
INFLUÊNCIA DA FAMÍLIA NA ATIVIDADE FÍSICA DE ADOLESCENTES

Aylton J. Figueira Junior

Resumo

Esta pesquisa estudou as relações entre a percepção e influência da família, a escola e os amigos na prática de atividades físicas de 198 adolescentes residentes em Santo André (região metropolitana) e São Bento do Sapucaí (região interiorana) do Estado de São Paulo. O questionário referiu aos hábitos familiares relacionados a atividade física, transporte, espaço e interferências de diferentes grupos sociais no incentivo para a prática de atividade física. Os resultados apontaram para maior influência dos pais comparados com os outros grupos, considerando o estímulo para a prática de atividade física em ambas as regiões, permitindo-nos concluir que aspectos culturais comuns entre as regiões podem interferir na percepção dos adolescentes, tendo ainda na escola, mídia importantes fatores coexistentes na formação do comportamento de adolescentes.

Palavras-Chave

Família, Atividade física, Adolescentes.

Abstract

This paper aimed to present the relationship between adolescents perception and family, school and friends influence on physical activity practice of 198 adolescents living in Santo André (metropolitan region) and São Bento do Sapucaí (countryside region) of São Paulo State. The questionnaire referred to family habits related to physical activity as transport, places and social groups influences on the physical activity practice. The results presented higher influence os parents compared to other social groups to physical activity practice in both regions. We could conclude that similar cultural aspects in both regions may influence the results beside the media, school that could together be present and influence the adolescents behavior.

Key-Words

Family, Physical activity, Adolescents

REFERENCIAL TEÓRICO

Explicações do fenômeno “envolvimento em atividades físicas”, tem estimulado a busca das relações entre diferentes fatores que direta e indiretamente podem influenciar a prática regular de atividade física. O envolvimento em atividades físicas regulares possui grande variação durante diferentes períodos da vida, sendo este um fenômeno que ocorre internacionalmente. Recentemente um novo paradigma tem sido aceito frente à manifestação do movimento humano, tendo na proposta da atividade física sendo um importante aspecto relacionado a recuperação, manutenção e promoção do nível de saúde do indivíduo. Este novo paradigma se relaciona aos benefícios da prática regular de atividades físicas, apresentando uma ampla possibilidade de contribuir para a qualidade de vida, estimulando a maior aderência à prática de atividades físicas, espontâneas ou supervisionadas, o que poderia levar a redução da incidência de doenças crônico degenerativas.

A última década tem sido marcada por grandes incrementos tecnológicos em diferentes campos, o que tem alterado o paradigma do movimento humano, principalmente pela ação de fatores ambientais e pessoais associados a esse processo. Alguns pesquisadores (CASPERSEN et al.; 1985; SALLIS et al.; 1988, UNGER,1995; MORROW,1994; AARON, 1997) apontam que a prática regular de atividade física traz benefícios nos aspectos biológicos, psicológicos e sociais, pois envolve movimentos corporais que levam a um gasto calórico pela contração muscular.

A prática de atividades físicas e exercícios requer a adequação de um conjunto de fatores que segundo SALLIS et al.; 1990, sugere um conjunto de fatores determinantes para a prática de atividades físicas onde o sobrepeso, idade, sexo, nível de saúde, auto-eficácia, habilidades pessoais, estado de humor, dentre outros. As características ambientais representadas pelo acesso a locais que facilitam a realização da atividade física, influência familiar, influência dos amigos, clima, suporte social, mudança de rotina e percepção do tempo livre poderiam apresentar um papel positivo ou negativo no envolvimento de adolescentes em atividades físicas.

