

Estilo de vida: lazer e atividades lúdico-desportivas de escolares de Santa Cruz do Sul

CDD. 20.ed. 613.7
790.1

Miria Suzana BURGOS*
Adroaldo Cezar GAYA**
Carlos Ricardo Maneck Malfatti***
Ademir MULLER*
Leandro Tibiriçá BURGOS*
Hildegard Hedwig POHL*
Cézane Priscila REUTER*

* Universidade de Santa Cruz do Sul.
**Universidade Federal do Rio Grande do Sul.
***Universidade Estadual do Centro-Oeste.

Resumo

Este estudo descritivo objetiva caracterizar o perfil do estilo de vida dos escolares de Santa Cruz do Sul-RS, nos aspectos: práticas de lazer em casa e fora dela e atividades lúdico-desportivas, estratificados por sexo e região (centro, periferia e rural). São sujeitos deste estudo 2486 escolares do sexo masculino e feminino, com sete a 17 anos de idade, do centro, da periferia e do meio rural, sendo, na coleta de dados, utilizado o EVIA (estilo de vida). O nível socioeconômico predominante está na classe B e C. Os resultados revelam que os meninos (84,3%) praticam mais atividades desportivas que as meninas (72%). Na zona rural, o índice de prática é maior (86,7%), seguindo-se o centro (78,9%) e a periferia (73,1%). As atividades de lazer predominantes em casa são ver TV (centro e periferia), conversar/brincar com amigos (centro) e escutar música (periferia e rural). Fora de casa, as principais atividades de lazer são conversar/brincar com amigos (em todas as regiões), passear de carro (centro), jogar futebol (periferia e rural), andar de bicicleta (rural) e passear a pé (periferia). No esporte praticado (sexo masculino), predomina o futebol, principalmente na zona rural, seguido do basquete (centro), e entre as meninas, vôlei (centro e periferia) e futebol (rural). Conclui-se pelo estudo que os hábitos estudados, tanto na zona rural, quanto urbana, são pouco diversificados em relação ao universo de todos os conteúdos culturais do lazer. Conclui-se, também, que, em grande parte, os escolares são sedentários, principalmente os do sexo feminino, favorecendo o aparecimento de fatores de risco às doenças cardiovasculares, o que deve merecer a atenção da Educação Física na escola e do poder público, com oferta de mais espaços e atividades físicas e esportivas de lazer.

UNITERMOS: Estilo de vida; Atividades de lazer; Esporte.

Introdução

O estilo de vida é entendido como tudo aquilo que se vive e se faz no dia a dia (em casa, no trabalho, na escola, no lazer, com os amigos, entre outros); é resultado da educação, da cultura da atividade física e desportiva, do convívio em sociedade e de toda dinâmica globalizada que chega às nossas vidas. Esse contexto imprime, em cada ser humano, atitudes, valores, opções, hábitos que se instalam como se fossem “naturais”, sejam eles benéficos ou maléficos.

Somente o esclarecimento e a consciência das consequências de nossas atitudes do dia a dia é que podem trazer mudanças estruturais e conjunturais no indivíduo e na sociedade, capazes de fazer frente à gama de intervenientes do nosso estilo de vida. O ser humano busca saúde, educação e qualidade de vida; deseja um completo bem-estar, que passe do nível abstrato, para o nível da realidade cotidiana de cada um.

Estilo de vida pode ser considerado também como um conjunto de padrões de comportamento que definem a maneira comum de viver de um indivíduo, num grupo. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS, 1985), os estilos de vida estão ligados aos valores, às motivações, às oportunidades e às questões específicas ligadas aos aspectos culturais, educativos, sociais, econômicos, concepções de saúde, expectativas em nível de saúde, avaliação das expectativas, grau de satisfação com a vida, entre outros.

Um dos fatores que determinam os estilos de vida é a desigualdade entre países e entre indivíduos, dentro de cada país. Os indivíduos e países, social e economicamente privilegiados, têm uma maior amplitude de escolhas na procura de um estilo de vida saudável, enquanto outros têm que se debater com questões fundamentais da existência, sobrevivência e direitos humanos. A pobreza limita o espectro dos estilos de vida acessíveis e está intimamente ligada à saúde (MATOS, SIMÕES, CANHA & FONSECA, 2000).

A falta de atividade física e seu impacto na saúde pública é um grande problema para a sociedade moderna, devido ao fato de a inatividade física estar relacionada a diversas patologias. As atividades físicas e esportivas trazem diversos benefícios para a saúde, relacionados à diminuição de fatores de risco e a taxas de morbidade e mortalidade (KERESZTES, PIKO, PLUHAR & PAGE, 2008). A prática esportiva, realizada como atividade de lazer, faz parte do estilo de vida das crianças (KULIG, BRENNER & McMANUS, 2003). Porém, essa prática começa a diminuir durante a adolescência (TELAMA & YANG, 2000), principalmente entre as meninas (MOTA & ESCULCAS, 2002; SEABRA, MENDONÇA, THOMIS, PETERS & MAIA, 2008).

