

# Estudo Epidemiológico Sobre os Objetivos dos Adolescentes com a Prática de Atividade Físico-Desportiva



## *Epidemiological Study About the Objectives of Adolescents With Physical-Sportive Activity Practice*

Marcelo Marques Soares<sup>1</sup>  
Alexandre Ramos Lazzarotto<sup>1,2,3</sup>  
Gustavo Waclawovsky<sup>1</sup>  
José Luis Alonso Lancho<sup>4</sup>

1. Universidade Feevale – FEEVALE – RS.  
2. Centro Universitário La Salle – Unilasalle – Canoas – RS, Brasil  
3. Universidade Federal do Rio Grande do Sul – UFRGS, Brasil.  
4. Universidad de Córdoba, Córdoba, Espanha

### Correspondência:

Universidade Feevale – FEEVALE  
Rua Araguaia 1.430 – Jardim Mauá –  
93548-350 – Novo Hamburgo, Brasil  
E-mail: marcelodidi@feevale.br

### RESUMO

A prática de atividades físico-desportivas na nossa sociedade vem aumentando de forma significativa, devido ao crescimento de uma nova consciência sobre a importância dessa prática na melhoria da qualidade de vida. O presente trabalho é um estudo epidemiológico sobre os objetivos dos adolescentes de 15, 16 e 17 anos com a prática da atividade físico-desportiva. Este processo investigativo caracterizado como uma investigação quantitativa, de metodologia não experimental, tem como tipo de estudo, o transversal. O instrumento utilizado foi a aplicação de um questionário em alunos da rede pública de ensino, da cidade de Novo Hamburgo, no Estado do Rio Grande do Sul. Como resultado, constatou-se que ter uma diversão, pela ocupação do tempo livre e pela preocupação com as formas do corpo são os objetivos principais dos adolescentes para com a prática de atividade físico-desportiva. Na comparação entre os gêneros, observou-se que por gostar de competir é um objetivo que está mais associado aos adolescentes masculinos do que aos femininos.

**Palavras-chave:** estudantes, exercício, esporte.

### ABSTRACT

The practice of sports activities in our society has been significantly increasing due to the development of a new awareness on the importance of practicing physical activities regularly to improve people's quality of life. The present study attempts to establish the aims and reasons for practice and drop out of physical activity concerning 15, 16 and 17 year-old teenagers. This investigative process is characterized as a quantitative investigation of non-experimental methodology and of transversal study type. The instrument used was a questionnaire carried out with students from the public education system in the city of Novo Hamburgo, in the state of Rio Grande do Sul. As a result, it was found that having some fun and leisure during free time and body shape concern, are the main objectives in both male and female students concerning physical activity. Comparing the objectives of male and female teenagers, it is possible to notice that competing is an objective more associated to male than female teenagers.

**Keywords:** students, exercise, sports.

## INTRODUÇÃO

A prática de atividades físico-desportivas na nossa sociedade vem aumentando de forma significativa, devido ao surgimento de uma nova consciência sobre a importância dessa prática regular na melhoria da qualidade de vida das pessoas. Muitas pesquisas destacam que praticar, de forma adequada, uma atividade física a partir de determinados parâmetros de frequência, intensidade e duração contribui para o bem-estar e a qualidade de vida da sociedade<sup>(1-3)</sup>.

O crescente interesse da população em geral e dos jovens, em particular, tem chamado atenção dos estudiosos de diferentes temas, levando-os a realizar diversas pesquisas sobre os hábitos de práticas esportivas da população<sup>(4-8)</sup>.

A atividade física é considerada componente importante dentro de um estilo de vida saudável, visto que a realização de atividades físicas sistemáticas e com certa frequência constitui um fator de proteção da

saúde e prevenção de diferentes transtornos, devido aos importantes benefícios fisiológicos e psicológicos associados a ela<sup>(9-11)</sup>. Ao passo que as atividades físicas passaram a tornar-se importantes para a população, em especial para os adolescentes, também despertaram o interesse de estudiosos buscando o entendimento desse fenômeno e de questões vinculadas ao mesmo. Entre as características investigadas, destacam-se os motivos e os objetivos que levam os adolescentes a aderirem à prática de atividades físico-desportivas<sup>(12-14)</sup>.