A relação multifacetária entre o movimento humano e os aspectos ambientais, características sócio-culturais para a prática de atividades físicas, pode ser analisada através de diferentes teorias. As mais utilizadas são Modelos de Mudança de Comportamento e Teoria dos Fatores Determinantes Modificáveis, que envolvem as teorias do aprendizado, modelo de concordância à saúde, modelo

transteorético, modelo de prevenção ao estado relapso, teoria do planejamento do comportamento, teoria

do suporte cognitivo e do aprendizado social, teoria do suporte social e dos modelos ecológicos. O suporte teórico desses modelos reforçam a importância das atitudes pessoais e populacionais através da escola, família e amigos no estímulo para o comportamento ativo ou sedentário.

Nesse sentido a família poderia ser caracterizada como um grupo social que possui pelo menos três pontos básicos: A) tem como origem o casamento; B) é constituído pelo marido, pela esposa e pelos filhos provenientes desta união, desde que seja lícito conceber que outros parentes possam encontrar o seu lugar próximo ao núcleo do grupo; C) os membros estão unidos entre si (laços legais; direitos e obrigações econômicas, religiosas; entrelaçamento definido por direitos e proibições sexuais, além de diversos sentimentos psicológicos). O nascimento formal da família com características maritais se dá entre o século XIII e XIV. No século seguinte a idéia de família cresce com a institucionalização do casamento religioso, levando ao fortalecimento da igreja neste processo. Os filhos vivem na intimidade da família caracterizando “o fruto do amor cortês” cabendo à “dona de casa” educar para a maturidade dos próximos anos, dando a partir deste momento, a hierarquia familiar e divisão formal do trabalho dentro da família. O papel do homem é ser provedor, enquanto a mulher detém-se com criação dos filhos. Os filhos são colocados como sucessores do status social resultando na formação do academicismo domiciliar, como jogos pouco atraentes e não iguais para meninos e meninas. Mudanças econômicas as estruturas familiares, nos lares populares e interioranos no Brasil, bem como nas grandes cidades. MONTALI (1998) aponta para uma reestruturação da família em função das características do mercado de trabalho. Para um primeiro momento o incremento das ações produtivas familiares e, posteriormente, em oposição a instalação do desemprego, levando a uma precariedade de emprego e redução da renda familiar. Recentemente GOLDANI (1994) sugere uma crise e desagregação da família em função do crescimento populacional, crise econômica, violência e abandono de crianças e jovens, levando a diferentes tipos de união, declínio da fecundidade, aumento das famílias monoparentais e divórcios.

As diferenças sócio-culturais, históricas, econômicas e familiares de uma população estão associados aos hábitos de vida sugerindo comprometimentos no nível de saúde. SALLIS et al.; 1996, apresenta fatores étnico-raciais e sócio-econômicos em adolescentes são fatores determinantes para a prática de atividades físicas. Adolescentes americanos, migrantes de origem negra foram menos ativos que os americanos

nativos, tendo como justificativa o nível sócio-econômico, fatores étnicos, tabagismo, consumo alimentar (obesidade), imagem corporal, suporte da família, amigos e professores. TAYLOR e SALLIS (1997)

apresentam interferência de fatores demográficos, biológicos, psicológicos, cognitivos, emocionais e atributos comportamentais e habilidade no nível de atividade física de crianças e adolescentes.

Nesse contexto, a família apresenta um importante papel, principalmente no auxílio, decisão, crença e atitudes sobre a atividade física.

SALLIS et al.; (1997) apresentou uma forte relação entre as características ambientais e a decisão das mães permitirem filhos realizarem atividades físicas fora de casa, encontrando que fatores ligados a segurança, sanitários, água potável, iluminação e sombra são aspectos ambientais importantes para a escolha do local para a prática de atividades físicas.