Na atualidade, o uso maciço de automóveis e o tempo gasto com atividades sedentárias de lazer, como assistir televisão, promovem estilos de vida sedentários em todas as idades, inclusive na infância e adolescência. Para MEIER, HAGER, VINCENT, TUCKER e VINCENT (2007), o hábito de assistir televisão, usar o computador ou jogar videogame, como atividades de lazer, contribuem para um estilo de vida sedentário. Porém, através da promoção da atividade física em casa, na escola e nos espaços de lazer, o nível de prática de atividades tende a aumentar e o de atividades sedentárias a diminuir. De acordo com estudos americanos (GRAF, KOCH, KRETSCHMANN-KANDEL, FALKOWSKI, CHRIST, COBURGER, LEHMACHER, BJARNASON-WEHRENS, PLATEN, TOKARSKI, PREDEL & DORDEL, 2004),

crianças, que assistem menos televisão por semana, tendem a apresentar os melhores resultados, quanto ao desenvolvimento motor.

Nesse contexto de intervenção profissional, que envolve educação e conscientização de crianças e adolescentes, o lazer, o estilo de vida e as atividades lúdico-desportivas são importantes dimensões a serem consideradas, uma vez que trazem a possibilidade do movimento humano, da convivência, da incorporação de valores e de hábitos saudáveis.

Lazer, de decisão autônoma, é determinado pelo contexto social e cultural; dá vida ao tempo livre, com atividades de entretenimento, geradas por atitudes e valores pessoais, incorporados na ambiência sociocultural (dinâmica da interação física, temporal e interpessoal presentes no contexto de um ou mais ambientes culturais; inclui desenvolvimento bidirecional - transformação da pessoa e do contexto social). Tem a finalidade de recrear, distrair-se, descansar, refletir a realidade, imaginar e criar, minimizar o estresse, recuperar energias - aspectos que podem gerar prazer, inquietação, tranquilidade e toda diversidade de sentimentos humanos. Como afirma MARCELLINO (2000, p.14), “não é possível entender o lazer isoladamente, sem relação com outras esferas da vida social. Ele influencia e é influenciado por outras áreas de atuação, numa relação dinâmica”. Nesse sentido, o mesmo autor (2001, p.6) contextualiza o lazer relacionando-o a análises diádicas: “lazer e promoção social, lazer e violência, lazer e segurança, lazer e saúde, lazer e bem - estar”, mostrando a complexidade da compreensão do lazer nas interconexões que compõem a rede social da vida humana.

Atendendo aos interesses verificados no lazer, que predominam nas diversas áreas de atividade, enraizadas na sensibilidade da cultura vivida, DUMAZEDIER (1980) estabeleceu cinco interesses ou conteúdos culturais do lazer, já bem conhecidos: “artísticos, intelectuais, físicos, manuais, e os sociais”. CAMARGO (1998) acrescenta o interesse “turístico”.

Segundo DUMAZEDIER (1980) e MARCELLINO (1996), tais conteúdos são entendidos da seguinte forma: a) Interesses *sociais* (procura pelo relacionamento e pelo convívio social como bailes, os bares e cafés, em ambiente associativo, com organização mais espontânea ou mais organizada); b) Interesses *turísticos* (sociabilidade desenvolvida em encontros, festas, passeios, com a quebra da rotina temporal e espacial, busca de novas paisagens, de novas pessoas e costumes); c) Interesses *artísticos* (arte em museus, bibliotecas, cinemas, teatros,

centros culturais, quadras de escola de samba, nas tradições folclóricas; o conteúdo estético configura a busca da beleza e do encantamento, o que impulsiona o interesse pela arte e o prazer desenvolvendo novas habilidades); d) Interesses *físicos* (atividades físicas ligadas a diversos estilos de vida: esportes radicais, atividades na natureza como forma de fuga do estresse cotidiano, atividades leves, como ioga, atividades mais intensas em academias como musculação e diversos tipos de ginástica; esportes coletivos, individuais, modalidades de lutas, hipismo e golfe. Porém, a maioria da população “pratica esporte” pela TV e jornais, apesar de um forte estímulo à sua prática. Por isso, deve-se pensar na introdução de atividades físicas nos programas de lazer, para que o grupo encontre, nas práticas, a sua realização pessoal, contribuindo para a melhoria e prevenção da sua saúde; e) Interesses *intelectuais* (busca de reflexões e prazer, conhecimento vivido e explorado; xadrez, dama, participação em cursos, palestras); f) Interesses *manuais* (manipulação de produtos e objetos, tais como: jardinagem, costura e culinária, que são difundidos nas atividades de interesse manual. Tais atividades são confundidas como trabalho, misturadas com as artísticas; deve-se então encará-las com flexibilidade, não devendo ser uma preparação para o trabalho, pois essa não é a preocupação básica.

Recentemente, SCHWARTZ (2003), inclui o conteúdo *virtual* do lazer. Esse campo de estudo permeia diversas ciências, como a computação, ecologia, psicologia, sociologia, arquitetura, geografia, entre outras, permitindo uma ampla gama de interpretações, com a participação humana. Ainda, mais recentemente, CARMO e SALOMÃO (2005), propõem nas entrelinhas do texto “Lazer e religião: algumas aproximações”, o conteúdo cultural *espiritual*, tendo em vista que a atividade religiosa, frequentemente é associada às atividades de lazer, pelo fato de produzir efeitos catárticos (alívio de tensões malélicas), tensões agradáveis e sensações de prazer, questões fundamentais para a saúde humana e bem estar.