Através dessa investigação é possível não só descrever os tipos de práticas físico-desportivas dos adolescentes como também conhecer os seus interesses e objetivos com essa prática. Deste modo, pode-se tanto sugerir medidas a fim de prevenir o abandono das práticas físico-desportivas durante a adolescência como também estabelecer políticas que primem pela sua promoção.

## METODOLOGIA

O presente processo de investigação é caracterizado como quantitativo, de metodologia não experimental, tendo como tipo de estudo o transversal. O instrumento utilizado foi um questionário aplicado em alunos da rede pública da cidade de Novo Hamburgo, no Estado do Rio Grande do Sul.

O universo dessa pesquisa foi composto por alunos de quatro escolas públicas da cidade de Novo Hamburgo. No período de 2006/2007, quando realizou-se a pesquisa, o número de adolescentes entre 15, 16 e 17 anos, segundo dados da 2ª Delegacia de Ensino do Estado do Rio Grande do Sul, era de 8.870 alunos, sendo 3.918 meninos e 4.952 meninas. Com isso, para adequada execução do estudo, recorreu-se a técnicas de amostragem que permitissem a resposta de questões com um número reduzido de participantes (amostra). A amostra foi constituída de 1.048 alunos representativos do universo de estudantes das escolas públicas da cidade de Novo Hamburgo. Desses alunos, 447 eram meninos com idade média de 16,1 ± 0,8 anos e 601 meninas com idade média de 16,0 ± 0,8 anos. Todos esses alunos estavam regularmente matriculados nas respectivas escolas, com regular frequência nas salas de aulas.

Todos os procedimentos relativos à colaboração desses jovens na presente pesquisa foram realizados de acordo com a conduta ética da Resolução 196/96 (Diretrizes e Normas Regulamentadas de Pesquisa envolvendo Seres Humanos) do Conselho Nacional de Saúde (Ministério da Saúde, 1997), utilizando o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Informou-se aos alunos que a participação na pesquisa seria mediante adesão voluntária, como também garantiu-se aos mesmos a confiabilidade e o sigilo das informações vinculadas a eles.

Em função da coerência entre o desenho da investigação e a atenção às características do problema analisado, optou-se por um instrumento habitualmente utilizado para obtenção de dados: o questionário.

Pela inexistência de um questionário qualificado para atender as questões de pesquisa que envolvessem os adolescentes e as razões para não praticar atividades físico-desportivas, houve a necessidade da elaboração e posterior avaliação da fidedignidade do questionário sobre os objetivos dos adolescentes entre 15, 16 e 17 anos com a atividade físico-desportiva que estudam na cidade de Novo Hamburgo. Nesse sentido, entende-se por confiabilidade a concordância entre informações provenientes de diferentes observadores ou de um mesmo observador ao realizar mensurações distintas, sendo esta uma das etapas essenciais para avaliação das informações coletadas. Para instrumentos autopreenchíveis, como no caso do questionário citado, uma das formas de se realizar esta avaliação é através do procedimento de teste-reteste<sup>(15,16)</sup>.

Após a elaboração do questionário, houve a avaliação cega interjuízes, realizada por três profissionais da saúde, com conhecimento técnico nas áreas relacionadas a adolescentes e atividades físico-desportivas. Posteriormente, o questionário foi aplicado em um grupo de alunos de uma escola em Novo Hamburgo, na região do Vale dos Sinos – Rio Grande do Sul/Brasil e, transcorridas duas semanas, regressou-se à mesma escola para aplicar o instrumento nos mesmos alunos. Realizou-se o teste-reteste no período de 15 a 30 de setembro de 2006, sendo que tanto o grupo como a escola visitada na qualificação do questionário não foram incluídos no estudo principal.