A associação entre o comportamento infantil e interferências ambientais, foi apresentada por NETO (1997) onde a família apresenta papel determinante nas decisões das atividades lúdicas em crianças portuguesas. Crianças de região urbana e rural, dormem nos mesmos horários (21-22hs), levantam entre 7-8hs da manhã que as crianças da região urbana. No meio urbano as crianças permanecem mais tempo na escola (5-7hs) do que as rurais (4-6hs) e ficam menos tempo assistindo televisão (2-3hs) e (3-4hs) respectivamente, e brincando em casa. Esses resultados poderiam estar indicando uma diferença nas percepções das rotinas de vida em relação aos espaços de ação, tempo disponível e dinâmicas sociais e familiares. As motivações das crianças no envolvimento social para a prática de atividades físicas, as características ambientais e familiares na institucionalização do tempo livre, o estabelecimento do espaço físico para a atividade física, em função das necessidades das crianças reconhecidas pela família poderia contribuir na formação das atitudes e do comportamento dos filhos.

Estudo que enfocou as relações os hábitos de vida dos pais e família e o comportamento dos filhos, mostrou que existem 3 grandes blocos de fatores que influenciam a prática regular de atividade física dos filhos, destacando: 1 - as características das relações sociais da família considerando os aspectos sócio-culturais, como emprego, nível educacional, valores culturais; 2 - influência social, considerando os grupos de amigos, familiares e a forma da relação entre os seus membros; 3 -dinâmica familiar, tendo como ponto de partida as características de crescimento e desenvolvimento dos filhos, as formas de interferência familiar e dos amigos (AZNAR, 1997). A interferência dos pais e irmãos, relacionado a

motivação, encorajamento, decisão e convencimento para a prática da atividade física, encontraram que de modo geral há uma influência maior dos irmãos (47,92%) que dos pais (24,95%) na motivação para a prática de atividades físicas. O encorajamento pelos irmãos apresentando 68,33% das repostas e com os

pais 10,80%. Para a decisão pessoal encontramos 24,41% para os irmãos e 12,30% para os pais, que apresentam resultados inferiores à própria avaliação do indivíduo (63,29%). Para convencimento, observamos que os pais tiveram 47,49% das respostas e os irmãos 13,04%. Esses resultados poderiam estar indicando uma influência distinta entre os membros da família sobre os filhos no estímulo para a prática e atividades físicas.

Em outro estudo MOORE et al.; 1991 observou que filhos de pais fisicamente ativos são em média 5,8 vezes mais ativos que filhos de pais inativos. O papel do pai parece estar fortemente associado no comportamento dos filhos(as), sendo que filhos e filhas de pais ativos e mães sedentárias apresentaram 3,5 vezes mais chance de serem ativos, enquanto que para filhos de pais sedentários e mães ativas os valores ficam em 2,4 vezes, indicando desse modo, a existência de uma forte intervenção familiar no comportamento de hábitos saudáveis de crianças, principalmente por envolver o “modelo inconsciente” dos pais. Assim o hábito saudável de crianças parece estar associado a fatores modificáveis como: 1- possibilidade de aumentar o número de atitudes que levem a um estilo de vida saudável; 2-permissão do acesso com mecanismos atrativos para um estilo de vida ativo; 3-promoção do incremento de atitudes saudáveis dos pais através das participações em eventos; 4- incremento a participação dos pais em atividades físicas e 5-estímulo das crianças a participarem de programas supervisionados.

AZNAR et al.; 1997, encontrou a influência da familiar na atividade física de adolescentes, encontrando que 69,3% das garotas e 75,4% dos rapazes reconhecem a influência familiar no estímulo para a prática de atividades físicas, indicando a importância da participação da família no nível de atividades física dos filhos. SALLIS et al.; 1990, apresenta que o sucesso da participação da família em atividades físicas com os filhos está diretamente ligado ao tempo disponível da família e importância que creditam à prática de atividades físicas. A associação entre tais fatores permitirá que se estabeleça um comportamento ativo, com a possibilidade de passar a existir um estilo de vida ativo.