Atividade lúdico-desportiva é o encontro e a mediação entre o jogo e o desporto, podendo ter caráter de predominância do lúdico, hedonístico, recreativo, ou caráter, predominantemente, desportivo-formal, com gestos esportivos específicos, com sistematização de regras, com uma ordem estruturada, acompanhada de competição. O caráter de prazer, o de alegria ou o de tristeza podem fazer parte do jogo, como também do

desporto formal. É difícil estabelecer limites, para definir um ou outro, quando esses ocorrem, enquanto experiência imbricada de todos estes aspectos, presentes em maior ou menor intensidade. Os professores das crianças e dos adolescentes que participam de “clubes esportivos” da escola, ou do poder público municipal, imprimem, normalmente, “caráter recreativo” às sessões. Porém, há momentos em que participam de competições, observadas as regras do desporto formal. Por esse motivo, torna-se difícil, em certas situações, estabelecer limites precisos entre “jogo” e “desporto”, razão pela qual denominamos “atividade lúdico-desportiva”. Além do mais, quando se considera jogo, no sentido lato (BURGOS & KREBS, 2001), o desporto também é jogo. PEREIRA e NETO (1994, p. 38) definem lúdico-desportivo como uma categoria que “engloba os desportos coletivos com bola, ainda que com grandes adaptações em nível das regras, do espaço de jogo, do número de jogadores”.

Cultura esportiva é o cultivo de atividades lúdico-desportivas, desenvolvidas e incorporadas no grupo de convivência, que representa o conjunto de movimentos específicos de cada modalidade esportiva, bem como padrões sociais de comportamento, condições, oportunidades, crenças, valores intelectuais, morais e espirituais e que vão se mostrando em suas etapas evolutivas e transformadoras, dentro de um contexto social.

A prática de atividade física na infância é fundamental para o desenvolvimento da saúde física e mental das crianças. Quando a atividade física é insuficiente, vários problemas podem acometer a saúde dessas crianças, como obesidade, diabetes mellitus tipo II, doenças cardiovasculares e depressão. Em contraste, vários são os benefícios da prática regular de atividade física, como aptidão aeróbica, níveis lipídicos, metabolismo da glicose, manutenção da pressão arterial, saúde psicológica e desenvolvimento pessoal (POULSEN, ZIVIANI & CUSKELLY, 2008).

Os programas de atividade física, realizados na escola, consistem das aulas de Educação Física e de outras oportunidades relacionadas à prática dessas atividades, como atividades durante o recreio e intervalos, prática esportiva entre os escolares, bem como estímulo aos escolares a caminharem e a andarem de bicicleta mais frequentemente, nas horas de lazer. Ainda, o oferecimento de uma Educação Física de qualidade, na escola, faz com que os escolares se tornem mais ativos fisicamente (LEE, BURGESSON, FULTON & SPAIN, 2007). Cabe ressaltar, ainda, a importância de programas de

atividade física em crianças e adolescentes com problemas de peso, visando ao aumento de sua participação nas atividades esportivas, fazendo com que sejam mais atrativas e divertidas para os jovens (DEFORCHE, BOURDEAUDHUIJ & TANGHE, 2006).

O estilo de vida sedentário está relacionado ao aumento crescente de crianças obesas. Portanto, deve haver uma atenção sobre a alimentação e a prática de atividades físicas para que se obtenha sucesso nas intervenções e políticas de combate à obesidade infantil (ZAPATA, BRYANT, McDERMOTT & HEFELFINGER,

2008). É necessário um trabalho conjunto entre professores e demais profissionais da escola no combate à epidemia da obesidade, criando programas saudáveis e ativos no espaço escolar, além de envolvimento de toda a comunidade, criando oportunidades para expandir a promoção do lazer e da atividade física (FABER, KULINNA & DARST, 2007). Assim, o **objetivo** deste estudo é caracterizar o perfil do estilo de vida dos escolares de Santa Cruz do Sul-RS, nos aspectos: práticas de lazer em casa e fora dela, atividades lúdico-desportivas e locais dessas práticas.

Método

São sujeitos deste estudo 2486 escolares de Santa Cruz do Sul, município localizado no centro do Estado do Rio Grande do Sul, região sul do Brasil, sendo estratificados por conglomerados: 690 escolares do centro, 1165 da periferia urbana, 631 do meio rural; 1241 escolares do sexo masculino, 1245 do sexo feminino. Conforme critério da ABIPEME - Associação Brasileira de Institutos de Pesquisa de Mercado -, utilizado para estabelecimento do nível socioeconômico, percebemos que a maior parte dos escolares está na classe B e C, com médias de 34,0% e 37,2%, respectivamente. As classes D, A e E apresentaram menor prevalência, com 16,3%, 10,0% e 2,4%, respectivamente.

O estudo é descritivo exploratório, sendo os dados identificados através do inventário Estilo de Vida na Infância e Adolescência (EVIA) (SOBRAL, 1992, adaptado à realidade brasileira, por TORRES E CARDOSO, 1995), utilizado no PROESP-BR (2004).

O Projeto referente à presente pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade de Santa Cruz do Sul (CEP - UNISC-processo 1189/05, observada a Resolução Nacional 196/96); os pais ou responsáveis assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, autorizando a criança/adolescente a participar da pesquisa.