## RESULTADOS

Os resultados encontrados e a discussão dos mesmos estão apresentados separadamente e organizados de acordo com os objetivos do estudo. Dos 1.048 adolescentes que responderam os questionários no estudo principal, 637 relataram praticar alguma atividade físico-

desportiva, enquanto 411 informaram não praticar ou não estarem praticando nenhuma atividade.

Referente aos objetivos dos adolescentes com a prática de atividades desportivas, nas quatro escolas pesquisadas, constatou-se que a maioria, ou seja, 56% (357) da amostra optaram pela resposta para ter uma diversão e lazer, seguida por 48,2% (307) que escolheu pela preocupação com a forma do corpo. Em terceiro lugar, observou-se a resposta por gostar de praticar atividades respondida por 41,6% (265) da amostra, em quarto lugar pela preocupação com a saúde, citada por 38,0% (242) e, em quinto lugar, a opção para encontrar com os amigos, escolhida por 36,3% (231) dos adolescentes (tabela 1).

Ao verificar-se os objetivos dos adolescentes classificando-os entre os gêneros masculino e feminino, foram obtidos os resultados divulgados na tabela 2, destacando que a variável por gostar de competir está mais associada aos adolescentes masculinos do que aos femininos.

## COMENTÁRIOS E DISCUSSÃO

O presente trabalho analisou o universo de adolescentes, grupo pertencente a uma etapa caracterizada por muitas trocas e mudanças, tanto físicas quanto emocionais, havendo, portanto, a necessidade de atenção e cuidado com os resultados obtidos. Nesse contexto, não se tem a pretensão de elaborar formulações generalizantes, assim como deve-se ter cautela ao fazer comparações com estudos realizados com adolescentes de outras redes de ensino. Um exemplo são as investigações sobre hábitos desportivos realizadas no Brasil e em outros países, onde o número de adolescentes não praticantes supera o de praticantes<sup>(17-22)</sup>. Na presente pesquisa foi observado o contrário, visto

**Tabela 1.** Objetivos dos adolescentes com a prática de atividades desportivas

Objetivos	NC	(%)
para ter uma diversão e lazer	357	(56,0)
pela preocupação com o corpo	307	(48,2)
por gostar de praticar atividade	265	(41,6)
pela preocupação com a saúde	242	(38,0)
para encontrar com os amigos	231	(36,3)
por gostar por competir	114	(17,9)
pela ocupação do tempo livre	111	(17,4)
para desestressar	35	(5,5)
para ser atleta profissional	7	(1,1)
não responderam	2	(0,3)
para melhorar as habilidades	1	(0,2)
para ser professor de Educação Física	1	(0,2)

NC: número de citações;  
(%): frequência, em percentual, com que a questão foi citada.

**Tabela 2.** Objetivos dos adolescentes com a prática de atividades desportivas classificados por gênero

Objetivos	Gênero		Total
	Masculino	Feminino	
para ter uma diversão e lazer	56,6% (201)	55,3% (156)	56,0% (357)
pela preocupação com o corpo	43,9% (156)	53,5% (151)	48,2% (307)
por gostar de praticar atividade	45,9% (163)	36,2% (102)	41,6% (265)
pela preocupação com a saúde	33,5% (119)	43,6% (123)	38,0% (242)
para encontrar com os amigos	36,9% (131)	35,5% (100)	36,3% (231)
por gostar por competir*	23,9% ( 85 )	10,3% ( 29 )	17,9% (114)
pela ocupação do tempo livre	18,9% ( 67 )	15,6% ( 44 )	17,4% (111)
para desestressar	5,6% ( 20 )	5,3% ( 15 )	5,5% ( 35 )
para ser atleta profissional	2,0% ( 7 )	,0% ( 0 )	1,1% ( 7 )
não responderam	0,3% ( 1 )	0,4% ( 1 )	0,3% ( 2 )
para melhorar as habilidades	0,3% ( 1 )	0,0% ( 0 )	0,2% ( 1 )
para ser professor de Educação Física	0,0% ( 0 )	0,4% ( 1 )	0,2% ( 1 )
<b>Total</b>	<b>100% (951)</b>	<b>100% (722)</b>	<b>100% (1673)</b>

\* $\chi^2 = 35,3$ ;  $gl = 11$ ;  $p = 0,001$

Os valores em percentual representam a frequência em que a questão foi citada e em parênteses o número de citações.

