



16º CONGRESSO
BRASILEIRO DE
CLÍNICA MÉDICA 2021

6º Congresso Internacional de
Medicina de Urgência e Emergência

EVENTO
HÍBRIDO
PRESENCIAL E VIRTUAL

NEPI
Núcleo de Estudos e
Pesquisas Interdisciplinares



CORRELAÇÃO ENTRE O NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E COGNIÇÃO ENTRE ESTUDANTES DO CURSO DE MEDICINA.

Marinaldo Correa Barbosa de Oliveira¹; João Francisco Barbieri².

1. Discente do Centro Universitário Max Planck; 2. Docente do Centro Universitário Max Planck.
marinaldo.oliveira571@al.unieduk.com.br

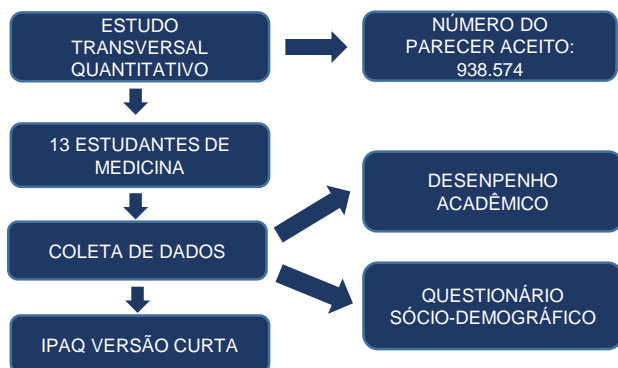
Introdução/Fundamentos

A elevada demanda de estudos e práticas médicas são consideradas estressantes, tornando os estudantes menos empáticos, acometendo-os com problemas fisiológicos e psicológicos, resultando em prejuízos cognitivos e queda no desempenho acadêmico (QUEK et al., 2019). Esses declínios têm sido associados a ausência de atividade física, a qual alude benefícios nas funções cognitivas, induzindo a plasticidade cerebral positiva, fortalecendo sinapses e acarretando em melhor desempenho acadêmico (WUNSCH et al., 2021).

Objetivos

Verificar se a capacidade cognitiva e desempenho acadêmico dos alunos do curso de medicina, sofrem influência do nível de atividade física.

Métodos



Resultados

Foi observada uma correlação moderada (0,50; $p=0,080$) ao avaliarmos os minutos de atividades vigorosas na semana e desempenho acadêmico. Ademais, obteve-se forte correlação *pearson* (0,75; $p=0,003$) entre as variáveis de dias de estudos na semana e desempenho acadêmico.

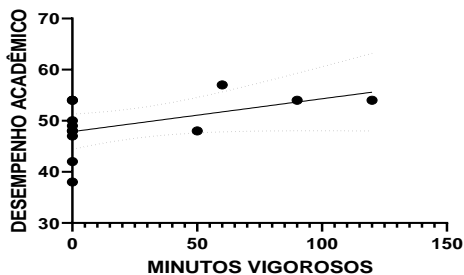


Gráfico 1. Correlação entre dias de estudo e desempenho acadêmico

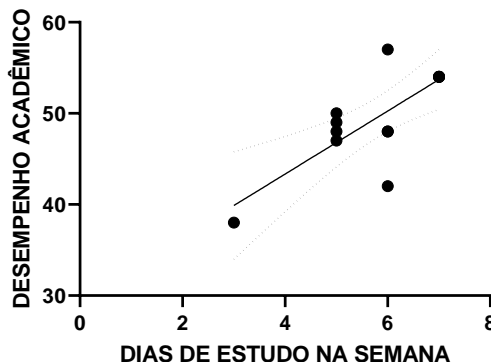


Gráfico 1. Correlação entre dias de estudo e desempenho acadêmico

Discussão

A constância nos estudos é sinérgica ao desempenho acadêmico, corroborando com resultados já apresentados por Kim (2017) e Fox, Adi-Japha, Karni (2017), que apontam que os efeitos da repetição refletem na memória, pois a prática de uma determinada ação, aciona processos de consolidação de memória. A relação entre atividade física (AF) e cognição é objeto de estudo consistente, Kovacevic et al. (2016) e Brown et al. (2017) também apontam que AF de alta intensidade é mais benéfica para função cognitiva. Logo, em estudo recente Brown et al. (2021), identificaram efeitos positivos de AF moderada. Esses são achados importantes, pois ajudam a compreender as inconsistências na literatura com relação ao exercício, cognição e desempenho acadêmico.

Conclusões/Considerações Finais

Esses achados indicam que a maior frequência de dias estudados tem implicações positivas no desempenho acadêmico, levando os alunos a atingir maiores pontuações nas avaliações cognitivas. A atividade física vigorosa demonstrou tendência a característica positivas quando correlacionado com a avaliação de desempenho, sendo mais eficiente em termos de tempo, implicando em maior adesão aos estudantes, já que essas, são de durações mais curtas e requerem menores sessões para produzir resultados benéficos.

Referências Bibliográficas

- FOX, O.; ADI-JAPHA, E.; KARNI, A. Motor memory consolidation processes in young female adults with ADHD may be less susceptible to interference. *Neuroscience Letters*, v. 637, p. 91-95, 2017.
- KIM, H. Brain Regions That Show Repetition Suppression and Enhancement: A Meta-Analysis of 137 Neuroimaging Experiments. *Human Brain Mapping*, v. 38, p. 1894-1913, 2017.
- QUEK, T. T. C. et al. The Global Prevalence of Anxiety Among Medical Students: A Meta-Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, v. 16, p. 1-18, 2019.
- WUNSCH, K et al. Relationship among Physical Activity, Stress, and Academic Performance in University Students: A Systematic Review and Meta-Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, v. 18, n. 739, p. 1-18, 2021.

Apoio financeiro: Núcleo de Estudos e Pesquisas Interdisciplinares.