Resultados

Atividades de lazer realizadas em casa e fora dela

As atividades de lazer mais realizadas em casa (TABELA 1), pelos escolares são: ver televisão (TV) (com maior predomínio no centro e na periferia); escutar música e conversar/brincar com os amigos, em todas as regiões. Na zona rural, há o destaque

ainda para a prática de estudar. Quanto à prática de atividade de lazer realizada fora de casa (TABELA 1), as atividades mais realizadas, em todas as regiões, foram conversar/brincar com os amigos e jogar bola (com predomínio na zona rural). Outras atividades também foram citadas, com alta prevalência, porém diferentes em cada região: passear de carro (centro), passear a pé (periferia) e andar de bicicleta (rural).

TABELA 1 - Atividades de lazer realizadas em casa e fora de casa.

		Região	Centro			Periferia			Rural		
			M.V	P.V.	N.	M.V	P.V.	N.	M.V	P.V.	N.
Atividade			%	%	%	%	%	%	%	%	
Em casa	Ver TV		69,9	29,6	0,6	70,6	28,2	1,1	59,1	39,9	1,0
	Jogar videogame		20,1	37,0	42,9	20,6	38,1	41,3	14,3	33,1	52,6
	Leituras		25,9	55,1	19,0	24,0	55,2	20,8	26,3	58,5	15,2
	Escutar música		63,5	33,0	3,5	70,4	25,7	3,9	66,9	29,8	3,3
	Conversar/brincar com os amigos		66,5	29,9	3,6	69,0	27,8	3,2	63,9	32,3	3,8
	Ajudar nas tarefas domésticas		21,2	56,2	22,6	43,5	46,7	9,8	51,2	41,7	7,1
	Cuidar de crianças		9,3	16,1	74,6	20,4	25,0	54,6	19,2	20,6	60,2
	Estudar		44,2	48,8	7,0	50,1	43,6	6,3	65,8	30,4	3,8
Fora de casa	Frequentar danceteria		12,6	22,3	65,1	10,1	24,8	65,1	13,5	29,6	56,9
	Conversar/brincar com os amigos		79,6	18,3	2,2	71,2	25,8	3,1	72,4	25,0	2,5
	Passar a pé		34,1	54,2	11,7	47,6	44,0	8,4	33,3	53,4	13,3
	Passar de carro		51,3	40,3	8,4	33,7	45,3	20,9	41,8	43,9	14,3
	Andar de bicicleta		30,7	45,1	24,2	34,3	44,2	21,5	52,0	34,5	13,5
	Andar de patins/roller		9,6	20,7	69,7	7,0	17,6	75,5	3,6	12,7	83,7
	Andar de skate		10,0	22,3	67,7	9,9	19,1	71,0	4,3	12,2	83,5
	Jogar bola		45,7	38,3	16,1	59,6	29,3	11,2	67,2	27,6	5,2

M.V. - Muitas vezes;
P.V. - Poucas vezes;
N- Nunca

Prática de atividades lúdico-desportivas e cultura esportiva

Entre os escolares avaliados, 1942 são praticantes (78%) e 544 (22%) não praticantes de atividades lúdico-desportivas. Porém, do total dos escolares do sexo masculino, 1046 (84,3%) são praticantes e 195 (15,7%) são não praticantes. Já, do sexo feminino, 896 (72%) são praticantes e 349 (28%) são não praticantes de atividades lúdico-desportivas.

Quanto aos esportes mais praticados entre o sexo masculino (TABELA 2), de uma forma geral, destacam-se o futebol e o basquete. Porém, observam-se diferenças entre as regiões: entre os escolares do centro, o voleibol também aparece como um dos esportes mais praticados; já, na periferia e na zona rural, o predomínio do futebol é muito elevado, apresentando, essa última região, 72,9% dos meninos praticando esse esporte, com pouca prevalência para outros esportes. Entre os escolares que não praticam esporte, destacam-se os da periferia, seguidos do centro, apresentando, a zona rural, menor porcentagem de escolares sedentários.

Em relação aos esportes mais praticados entre o sexo feminino (TABELA 3), de uma forma geral, destacam-se o voleibol e o futebol. Porém, observa-se alta porcentagem de escolares que não praticam nenhum esporte (em média, 15,7% para o sexo masculino e 28,0% para o feminino). Quando analisamos por região, podemos observar algumas diferenças importantes: entre as meninas do centro, a dança e o basquete ganham destaque; a periferia apresentou alta prevalência de meninas que não realizam nenhum esporte, superior às outras regiões; já a zona rural apresentou a menor porcentagem de não praticantes e alta prevalência de prática de futebol.

Quanto ao local das atividades realizadas (TABELA 4), o que mais apareceu entre as preferências dos escolares, entre as três zonas de moradia, foi o pátio de casa, apresentando a zona rural o maior percentual (78,6%). Ainda houve destaque para a quadra da escola no turno contrário ao da aula (centro), e a rua (periferia).

TABELA 2 - Esporte praticado - Sexo Masculino.

Esporte	Centro		Periferia		Rural		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Voleibol	40	11,8	18	3,1	4	1,2	62	5,0
Futebol	90	26,6	324	56,4	240	72,9	654	52,4
Natação	12	3,6	1	0,2	1	0,3	14	1,1
Basquete	62	18,3	38	6,6	5	1,5	105	8,5
Ciclismo	9	2,7	25	4,4	21	6,4	55	4,4
Luta	15	4,4	14	2,4	1	0,3	30	2,4
Atletismo	17	5,0	5	0,9	9	2,7	31	2,5
Tênis	12	3,6	-	-	-	-	12	1,0
Não pratica	57	16,9	110	19,2	28	8,5	195	15,7
Outros	24	7,1	39	6,8	20	6,2	83	7,0
Total	338	100	574	100	329	100	1241	100

TABELA 3 - Esporte praticado - Sexo Feminino.