Programa estatístico SPSS, versão 11.5.

que contou com a participação de 1.048 alunos, em que o número de adolescentes que realizavam atividades físico-desportivas regularmente ( $n = 637$ , ou seja, 60,7%) superou o daqueles que não praticavam ( $n = 411$ , ou seja, 39,3%).

Referente aos objetivos apresentados pelos adolescentes ao praticarem uma atividade físico-desportiva, destaca-se, de um modo geral, a resposta para ter uma diversão e lazer, a qual apareceu como primeiro objetivo, escolhido por 56,0% ( $n = 357$ ) da amostra. Já a opção pela preocupação com a forma do corpo foi citada por 48,2% ( $n = 307$ ), assim como por gostar de praticar atividade por 41,6% ( $n = 265$ ) da amostra, ocupando, portanto, segundo e terceiro lugares, respectivamente, como objetivos mais citados.

Visto que o objetivo principal, ou seja, citado pela maioria dos adolescentes que participaram da pesquisa foi para ter uma diversão e lazer, torna-se importante comentar que tanto a diversão como o lazer são ações realizadas em oposição ao conjunto de obrigações da vida cotidiana. A diversão e o lazer também foram objetivos determinantes da prática físico-desportiva apontados pelos adolescentes em diversos estudos, realizados em diferentes contextos culturais<sup>(23,24)</sup>.

Ao analisar os objetivos dos adolescentes através da comparação entre os gêneros, percebe-se uma tendência à presença dos mesmos objetivos, inclusive na mesma ordem da amostra geral. No entanto, pode-se identificar algumas relações divergentes quanto aos gêneros como, por exemplo, o objetivo por gostar de competir, que está mais associado aos adolescentes masculinos do que aos femininos. Assim é possível, a partir dos resultados, afirmar que o motivo por gostar de competir esteve

mais presente para o gênero masculino do que para o feminino.

Estes resultados coincidem com outros trabalhos, que identificaram motivos relacionados à competição e rendimentos com os homens, ao passo que motivos relacionados a aspectos saudáveis do exercício, fins terapêuticos e estética corporal foram relacionados às mulheres<sup>(25,26)</sup>.

Sabendo-se das diferenças entre os objetivos para com a prática de atividade físico-desportiva citadas pelos gêneros masculino e feminino, busca-se correlacionar esses dados utilizando uma literatura especializada a fim de obter explicações referentes ao fenômeno. Assim, comprovou-se que as mulheres preferem objetivos distantes de modelos competitivos, já os homens, por sua vez, gostam do desafio da competição na prática de atividades físico-desportivas<sup>(27,28)</sup>. Em outro momento, a literatura afirma que as mulheres estão mais interessadas na relação da atividade física com a estética e a imagem corporal<sup>(29)</sup>.

Contudo, deve-se lembrar que a participação de mulheres e homens em atividades físico-desportivas não somente é quantitativa, mas também depende de fatores como o tipo de atividade, as motivações com a prática, a facilidade e a dificuldade de acesso à mesma, a disposição e disponibilidade do tempo livre de cada indivíduo<sup>(30)</sup>.

## CONCLUSÕES

A elaboração das conclusões, etapa considerada um ponto de chegada, também vai se transformando em um ponto de partida. Sabe-se que, para maior compreensão do tema aqui abordado, ou seja, os adolescentes e a atividade física, há necessidade de novas discussões e reflexões que, de certa forma, podem estar latentes. Essas novas reflexões certamente são relevantes para a elaboração de políticas que primem pela participação dos adolescentes em programas de atividades físico-desportivas. Acredita-se que isso possibilitaria a adoção de um estilo de vida ativo, que fosse mantido ao longo da vida do adolescente, já que a adolescência é uma etapa decisiva na aquisição e consolidação de estilos de vida.

