significativa do peso, IMC, força muscular, flexibilidade muscular, equilíbrio, resistência cardiorrespiratória, e níveis de TG, TC, LDL-C e glicose (LEE, LEE & YEUN, 2017).

Em contrapartida, na Espanha em 2018, um estudo voltado para saúde mental, realizado com alunos do 2o ano da faculdade de enfermagem, não apresentou diferenças entre o grupo controle e o grupo experimental. Todos os participantes responderam o questionário *Lluch*, o qual consistia em 39 questões divididas em 6 categorias: satisfação pessoal, atitudes pró-sociais, autocontrole, autonomia, capacidade de resolver problemas e habilidades de relações interpessoais. Após isso, o grupo experimental recebeu 5 sessões de 1h, uma vez por semana, que consistiam em uma dinâmica em grupo e sua análise sobre tópicos da saúde mental. Ao término das sessões, o questionário foi reaplicado aos dois grupos para analisar possíveis mudanças. De acordo com os resultados, a saúde mental dos participantes era classificada em muito positiva, positiva, intermediária e negativa e os participantes dos dois grupos obtiveram classificações semelhantes (ÂNGULO, 2018).

O último artigo analisado foi realizado na Coreia do Sul em 2019, implementou no grupo experimental o programa "*Put your health up*" de promoção da auto eficácia em saúde com o objetivo de criar práticas saudáveis permanentes no curso de cinco semanas. Os participantes responderam um questionário auto avaliativo, enviado por mensagem de texto, que abordava

como critérios principais: características gerais, auto eficácia na gestão da saúde, prática de vida saudável e estado de saúde subjetivo. De acordo com os resultados, eles foram divididos em diversos grupos, cada qual com 10 pessoas, sendo uma delas selecionada como líder. Este, era obrigatoriamente estudante universitário do curso de enfermagem, e sua função era elaborar um plano de ação semanal para seus colegas, mediante o perfil observado do grupo. Durante os encontros, realizados uma vez por semana, o líder discutia os resultados das ações da semana anterior e apresentava a estratégia seguinte, sempre monitorando o desempenho do comportamento de saúde de todos os indivíduos. Apesar do grupo experimental apresentar melhoras mais expressivas relacionadas às práticas alimentares, tabagismo, atividade física, e auto eficácia para o gerenciamento da saúde, o grupo controle também apresentou uma melhora em todos os quesitos (KIM et al., 2019).

A maioria dos ensaios clínicos selecionados (83%) apresentou resultados positivos ao avaliar as diferenças entre o grupo controle e o grupo experimental no final do programa, comprovando, portanto, a eficácia de tais métodos. Exceto pelos estudos da Espanha, que teve como objetivo promover uma saúde mental positiva aos estudantes de enfermagem, e outro realizado no Canadá, que objetivou diminuir as taxas de obesidade na população canadense, e assim prevenir o desenvolvimento de diabetes tipo II onde ambos apresentaram resultados semelhantes nos dois grupos (ÂNGULO, 2018; PEARSON et al., 2013).

Um aspecto a ser considerado nesta revisão é a metodologia diferencial em cada programa desenvolvido nas diferentes universidades. Embora a atualidade seja permeada pela tecnologia e ambiente virtual, principalmente na faixa etária média dos universitários, 18 a 26 anos, apenas um dos seis estudos foi realizado de maneira digital, sendo que os outros cinco expunham em seus documentos no mínimo um encontro presencial pelo grupo de intervenção. Todavia, ao comparar os efeitos dessas duas abordagens, percebeu-se que ambos os métodos foram eficazes (PEARSON et al., 2013).

A respeito da duração dos programas de promoção de saúde nas universidades, nesta revisão literária analisou-se que diferentes períodos de intervenção podem apresentar resultados semelhantes, dependendo do agente da intervenção e da metodologia utilizada, uma vez que cinco de seis estudos refletem o sucesso de seus resultados, mesmo tendo variação de até 14 semanas entre eles. Este ponto foi relevante ao comparar dois ensaios clínicos realizados em cinco semanas, em que um obteve êxito (KIM, SU HYUN, 2019), enquanto outro, insucesso (ÂNGULO, 2018).