Esporte	Centro		Periferia		Rural		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Voleibol	60	17,0	189	32,0	56	18,2	349	28,0
Futebol	7	2,0	36	6,1	101	33,4	144	11,6
Natação	17	4,8	3	0,5	1	0,3	21	1,7
Dança	37	10,5	30	5,1	9	3,0	76	6,1
Basquete	38	10,8	32	5,4	1	0,3	71	5,7
Handebol	8	2,3	4	0,7	-	-	12	1,0
Caminhada	17	4,8	28	4,7	12	4,0	57	4,6
Atletismo	7	2,0	1	0,2	2	0,7	10	0,8
Patins	12	3,4	3	0,5	1	0,3	16	1,3
Musculação	16	4,5	-	-	-	-	16	1,3
Ginástica olímpica	12	3,4	6	1,0	10	3,3	28	2,2
Tênis	11	3,1	-	-	-	-	11	0,9
Não pratica	89	25,3	205	34,7	55	18,2	349	28,0
Outros	21	6,1	54	9,1	54	18,3	85	6,8
Total	352	100	591	100	302	100	1245	100

TABELA 4 - Local de realização das atividades esportivas.

Local de atividade	Centro		Periferia		Rural	
	n	%	n	%	n	%
Pátio de casa	373	54,1	661	56,7	496	78,6
Condomínio onde mora	101	14,6	60	5,2	50	7,9
Campo ou terreno baldio perto de casa	88	12,8	276	23,7	216	34,2
Rua	215	31,2	601	51,6	110	17,4
Parque/prça	100	14,5	205	17,6	42	6,7
Quadra da escola no turno contrário da aula	284	41,2	299	25,7	167	26,5
Clube esportivo ou recreativo	207	30,0	179	15,4	84	13,3

Discussão

A prevenção para uma vida saudável começa na infância, no engajamento de programas de atividade física entre crianças e adolescentes. Porém, uma infraestrutura adequada para o lazer e para a prática de esporte, o apoio dos pais ou responsáveis e o posicionamento da escola em estimular e criar oportunidades para a prática da atividade física são fatores muito importantes (KAHAN, 2008) que devem estar presentes nas políticas públicas, enquanto compromisso com o lazer, com as possibilidades de práticas de atividades físicas e esportivas e com a qualificação do estilo de vida do cidadão. Ressalta-se que, nos sujeitos pesquisados, atribuímos, às atividades realizadas, o caráter lúdico-desportivo, uma vez que é frequente encontrarmos o viés do recreativo, do edonístico, do jogo adaptado às condições físicas, humanas e materiais no contexto da prática.

De acordo com o presente estudo, os meninos (84,3%) praticam mais atividades lúdico-desportivas que as meninas (72%), confirmando o estudo de KERESZTES et al. (2008), na Hungria, segundo o qual os meninos (69,6%) praticam mais esporte do que as meninas (67,1%), sugerindo ainda que essas são muito influenciadas à prática esportiva, por variáveis sociais, como amigos, colegas e namorados. SEABRA et al. (2008) também confirmam, em estudo em Portugal, que os meninos são mais ativos do que as meninas, apresentando essas maior propensão à prática esportiva, quando suas mães também praticam esportes. Estudo de EPSTEIN, ROEMMICH, PALUCH e RAYNOR (2005), com crianças e adolescentes norte-americanas, também confirma os achados de que as meninas são mais inativas. Esse estudo relata, ainda, que as crianças obesas são mais sedentárias que as não obesas.

Entre as regiões, na zona rural o índice de prática é maior (86,7%), seguindo-se o centro (78,9%), com menor prática na periferia (73,1%). Isso se deve, principalmente, por serem menores as possibilidades de espaços para essas práticas, corroborando os estudos de ÖZDIRENÇ, ÖZCAN, AKN e GELECEK (2005) que confirmam, através do estudo com crianças na Turquia, que os escolares da zona rural são mais ativos, praticando mais esportes (69,4%) do que os da zona urbana (65,0%). As atividades de lazer predominantes *em casa* são ver TV, com alta prevalência entre os escolares, confirmando os estudos de BRANDES (2007) e NIPPOLD, DUTHIE e LARSEN (2005), em que o hábito de assistir TV é a preferência entre as crianças norte-americanas. A

zona urbana (centro e periferia) apresentou, ainda, a prática mais acentuada dessa atividade, com 70,3% dos escolares realizando essa prática frequentemente. Já a zona rural apresentou percentual um pouco menor (59,1%), corroborando os estudos de ÖZDIRENÇ et al. (2005), na Turquia, que afirmam que crianças da zona urbana passam mais tempo em frente à televisão do que as da zona rural. Conversar/brincar com amigos, escutar música e estudar (periferia e rural) também apresentaram valores bem expressivos.