A relação entre nível de participação de crianças e adolescentes em atividade física e esportes com fatores familiares, considerando a participação dos pais e membros da família, características bio-sócio-culturais, não foi reportado na literatura nacional, levando a realizar o diagnóstico da percepção da interferência dos membros da família e do grupo social, no envolvimento dos filhos adolescentes em atividades físicas, residentes em duas regiões que apresentam características geo-econômicas e culturais distintas de duas regiões do Estado de São Paulo.

MÉTODO

O presente estudo avaliou 198 indivíduos, moradores de duas regiões distintas do Estado de São Paulo, estudantes do 1º e 2º colegial de duas escolas, sendo uma privada, de uma região central do município de Santo André (SP) e outra pública, de uma região rural da cidade de São Bento do Sapucaí (Estado de São Paulo).

Em Santo André foram avaliados 44 indivíduos do sexo feminino e 54 do sexo masculino, com média de idade de $15,55 \pm 0,72$ anos e $15,98 \pm 0,41$ anos, respectivamente, e em São Bento do Sapucaí foram avaliados 100 escolares (52 do sexo feminino e 48 do sexo masculino), com média de idade de $16,01 \pm 2,91$ e $16,32 \pm 1,88$ anos respectivamente.

Os garotos de Santo André (SA) freqüentavam aulas de Educação Física duas vezes por semana, enquanto que os garotos de São Bento do Sapucaí (SBS) não realizavam aulas de Educação Física. Dentro do padrão de resposta dos garotos de SA, encontramos que gostam de fazer aulas de Educação Física, acreditam que as aulas são importantes, não se sentem bem após as aulas e não se sentem estimulados pelos professores a participarem. Relatam que em alguns momentos são obrigados a fazer e se pudessem faltariam se não houvesse controle da presença nas aulas de Educação Física. A análise das percepções de seu nível de atividade física e de sua aptidão física geral, mostrou que 60,4% dos garotos e 58,2% das garotas se consideram tão ativos quanto seus amigos, avaliando-se estar em tão boa forma quanto seus amigos. No trajeto de ida e volta da escola, 53,14% dos adolescentes de ambos os sexos de SA utilizam carro, seguidos de ônibus com 2,68%, enquanto em SBS 65,20% dos alunos vão caminhando e 11,8% de bicicleta.

A análise das características das amostras considerando o núcleo familiar em SA e SBS apresentaram que 78,0% e 72% vivem com os pais respectivamente, enquanto que 14,3% (SA) e 10% (SBS) vivem somente com as mães e 8% em SBS somente com o pai. Encontramos que 48,8% do grupo possui 1

irmão em SA e 44% em SBS, enquanto que 28,6% possuem dois irmãos (SA) e 22% (SBS) e 3 irmãos 5,5% (SA) e 18% (SBS). Por outro lado 41,8% dos adolescentes de ambos os sexos de SA residem em casas, enquanto que 100% dos adolescentes de ambos os sexos de SBS moram em casas. As casas ou apartamentos que possuem área de lazer ou quintal atingiu 10,1% dos adolescentes de ambos os sexos da região de São Paulo. A residência dos adolescentes de SBS apontou para 96,4% do grupo estudado a

existência de quintal no fundo das casas.

Os valores de peso corporal (Kg) e altura total (m), seguiram a padronização proposta por MATSUDO (1998), permitindo determinar o índice de massa corporal (IMC) como indicador indireto da adiposidade ($IMC=kg/m^2$).

Santo André, município da Grande São Paulo apresenta um grande desenvolvimento industrial e SBS, região interiorana do Estado, última cidade antes da divisa com o Estado de Minas Gerais. A comparação das características geo-econômicas dos dois municípios apresentaram aspectos singulares, onde AS apresenta uma renda relacionada as atividades da indústria-comércio e prestação de serviços, enquanto SBS depende da atividade agropecuária, pecuária e turística. A renda média anual em SA encontra-se e R\$ 1.020,00 para a atividade industrial e R\$ 867,00 para o setor de comércio e serviços, enquanto que em SBS a renda média é de R\$ 358,00 para as atividades de comércio e serviços.