A análise dos resultados oriundos do presente estudo epidemiológico sobre os objetivos dos adolescentes com a prática de atividade físico-desportiva permite anunciar que para ter uma diversão e lazer, e pela preocupação com a forma do corpo foram os objetivos principais, do gênero masculino e do feminino, respectivamente. Cabe ainda destacar que o objetivo por gostar de competir está mais associado aos adolescentes masculinos do que aos femininos.

Partindo dos objetivos citados pelos adolescentes, observa-se a necessidade de que os profissionais da atividade física e do desporto sejam capazes de articular alternativas que estimulem os adolescentes a não abandonarem a prática dessas atividades. Por fim, apesar das características e limitações deste estudo, sugere-se a realização de outras investigações com outros desenhos metodológicos que possam confirmar ou contrapor os resultados aqui encontrados. Contudo, busca-se reforçar a ideia de que a prática de atividades físico-desportivas durante a adolescência parece contribuir de forma efetiva para uma vida adulta mais ativa e menos sedentária.

Visto que hábitos de atividade física adquiridos durante a infância e a adolescência tendem a ser mantidos durante toda a vida, considera-se indispensável o desenvolvimento de políticas que incentivem a prática de atividade física e desportiva nos grupos mais jovens, lembrando que a Educação Física na escola parece ser o caminho para dissolver e promover essas políticas.

Todos os autores declararam não haver qualquer potencial conflito de interesses referente a este artigo.