Uma hipótese para tal divergência seria a forma como os estudos foram propostos, no primeiro

ensaio foram realizadas 5 reuniões semanais de 30 minutos cada, na qual o principal agente promotor da saúde eram os próprios alunos, participantes do estudo. Dividiu-se os universitários em grupos, e cada qual selecionou um líder para propor uma ação semanal cujo objetivo fosse melhorar algum hábito saudável específico. Nesse ínterim, os participantes absorveram melhor as informações por terem sido encontros mais descontraídos, e pelas ações terem sido elaboradas pelos próprios acadêmicos, de acordo com seus interesses. Já no segundo programa, foram realizadas também 5 sessões, porém de 1 hora cada uma e conduzidas pelos elaboradores do estudo, e não pelos estudantes, o que pode não ter despertado a atenção dos participantes. Todos os outros estudos apresentaram melhorias em seus dados obtidos após a intervenção, de forma que dois ensaios clínicos foram aplicados em até 10 dias e outros dois, em mais de 10 semanas, provando que o tempo não é um fator determinante para a eficácia da promoção da saúde e sim a qualidade de sua programação e aplicação (KIM et al., 2019; ÂNGULO, 2018).

Por fim, torna-se relevante a análise das principais regiões onde estão inseridas as universidades que implantaram tais programas de promoção da saúde. Notou-se que 50% das pesquisas experimentais identificadas nesta revisão são oriundas da Ásia, mais especificamente da Coreia do Sul (2) (KIM et al., 2019; LEE, LEE & YEUN, 2017) e China (1) (HSIEH, 2011). Os restantes das publicações foram provenientes dos Estados Unidos (1) (DIMEFF & McNEELY, 2000), Canadá (1) (PEARSON et al., 2013) e Espanha (1) (ÂNGULO, 2018). Embora o conceito de Universidade Promotora da Saúde (UPS) tenha sido originado na América Latina, e esteja mais difundido nessa região, não foram identificados ensaios clínicos randomizados de autores latino-americanos. O objetivo de uma UPS, é implementar práticas de promoção de saúde e qualidade de vida a todos os acadêmicos e colaboradores, como um projeto contínuo institucional, e embora muitas universidades brasileiras possuam o selo de UPS, destaca-se que não foram identificados programas de promoção da saúde nas instituições de ensino superior na América do Sul.

CONCLUSÃO

As evidências desta revisão sistemática apontam para benefícios dos programas de promoção da saúde implementados nas universidades, entretanto identificou-se que sua efetivação necessita de estratégias específicas, uma vez que nem todos os programas concretizados obtiveram resultados satisfatórios. Espera-se que as experiências dos programas adotados nas universidades dos diversos países discutidos no presente estudo, auxilie outros gestores de instituições de ensino superior na criação de políticas de saúde e programas de promoção da saúde nas universidades, a fim de prevenir a prática de hábitos nocivos como abuso de álcool e drogas, má alimentação e sedentarismo, além de promover a saúde mental dos acadêmicos.

REFERÊNCIAS

ÂNGULO, Lidia Grima-Ruiz de. Impact of a self-control promotion program on nursing students. **Enfermería Clínica (English Edition)**, [S.L.], v. 28, n. 2, p. 118-124, mar. 2018. Elsevier BV. Disponível em <<http://dx.doi.org/10.1016/j.enfcle.2017.03.014>>

ARROYO, H. V.; RICE, M. **Una Nueva Mirada al Movimiento de Universidades Promotoras de la Salud en las Américas**. Documento de Trabajo Desarrollado para el IV Congreso Internacional de Universidades Promotoras de la Salud. Evento organizado por la Universidad Pública de Navarra a efectuarse en Pamplona, España del 7-9 de octubre de 2009.