Um questionário com questões abertas e fechadas, divididas em três partes sendo: 1- Informações Gerais; 2-Informações sobre Atividade Física e Esportiva; 3- Dados Familiares foi aplicado. As questões foram elaboradas a partir das características populacionais, divididas em nove categorias: dormir e descansar; sentado escrevendo, comendo, lendo; atividades leve em pé como lavar o carro; caminhada leve, pedalar leve; trabalhos manuais e tarefas de casa; atividades de lazer e recreacionais; trabalhos como jardinagem, pequenas reformas; atividades esportivas, dança, caminhada e exercícios; atividades manuais intensas e atividades esportivas intensas.

A análise das variáveis quantitativas foi realizada através da estatística descritiva, considerando as medidas de tendência central (média aritmética e desvio- padrão). A comparação dos resultados entre sexo e regiões, foi determinada através do teste “t” de student para amostras independentes com número diferentes de elementos, sendo o nível de significância adotado de $p < 0,05$. Essa análise permitiu a

comparação do peso corporal, altura, índice de massa corporal e idade entre os grupos de garotos e garotas. As respostas qualitativas foram expressas em frequência (valores percentuais) analisados pela estatística não paramétrica (teste qui-quadrado- x^2), com nível de significância ($p < 0,05$), bem como a correlação linear de Pearson com o mesmo nível significância. Pacote estatístico SPSS 7.5 for Windows foi utilizado como recurso para a análise das respostas.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Esse estudo avaliou adolescentes de ambos os sexos residentes em duas regiões distintas, considerando os hábitos, atitude e suporte social da família, amigos e escola, relacionado a atividade física. Análise de peso, altura e índice de massa corporal são apresentados na tabela abaixo.

Tabela 1 – Valores antropométricos de adolescentes de ambos os sexos residentes em diferentes regiões do Estado de São Paulo

Antropometria		Santo André		São Bento do Sapucaí	
		Masc.	Fem.	Masc.	Fem.
Peso	x	67,09*	54,21	60,60	55,53
	s	11,01	7,16	11,73	7,82
Altura	x	1,75*	1,63	1,66	1,64
	s	0,07	0,06	0,35	0,51

* $p < 0,05$

Encontramos diferenças significativas entre os valores de peso e altura do grupo de garotos de SA para o grupo de SBS. Os valores do IMC mostraram índices de $23,92 \text{ kg/m}^2$ para os garotos, enquanto as garotas apresentaram $22,38 \text{ kg/m}^2$ em SA. Por

outro lado, os adolescentes de ambos os sexos de SBS apresentaram valores de $21,96 \text{ kg/m}^2$ e $20,64 \text{ kg/m}^2$ respectivamente para os garotos e garotas, evidenciando valores de normalidade.

A análise dos resultados dos adolescentes de ambos os sexos de SA e SBS, considerando as atividades nos dias da semana, apresentou características distintas entre os garotos e garotas de ambas as regiões, sugerindo influências específicas para cada um dos grupos (Tabela 2).

Tabela 2 - Valores significativos das atividades cotidianas em dias da semana após período escolar de adolescentes de Santo André e São Bento do Sapucaí

Atividades		Santo André		S. Bento Sapucaí	
		Masc.	Fem.	Masc.	Fem.
Dormir	Sim	S	S	S	S
Assistir televisão	Sim	NS	NS	NS	NS
Lição de casa	Sim	NS	NS	NS	NS
Tarefas de casa	Sim	S	S	S	S
Caminhar / andar de bicicleta	Sim	S	S	S	S
Atividade Física moderada	Sim	S	S	S	S
Atividade Física intensa	Sim	NS	NS	NS	NS
Ginástica casa-academia	Sim	NS	NS	NS	NS