De acordo com SANTOS, GOMES, RIBEIRO e MOTA (2005), entre as atividades de lazer mais prevalentes, entre os jovens portugueses, estão: ouvir música, ver televisão, conversar com os amigos, jogar cartas, jogar em vídeo e computador e ajudar nas tarefas domésticas, corroborando, em grande parte, os achados do presente estudo. Entre as atividades realizadas *fora de casa*, conversar/brincar com amigos foi a atividade mais prevalente em todas as regiões; passear de carro (51,3% no centro), jogar bola (67,2% no meio rural; 59,6% na periferia; e 45,7% no centro), andar de bicicleta (52% no rural) e passear a pé (47,6% na periferia) também apresentaram resultados expressivos.

Em relação à prática esportiva, observa-se que, para o sexo masculino, há predomínio do futebol (52,4%, com maior prevalência na zona rural) e o basquete (8,5%, em média, com predomínio no centro, com 18,3%). Destaca-se que, no município, os índices de prática de basquete vêm aumentando, principalmente, pela existência do Projeto Cestinha, promovido pela UNISCASESI, desde 2001. Entre as meninas, as práticas esportivas mais realizadas são o vôlei (28,0%, principalmente na periferia) e futebol (11,6%, com predomínio na zona rural). Na região centro, ainda destacam-se o basquete e a dança (10,8% e 10,5%, respectivamente). AZEVEDO JUNIOR, ARAÚJO e PEREIRA (2006), em estudo com adolescentes da cidade de Pelotas (RS), encontraram resultados semelhantes em relação à prática acentuada do futebol entre os meninos (83,0%); o vôlei e a dança entre as meninas (45,4% e 24,8%, respectivamente). Porém, em relação aos meninos, destacou-se ainda a prática elevada de vôlei (16,8%) e no feminino, o handebol (19,1%), diferenciando do presente estudo, onde essas práticas encontram-se menos evidenciadas pelos escolares avaliados. BRANDES (2007), em estudo com crianças norte-americanas de etnias diferentes, mostra que a preferência na prática esportiva é a natação e o basquete, entre os meninos, e basquete e dança, entre as meninas, o que difere do presente estudo, mostrando as diferenças culturais entre os países.

Os locais mais utilizados para a prática de atividades são: o pátio da casa (em todas as regiões, com resultados mais expressivos na zona rural), quadra da escola (na região centro) e a

rua (na periferia), diferenciando da pesquisa realizada em Porto Alegre, por GAYA e GUEDES (2002), na qual o local mais frequentado é parque/prça.

Considerações finais

O presente estudo procurou delinear o perfil do lazer e da cultura esportiva de escolares do município de Santa Cruz do Sul, Estado do Rio Grande do Sul. Destacam-se como principais atividades realizadas em casa: assistir TV, escutar música e conversar/brincar com amigos; fora de casa, as atividades mais realizadas são: conversar/brincar com amigos e jogar futebol. Entre os esportes mais praticados pelos meninos, destacam-se, de uma forma geral, o futebol e o basquete; pelas meninas, os esportes mais prevalentes são o voleibol e o futebol. Destaca-se, nessas atividades, a predominância dos conteúdos culturais de interesse físico e artístico, percebendo-se uma limitação de oportunidades de vivência da vasta gama de conteúdos culturais de diferentes interesses como o social, turístico, intelectual e manual. Quanto aos locais mais utilizados para a prática esportiva, há o predomínio do pátio de casa.

Apesar de ser relevante o número de praticantes de atividades lúdico-desportivas (maior no sexo masculino), é preocupante o número de crianças e adolescentes de sete a 17 anos, não praticantes dessas atividades, que, ao saírem da escola de educação básica, normalmente, ainda diminuem essas práticas, uma vez que diminuem, também, os ambientes físicos que as propiciam, principalmente entre os escolares do ensino público. Outro fator que pode agravar essa situação é o elevado número de atividades sedentárias, como assistir TV, escutar música e conversar/brincar com amigos que, provavelmente, tenderão a permanecer.

A redução da realização de atividades físicas em casa e fora dela, provavelmente se dá pela restrição de locais para essa prática, pela insegurança dos pais em deixarem os filhos saírem à rua sozinhos, pela permanência prolongada frente à televisão, pela inexistência de atividades que contemplem todos os conteúdos culturais do lazer, enquanto política pública concreta. Esses hábitos são preocupantes, pois podem levar ao aparecimento de fatores de risco às doenças cardiovasculares e merecem especial

atenção das escolas e dos órgãos de saúde do poder público municipal e estadual.

Há de se considerar os limites metodológicos do presente estudo, uma vez que o levantamento de dados se restringiu ao contexto social e cultural de Santa Cruz do Sul, que, embora sendo um município - polo da região do Vale do Rio Pardo, há de se ressaltar, tem necessidade de aprofundar estudos que contemplem os determinantes e as variáveis do contexto social mais amplo, que interferem nas possibilidades de opções e de acesso ao lazer, das modalidades de atividades lúdico-desportivas, da incorporação de valores e cultura veiculada pelos meios de comunicação de massa, do mundo globalizado, das políticas nacionais, estaduais e locais de alocação de recursos e de atendimento às necessidades da população e das comunidades de convivência.

Sugerimos, de uma forma geral, que esta temática relacionada ao contexto social mais amplo, faça parte dos conteúdos curriculares da Educação Física e dos demais componentes curriculares das escolas e integre as políticas públicas que contemplem espaços e atividades físicas e esportivas de lazer, que enriqueçam e eduquem para o desenvolvimento do lazer em todos os conteúdos culturais e, em especial, indo além do que está, via de regra, posto institucionalmente nos municípios (serviços públicos de esporte, cultura e turismo), embora nem sempre se perceba sua efetividade.

