

ÁREA TEMÁTICA: Saúde

AÇÕES EDUCATIVAS SOBRE A IMPORTÂNCIA DA QUALIDADE DE VIDA DE PRÉ-VESTIBULANDOS NA OTIMIZAÇÃO DO DESEMPENHO ACADÊMICO

Letícia Silveira Rabello de Oliveira¹, Yasmin da Silva Loureiro², Raphael Brito Vieira³, ⁴Hugo Alexandre Sousa Targino⁴, Yago José Fernandes Vasconcelos⁵, Gustavo Souza Ferreira dos Reis⁶, Jackson Borba da Cruz⁷

INTRODUÇÃO: O processo do vestibular é determinante para o futuro da maioria da população juvenil brasileira, pois a partir dele se tem acesso a uma formação acadêmica que determinará a profissão futura. Atualmente, nota-se que a seleção requer desses indivíduos maturidade para lidar com uma carga horária e conteúdos extensos, associado às responsabilidades e temores da trajetória, o que interfere diretamente na qualidade de vida dos estudantes. Fatores estressores, tanto psicológicos quanto físicos, deterioram a qualidade de vida e dificultam o aprendizado de maneira geral, prejudicando o rendimento final tão essencial nesse processo seletivo. Nesse contexto, o presente trabalho objetivou conscientizar esta parcela da população para o quanto a qualidade de vida interfere no resultado almejado e demonstrar maneiras de lidar e diminuir os fatores problemáticos vivenciados. **METODOLOGIA:** O projeto foi desenvolvido na Escola Estadual de Ensino Fundamental e Médio (EEEFM) Elpídio de Almeida, no bairro da Prata situado na cidade Campina Grande, Paraíba. Foram realizados seminários para nivelamento dos extensionistas sobre o tema e desenvolvido no colégio através de slides e uma discussão colaborativa foram transmitidas as informações. Nas reuniões semanais foram abordados temas como estresse, foco e procrastinação, autorresponsabilidade e inteligência emocional. **RESULTADOS:** Por meio do retorno dados pelos alunos, percebeu-se que eles ficaram mais motivados, identificando-se como agentes protagonistas do processo de construção do seu futuro, e por isso, tornaram-se mais ativos e desejosos a aprender e melhorar as suas próprias formas do saber, diminuindo fatores problemáticos do percurso, melhorando a sua qualidade de vida e, finalmente, seu rendimento. **CONCLUSÃO:** Através do projeto, foi analisado que são necessárias mais discussões sobre o tema no ambiente escolar, visto que o conhecimento dos estudantes sobre a relação entre qualidade de vida e estudos ainda o é ínfimo, além da grande mudança trazida pelo debate na atitude do jovem.

Palavras-chave: estresse, pré-vestibulandos, qualidade de vida, vestibular

1. Aluna do curso de Medicina, voluntária, leticiasrabello@gmail.com. 2. Aluna do curso de Medicina, voluntária, y.loureiro@yahoo.com.br; 3. Aluno do curso de Medicina, voluntário, raphabrvt@gmail.com; 4. Aluno do curso de Medicina, voluntário, hugostargino@gmail.com; 5. Aluno do curso de Medicina, voluntário, yagocgpb@hotmail.com; 6. Aluno do curso de Medicina, voluntário, gustavoreis_cg@hotmail.com; 7. Professor do curso de Medicina, orientador, jacksonborba3@gmail.com