* $p < 0,05$

A análise porcentual evidenciou que os garotos e garotas de ambas as regiões possuem o hábito de dormir (89,12%-SA; 78,30%-SBS) após o período escolar, enquanto que as garotas (78,21%-SA; 56,56%-SBS). Os adolescentes residentes em SBS responderam permanecer mais tempo assistindo televisão que os adolescentes de SA, em função dos compromissos desse grupo após as aulas, como aulas de inglês, lição de casa, atividades físicas dentre outros. Esses dados sugerem a existência de comportamentos distintos entre os grupos estudados. Dados similares foram encontrados por ; TARAS, et alii, 1990 e SALLIS, et alii, 1993, que apresentam que indivíduos residentes em regiões com menor nível de desenvolvimento sócio-cultural tendem a absorver com maior fidelidade as “novidades tecnológicas e os benefícios de seu uso” dado pela força da informação e prazer associados. Em estudo similar, MATSUDO et alii.; 1998, encontrou resultados que apresentaram uma tendência similar comparando adolescentes de Ilhabela e São Caetano do Sul.

A análise das tarefas do lar apresentou que 31.80% e 82.14% das garotas de SA e SBS realizam as tarefas domésticas. As garotas de SBS permanecem em média mais tempo realizando as tarefas se comparadas às garotas de SA, levando-nos a hipotetizar que a força da cultura materna no cuidado da casa, marido e filhos, é mais

presente no interior que na capital. HITA (1998) sugere uma transformação da estrutura familiar e

comportamental da mulher, em função das relações do trabalho fora de casa. Em função da menor dinâmica de transformação social e econômico que ocorre em SBS, vemos que há possibilidade de manter mesmos hábitos, onde os afazeres domésticos permanecem sob cuidado feminino.

Os resultados apontaram que os adolescentes de ambos os sexos de SBS caminham ou pedalam após as aulas. Por outro lado, os garotos e garotas de SA responderam estar envolvidos em alguma atividade física (moderada ou intensa), como ginástica em casa ou academia. Comparando as três atividades físicas que os adolescentes preferem fazer nos dias da semana e finais de semana, encontramos respostas semelhantes para as duas primeiras opções, sendo distante a última escolha. Encontramos que em SA, 51,8% dos garotos preferem dormir, seguido de TV com 25,9% e fazer lição de casa com 7,1%. As garotas apresentaram dormir com 48,3%, TV com 32,3% e ir ao shopping com 5,8%. Os garotos de SBS reportaram dormir (53,4%), seguido de assistir televisão (31,25%) e caminhar com 6,4%. As garotas apresentaram respectivamente, 45,9% para dormir, 38,50% para assistir TV e 12,30% para as tarefas de casa. Esses comportamentos poderiam estar relacionados com as características regionais sendo que a caminhada aparece com maior frequência entre os adolescentes de ambos os sexos de SBS, provavelmente relacionado às necessidades e expectativas pessoais e por aspectos culturais existentes em cada cidade (principalmente pelas garotas de SA irem ao shopping center e o grupo de SBS caminhar).

Na Tabela 3 observamos a percepção dos adolescentes em relação a interferência dos pais isoladamente. Em SA 62,90% dos garotos e 66,10% reportaram perceber a interferência dos pais no suporte de atividades físicas, enquanto as mães foram citadas em 15,70 e 14,80% respectivamente. Em SBS resposta similar foi encontrada, com 51,20% e 41,50% ligadas ao incentivo paterno e 19,70 e 17,40% materno.

Esses dados são corroborados por (SALLIS e NADER, 1990; MOORE, 1991; WELK, 1997), que citam uma maior interferência paterna no estímulo para a prática de atividades físicas.