Propomos, mais especificamente para nossa realidade configurada neste estudo, que o mesmo seja encaminhado à nova administração pública do município, bem como ao poder legislativo, uma vez que a ação conjunta das forças políticas possa gerar dispositivos legais e ações práticas que contemplem, efetivamente, melhorias no lazer, estilo de vida mais ativo e saudável, com atividades lúdico-desportivas, espaços, recursos humanos e materiais que promovam o bem-estar e a qualidade de vida dos escolares do município.

Abstract

Lifestyle: leisure and ludic-sportive activities of schoolchildren in Santa Cruz do Sul

This descriptive study aims to characterize the lifestyle profile of schoolchildren in Santa Cruz do Sul-RS, regarding the following topics: leisure activities at home and outdoors and ludic and sportive activities, stratified by gender and region (downtown, outskirts and countryside). The study comprises 2486 schoolchildren, boys and girls, aged 7 to 17, from the downtown area, outskirts and countryside, and for data collection, the EVIA (lifestyle) was used. B and C are the predominant socioeconomic classes. The results show that the boys (84.3%) practice more sports activities than the girls (72%). In the countryside, this rate is higher (86.7%), followed by downtown (78.9%) and outskirts (73.1%). The predominant leisure activities at home are TV (downtown and outskirts), talking/playing with friends (downtown), and listening to music (outskirts and countryside). Outdoors; talking/playing with friends (in all regions), go for a car ride (downtown), play football (outskirts and countryside), ride the bike (countryside) and go for a walk (outskirts). At sports (boys), football predominates, especially in the countryside, followed by basketball (downtown), and for the girls it is volleyball (downtown and outskirts) and football (countryside). We draw the conclusion that the habits we studied, both in the town area and countryside, are poorly diversified, considering all cultural contents on leisure activities. It was also concluded that most schoolchildren lead a sedentary life, particularly the girls, favoring the appearance of risk factors of cardiovascular diseases, a fact that should capture the attention of the school's Physical Education department and of the government, providing more spaces and physical and sports activities.

UNITERMS: Lifestyle; Leisure activities; Sport; School children.

Referências

- AZEVEDO JUNIOR, M.R.; ARAÚJO, C.L.P.; PEREIRA, F.M. Atividades físicas e esportivas na adolescência: mudanças de preferências ao longo das últimas décadas. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, São Paulo, v.20, n.1, p. 51-8, 2006.
- BRANDES, A.H. Leisure time activities and obesity in school-aged inner city African American and Hispanic children. *Pediatric Nursing*, Pitman, v.33, n.2, p.97-102, 2007.
- BURGOS, M.S.; KREBS, R.J. Prefácio da Revista Cinergis. *Cinergis*, Santa Cruz do Sul, v.2, n.2, p.3, 2001.
- CAMARGO, L.O.L. *Educação para o lazer*. São Paulo: Moderna, 1998.
- CARMO, G.C.M.; SALOMÃO, A.F. Lazer e religião: algumas aproximações. In: SIMPÓSIO INTERNACIONAL PROCESSO CIVILIZADOR, 9., 2005, Ponta Grossa. *Anais...* Ponta Grossa: [s.ed.], 2005.
- DEFORCHE, B.I.; BOURDEAUDHUIJ, I.M.; TANGHE, A.P. Attitude toward physical activity in normal-weight, overweight and obese adolescents. *Journal of Adolescent Health*, New York, v.38, p.560-68, 2006.
- DUMAZEDIER, J. *Valores e conteúdos do lazer*. São Paulo: Perspectiva, 1980.
- EPSTEIN, L.H.; ROEMMICH, J.N.; PALUCH, R.A.; RAYNOR, H.A. Physical activity as a substitute for sedentary behavior in youth. *Annals of Behavioral Medicine*, Milwaukee, v.29, n.3, p.200-9, 2005.
- FABER, L.; KULINNA, P.H.; DARST, P. Strategies for physical activity promotion beyond the physical education classroom. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, Reston, v.78, n.9, p.27-31, 2007.
- GAYA, A.; GUEDES, C. Estilo de vida: um retrato da realidade: estudo associativo do nível socioeconômico sobre os hábitos de vida dos escolares das escolas da rede pública municipal e privada de Porto Alegre. *Revista Perfil*, Porto Alegre, v.6, p.35-49, 2002.
- GRAF, C.; KOCH, B.; KRETSCHMANN-KANDEL, E.; FALKOWSKI, G.; CHRIST, H.; COBURGER, S.; LEHMACHER, W.; BJARNASON-WEHRENS, B.; PLATEN, P.; TOKARSKI, W.; PREDEL, H.G.; DORDEL, S. Correlation between BMI, leisure habits and motor abilities in childhood (CHILT- Project). *International Journal of Obesity*, London, v.28, n.1, p.22-6, 2004.
- KAHAN, D. Recess, extracurricular activities, and active classrooms: means for increasing elementary school students' physical activity. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, Reston, v.79, n.2, p.26-39, 2008.