## REFERÊNCIAS

1. Guedes SP, Guedes J. Influência da prática de atividade física em crianças e adolescentes: uma abordagem morfológica e funcional. *Revista da Associação dos Professores de Educação Física de Londrina*. 1995;10:3-25.
2. Puig N. Individualización, diferencia y calidad de vida en el deporte. *Educación Física y Calidad de Vida*. In: Martínez del Castillo J, editor. *Deporte y Calidad de Vida*. Madrid: Librerías deportivas Esteban Sanz, 1998;20-36.
3. American College of Sport Medicine. The recommended quantity and quality of exercise for developing and maintaining cardiorespiratory and muscular fitness, and flexibility in healthy adults. *Med Sci Sports Exerc*. 1998;975-91.
4. García Ferrando M. Las prácticas deportivas de la población española en el cambio de siglo. *Actas del II Congreso de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*. València: Universitat de València, 2001;95-7.
5. Casimiro AJ. Hábitos deportivos y estilo de vida de los escolares almerienses. Ed: Universidad de Almería, 2002.
6. Cervelló E. Una explicación de la motivación deportiva y el abandono desde la perspectiva de la Teoría de Metas: Propuesta para favorecer la adherencia a la práctica deportiva. *Actas del I Congreso Hispano-Portugués de Psicología*. Santiago de Compostela, 2000.
7. Gutiérrez M. Aspectos del entorno escolar y familiar que se relacionan con la práctica deportiva en la adolescencia. *Actas del I Congreso Hispano-Portugués de Psicología*. Santiago de Compostela, 2000.
8. Hellín P. Hábitos físico-deportivos en la Región de Murcia: implicaciones para la elaboración del currículo en el ciclo formativo de Actividades Físico-deportivas. Tesis Doctoral. Murcia: Universidad de Murcia, 2003.
9. Ruiz Juan F. Análisis diferencial de los comportamientos, motivaciones y demanda de actividades físico-deportivas del alumnado almeriense de Enseñanza Secundaria Post Obligatoria y de la Universidad de Almería. Tesis Doctoral. Universidad de Almería, 2001.
10. Segura J, Cebriá J, Casas O, Corbellá S, Crusat M, Escanilla A, Grau G y Sanromá M. Hábitos de actividad física en estudiantes universitarios. In: Nieto G, Garcés de los Fayos EJ, editores. *Psicología de la Actividad Física y el Deporte*, Tomo I. Murcia: Sociedad Murciana de Psicología de la Actividad Física y el Deporte, 1999;203-13.
11. Torre E. Factores personales y sociales vinculados a la práctica físico-deportiva desde la perspectiva del género. *Apunts: Educación Física y Deportes* 2002;70:83-9.
12. Rodríguez A. *Adolescencia y deporte*. Oviedo: Nobel, 2000.
13. Castillo I, Balaguer I. Dimensiones de los motivos de práctica deportiva de los adolescentes valencianos escolarizados. *Apunts: Educación Física y Deportes* 2001;63:22-9.
14. Lopes C, Faerstein E. Reliability of reported stressful life events reported in a self-administered questionnaire: Pró-Saúde Study. *Rev Bras Psiquiatria*. 2001;23: 126-33.
15. Fraga-Maia H, Santana VS. Reliability of reported data from adolescent and their mothers in a health survey. *Rev Saude Publica*. 2005;39:430-7.
16. Pavón A. Motivaciones e intereses de los universitarios murcianos hacia la práctica físico-deportiva. Tesis doctoral: Universidad de Murcia, 2004.
17. Altieri A, Tavani A, Gallus S, La Vecchia B. Occupational and leisure time physical activity and the risk of nonfatal myocardial infarction in Italy. *Ann Epidemiol*. 2004;14:461-6.
18. Gómez LF, Mateus JC, Cabrera G. Leisure-time physical activity among women in a neighborhood in Bogotá, Colombia: prevalence and socio-demographic correlates. *Cad Saude Publica*. 2004;20:1.103-9.
19. Barros MV, Nahas MV. Health risk behaviors, health status self-assessment and stress perception among industrial workers. *Rev Saude Publica*. 2001;35:554-63.
20. Monteiro CA, Conde WL, Matsudo SM, Matsudo VR, Bensenor IM, Lotufo PA. A descriptive epidemiology of leisure time physical activity in Brazil, 1996-1997. *Rev Panam Salud Publica*. 2003;14:246-54.
21. Hallal PC, Victora CG, Wells JCK, Lima RC. Physical inactivity: Prevalence and associated variables in Brazilian adults. *Med Sci Sports Exerc* 2003;35:1894-900.
22. Alves JG, Montenegro FM, Oliveira F, Alves R. Prática de esportes durante a adolescência e atividade física de lazer na vida adulta. *Rev Bras Med Esporte*. 2005;11:291-4.
23. Palou P, Ponseti X, Gili M, Borrás PA, Vidal J. Motivos para el inicio, mantenimiento y abandono de la práctica deportiva de los preadolescentes de la isla de Mallorca. *Apunts*. 2005;81:5-11.
24. Soares MM, Menezes F. The reasons for practicing sports at school. In: 21º Congresso Internacional de Educação Física - FIEP 2006. *New World Gráfica*, 2006;76:154-5.
25. De Hoyo LM, Sañudo CB (2007). Motivos y hábitos de práctica de actividad física en escolares de 12 a 16 años en una población rural de Sevilla. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*. 2007;7:87-98.
26. Hernández JL, Velásquez R, Moya JM, Alonso D, Castejón FJ, Garoz I, et al. "Hábitos de práctica físico-deportiva de los niños y niñas adolescentes, de su entorno familiar y de su círculo de amistades: Estudio de población española". *Actas del VI Congreso Internacional de Educación Física e Interculturalidad*. Murcia, 2006.
27. Ryckman RM, Hamel J. Male and female adolescent's motives related to involvement organize team sports. *International Journal of Sport Psychology* 1995;26:383-97.
28. Bungum T, Dowda M, Weston A, Trost SG y Pate R. Correlates of physical activity in male and female youth. *Pediatric Exercise Science* 2000;12:71-9.
29. Schmitz KH, Lytle LA, Phillips GA, Murray DM, Birnbaum AS, Kubik MY. Psychosocial correlates of physical activity and sedentary leisure habits in young adolescents: the Teens Eating for Energy and Nutrition at School study. *Prev Med*. 2002;34:266-78.
30. Sicilia A. La investigación sobre el pensamiento del alumnado. Una revisión desde la Educación Física. *Revista de Educación*. 2002;331:577-613.