Tabela 3 - Influência paterna e materna no suporte de atividades físicas de adolescentes residentes em Santo André e São Bento do Sapucaí

Local	Sexo	Pai	Mãe	Não Respond eu
Santo André	Masc.	62,90 *	15,70	4,90
	Fem.	66,10 *	14,80	5,30
São Bento do Sapucaí	Masc.	51,20 *	19,70	2,20
	Fem.	41,50 *	17,40	3,70

* $p < 0,05$

Os valores acima apresentam uma superioridade nas respostas maternas de SBS, comparadas com SA, provavelmente explicados pelo fato de 67,4% das mães das garotas de SBS trabalharem em casa, enquanto que 32,6% tem alguma atividade fora de casa. As atividades profissionais mais comuns encontradas foram de domésticas e professoras, seguidas de trabalho juntamente com os maridos e para os homens, as atividades mais comuns foram trabalho na lavoura e pecuária, seguido de comércio em SBS. Por outro lado, encontramos em AS, 78,3% das mães trabalham fora de casa. As atividades mais comuns foram advocacia, professora e médicas/ dentistas. As atividades dos pais mais comuns estiveram ligadas a serviços na indústria, seguido por profissionais liberais. Esses dados poderiam explicar o tempo disponível dos pais juntamente com os filhos no período noturno e finais de semana.

A percepção dos adolescentes em relação ao conhecimento dos pais e mães sobre os benefícios da atividade física na saúde e/ou de um estilo de vida ativo verificamos valores entre 88,7 e 90,3% de repostas positivas para os adolescentes de ambos os sexos de Santo André e SBS respectivamente. Ao compararmos os resultados das garotas e garotos encontramos similaridade entre os pais e mães. Os resultados das mães apresentaram positivas de 91,3%, 92,7%, 67,5% e 85,7% para SA (masc e fem) e

SBS (masc e fem), respectivamente.

Por outro lado a percepção dos adolescentes de ambos os sexos em relação ao suporte familiar e social para a prática de atividades físicas é mostrado na Tabela 4 evidenciando tendências similares para as repostas dos adolescentes de ambas as regiões.

Tabela 4 – Valores percentuais da percepção dos adolescentes de ambos os sexos, frente aos membros de seu convívio que mais interferem positivamente na prática de atividades física.

Fatores	Santo André		São Bento do Sapucaí	
	Masc.	Fem.	Masc.	Fem.
Pai	16,10	14,30	11,40	16,00
Mãe	5,40 *	12,20 *	3,90 *	7,00 *
Pai e Mãe	10,70	9,80	11,60	17,00
Amigos (escola)	8,70	9,80	7,30	6,60
Amigos (outros)	5,40 *	2,40	8,60 *	3,80
Namorado (a)	2,50 *	4,90	1,10	3,00
Professores	3,70	2,40	2,80	1,80
Decisão própria	41,10	35,10	37,60	30,70
Propaganda rádio	1,80	1,70	1,10	2,60
Propaganda televisão	1,80	4,90	3,20	4,60
Revistas	2,80	2,50	11,40 *	4,90

* $p < 0,05$

Na tabela 4 encontramos que dentre os fatores que mais interferem a prática de atividades físicas, a decisão própria para todos os grupos avaliados apresentou os maiores resultados com 41,1; 35,1; 37,6 e 30,7% respectivamente para os garotos e garotas de SA e SBS. O papel dos amigos da escola e fora da escola foi maior que o estímulo de namorados, propaganda de rádio e TV, bem como revistas. Verificamos que os amigos da escola tiveram em geral, mais força que os amigos de fora da escola. Poderíamos hipotetizar que o conhecimento dos adolescentes e sua capacidade de decidir, considerando os locais da prática, equipamentos, apresentam maior influência que a participação direta ou indiretamente dos pais no nível de atividades físicas dos filhos.