BLEE, Fiona L.; REAVLEY, Nicola J.; JORM, Anthony F.; MCCANN, Terence V.. Student driven mental health promotion in an Australian university setting. **Mental Health & Prevention**, [S.L.], v. 3, n. 1-2, p. 26-33, maio 2015. Elsevier BV. Disponível em <<http://dx.doi.org/10.1016/j.mhp.2015.04.004>>

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Carta de Ottawa**. Brasília, DF, 1986. Disponível em <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/carta_ottawa.pdf>

DIMEFF, Linda A.; MCNEELY, Marguerite. Computer-enhanced primary care practitioner advice for high-risk college drinkers in a student primary health-care setting. **Cognitive And Behavioral Practice**, [S.L.], v. 7, n. 1, p. 82-100, dez. 2000. Elsevier BV. Disponível em <[http://dx.doi.org/10.1016/s1077-7229\(00\)80010-3](http://dx.doi.org/10.1016/s1077-7229(00)80010-3)>

FERREIRA, Fernanda Maria Príncipe Bastos; BRITO, Irma da Silva; SANTOS, Margarida Reis. Health promotion programs in higher education: integrative review of the literature. **Revista Brasileira de Enfermagem**, [S.L.], v. 71, n. 4, p. 1714-1723, 2018. FapUNIFESP (SciELO). Disponível em <<http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2016-0693>>

HSIEH, Pei-Lin. A School-Based Health Promotion Program for Stressed Nursing Students in Taiwan. **Journal Of Nursing Research**, [S.L.], v. 19, n. 3, p. 230-237, set. 2011. Ovid Technologies (Wolters Kluwer Health). Disponível em <<http://dx.doi.org/10.1097/jnr.0b013e318228d010>>

KIM, Su Hyun; KIM, Min Ji; KIM, Sang Hee; KIM, So Yeon; PARK, Chae Yeon; BANG, Jee

Yun. **Effectiveness of Health Promotion Program Using Action Planning Strategy for Young Adults**. Journal Of Korean Academy Of Nursing, [S.L.], v. 49, n. 4, p. 461, 2019. Korean Society of Nursing Science. Disponível em <<http://dx.doi.org/10.4040/jkan.2019.49.4.461>>

LARA, R. M. M.; ÁVILA, F. S.; GARCIA, B. L.; LUCERO, V.; CHÁVEZ, A. P.; SIERRA, M. D. V. **Evaluación de la percepción de calidad de vida y el estilo de vida en estudiantes desde el contexto de las Universidades Promotoras de la Salud**. Revista de Educación y Desarrollo, n. 8, 2008.

LEE, Kyoung Soon; LEE, Jae Koo; YEUN, Young Ran. Effects of a 10-Day Intensive Health Promotion Program Combining Diet and Physical Activity on Body Composition, Physical Fitness, and Blood Factors of Young Adults: a randomized pilot study. **Medical Science Monitor**, [S.L.], v. 23, p. 1759-1767, 11 abr. 2017. International Scientific Information, Inc. Disponível em <<http://dx.doi.org/10.12659/msm.900515>>

OLIVEIRA, C. S. **A Universidade Promotora da Saúde: uma revisão de literatura**. Dissertação (Mestrado em estudos interdisciplinares sobre a universidade). Instituto de Humanidades, Artes e Ciências Professor Milton Santos, Universidade Federal da Bahia, 2017. Disponível em <<http://repositorio.ufba.br/ri/handle/ri/23569>>

PEARSON, Erin S.; IRWIN, Jennifer D.; MORROW, Don; BATTRAM, Danielle S.; MELLING, C.W. James. The CHANGE Program: comparing an interactive vs. prescriptive approach to self-management among university students with obesity. **Canadian Journal Of Diabetes**, [S.L.], v. 37, n. 1, p. 4-11, fev. 2013. Elsevier BV. Disponível em <<http://dx.doi.org/10.1016/j.jcjd.2012.12.002>>

SOUSA, Thiago Ferreira de; JOSÉ, Helma Pio Mororó; BARBOSA, Aline Rodrigues. Conduitas negativas à saúde em estudantes universitários brasileiros. **Ciência & Saúde Coletiva**, [S.L.], v. 18, n. 12, p. 3563-3575, dez. 2013. FapUNIFESP (SciELO). Disponível em <<http://dx.doi.org/10.1590/s1413-81232013001200013>>