- KERESZTES, N.; PIKO, B.F.; PLUHAR, Z.F.; PAGE, R.M. Social influences in sports activity among adolescents. **The Journal of the Royal Society for the Promotion of Health**, London, v.128, n.1, p.21-5, 2008.
- KULIG, K.; BRENNER, N.D.; McMANUS, T. Sexual activity and substance use among adolescents by category of physical activity plus team sports participation. **Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine**, Chicago, v.157, p.905-12, 2003.
- LEE, S.M.; BURGESSON, C.R.; FULTON, J.E.; SPAIN, C.G. Physical education and physical activity: results from the school health policies and programs study 2006. **The Journal of School Health**, Kent, v.77, n.8, p.435-63, 2007.
- MARCELLINO, N.C. **Estudos de lazer: uma introdução**. Campinas: Autores Associados, 1996.
- _____. **Estudos do lazer: uma introdução**. 2.ed. São Paulo: Autores Associados, 2000.
- _____. Lazer e esporte. In:____ **Políticas de lazer: mercadores ou educadores? Os cínicos bobos da corte**. São Paulo: Autores Associados, 2001. p.5-29.
- MATOS, M.G.; SIMÕES, C.; CANHA, L.; FONSECA, S. **Saúde e estilos de vida nos jovens portugueses**. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana, 2000.
- MEIER, M.D.; HAGER, R.L.; VINCENT, S.D.; TUCKER, L.A.; VINCENT, W.J. The effects of leisure-based screen time. **American Journal of Health Education**, Reston, v.38, n.3, p.139-46, 2007.
- MOTA, J.; ESCULCAS, C. Leisure-time physical activity behavior: structured and unstructured choices according to sex, age, and level of physical activity. **International Journal of Behavioral Medicine**, Philadelphia, v.9, n.2, p.111-21, 2002.
- NIPPOLD, M.A.; DUTHIE, J.K.; LARSEN, J. Literacy as a leisure activity: free-time preferences of older children and young adolescents. **Language, Speech & Hearing Services in Schools**, Washington, v.36, n.2, p.93-102, 2005.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **As metas da saúde para todos**. Lisboa: Departamento de Estudos e Planejamento - Ministério da Saúde, 1985.
- ÖZDIRENÇ, M.; ÖZCAN, A.; AKN, F.; GELECEK, N. Physical fitness in rural children compared with urban children in Turkey. **Pediatrics International**, Tokyo, v.47, n.1, p.26-31, 2005.
- PEREIRA, B.O.; NETO, C. O tempo livre na infância e as práticas lúdicas realizadas e preferidas. **Ludens: Ciências do Desporto**, Cruz Quebrada, v.14, n.1, p.35-42, 1994.
- POULSEN, A.A.; ZIVIANI, J.M.; CUSKELLY, M. Leisure time physical activity energy expenditure in boys with developmental coordination disorder: the role of peer relations self-concept perceptions. **The Occupational Therapy Journal of Research**, Thorofare, v.28, n.1, p.30-9, 2008.
- PROJETO ESPORTE BRASIL (PROESP-BR). Indicadores de saúde e fatores de prestação esportiva em crianças e Jovens: manual de aplicação de medidas e testes somatomotores. **Revista Perfil**, Porto Alegre, v.6, p.50-60, 2004.
- SANTOS, M.P.; GOMES, H.; RIBEIRO, J.C.; MOTA, J. Variação sazonal na actividade física e nas práticas de lazer de adolescentes portugueses. **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, Porto, v.5, n.2, p.192-201, 2005.
- SCHWARTZ, G.M. O conteúdo virtual do lazer: contemporizando Dumazedier. **Licere**, Belo Horizonte, v. 2, n.6, p.23-31, 2003.
- SEABRA, A.F.; MENDONÇA, D.M.; THOMIS, M.A.; PETERS, T.J.; MAIA, J.A. Associations between sport participation, demographic and socio-cultural factors in Portuguese children and adolescents. **European Journal of Public Health**, Stockholm, v.18, n.25-30, 2008.
- SOBRAL, F. O estilo de vida e a actividade física habitual. In: SOBRAL, F.; MARQUES, A.T.(Eds.). **Desenvolvimento somato-motor e factores de excelência desportiva na população escolar portuguesa**. Lisboa: Ministério da Educação, 1992. v.2. (Relatório Parcelar, Área do Grande Porto).
- TELAMA, R.; YANG, X. Decline of physical activity from youth to young adulthood in Finland. **Medicine & Science in Sports & Exercise**, Hagerstown, v.32, p.1617-22, 2000.
- TORRE E CARDOSO, L. **Hábitos de vida de alunos de uma escola da rede municipal de ensino de Porto Alegre**. 1995. Monografia (Especialização em Metodologia do Ensino da Educação Física) - Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 1995.
- ZAPATA, L.B.; BRYANT, C.A.; MCDERMOTT, R.J.; HEFELFINGER, J.A. Dietary and physical activity behaviors of middle school youth: the youth physical activity and nutrition survey. **The Journal of School Health**, Kent, v.78, n.1, p.9-18, 2008.

ENDEREÇO

Miria Suzana Burgos
R. Ernesto Carlos Iserhardt, 537
96825-040 - Santa Cruz do Sul - RS - BRASIL
e-mail: mburgos@unisc.br

Recebido para publicação: 06/08/2008

1a. Revisão: 09/01/2009

2a. Revisão: 13/04/2009

Aceito: 22/04/2009