A comparação dos resultados entre os adolescentes de ambos os sexos das duas regiões, apontam para uma similaridade no comportamento, embora existam diferenças ambientais, culturais e sócio-econômicas entre os grupos avaliados. Os nossos dados apresentaram resultados que parecem reforçar a hipótese que fatores culturais são de modo geral mais intensos na determinação do comportamento que fatores ambientais. Encontramos que o tempo que os adolescentes assistem TV, e permanecem dormindo são parecidos. Por outro lado, vemos que a família parece criar mecanismos decisórios no

comportamentos dos adolescentes. As garotas de SBS permanecem mais tempo em casa, tendo a partir de então maior envolvimento nas tarefas do lar. Imaginamos que fatores pessoais, apresentam menos força que a estrutura familiar no trabalho de casa, onde pela característica da família tradicional, com o pai provedor e mãe responsável pelas tarefas de casa. Considerando que o suporte social de adolescentes para a prática de atividade física depende de diferentes fatores associados, imaginamos que a escola seja um dos mecanismos de estímulo que poderia no futuro, criar novas dinâmicas familiares.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise dos resultados do presente estudo permitiu-nos concluir que na percepção dos adolescentes a decisão pessoal em ser ativo parece ser mais forte que outros fatores de suporte social ou ambiental. Observamos que os amigos possuem papel fundamental no envolvimento em atividades físicas. O papel da mãe foi percebido pelos filhos das amostras de SA e SBS no incentivo à prática de atividades físicas. Embora saibamos das limitações do presente estudo, encontramos que cidades com diferente desenvolvimento econômico-social, de regiões urbana ou rural apontaram para similaridade no nível de atividade física tendo ponto de partida o núcleo familiar.

REFERÊNCIAS

- AARON,D.J. and LAPORTE,R.E. *Physical activity, adolescence and health: an epidemiological perspective*. Exercise and Sports Science Review,25,391-406, 1997.
- AZNAR, S. BARNES, A; PAGE, A; MCKENNA, J.; RIDDOCH, C.;CHRISTOPHER, M.; GOLDBERG, J. and SIMMONDS, G. *Familial influence on adolescents physical activity*. IN: AMSTRONG,N. Children and Exercise,163-168,1997.
- CASPERSEN, C.J.; POWELL, K.E. and CHRISTENSEN, G.M. *Physical activity, exercise and physical fitness:definitions and distinctions for health-related research*. Public Health Reports, 100:126-131,1985.
- GOLDANI, A M. *As famílias brasileiras: mudanças e perspectivas*. Cadernos Pesquisa de São Paulo, 91: 7-22, 1994.
- HITA, M. G. *A família em passos: Pontos e contrapontos e a perspectiva de modelos alternativos*. IN: Anais do XXII Encontro Anual da ANPOCS, Caxambu, 1998.

MATSUDO, S.M.; ARAÚJO, T.L.; MATSUDO, V.K.R.; ANDRADE, D.R. e VALQUER, W. *Nível de atividade física em crianças e adolescentes de diferentes regiões de desenvolvimento*. Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde, 3 (4):14-26,1998.

MATSUDO, V.K.R. *Testes em Ciências do Esporte*. CELAFISCS, 5ª Ed., SP, 1998.

MONTALI, L. *Família na reestruturação produtiva: a ausência de políticas de emprego e deterioração das condições de vida*. IN: Anais do XXII Encontro Anual da ANPOCS, Caxambu, 1998.

MOORE, L.L.; LOMBARDI, D.A.; WHITE, M.J.; CAMPBELL, J.L. OLIVEIRA, A.S. and ELLISON, C.R. *Influence of parents physical activity levels of young children*. Journal Pediatric, 118:215-219,1991.

MORROW, J.R. and FREEDSON, P. *Relationship between habitual physical activity*. Pediatric Exercise Science, 6(4):315-329,1994.

NETO, C. *Tempo & Espaço de jogo para crianças: rotinas e mudanças sociais*. Artus - Revista de Educação Física e Desporto, 13(1): 28-38,1997.

PIOVESAN, A. *Fundamentos Sociais e Cultura da Saúde Pública III*. Metodologia de Pesquisa Aplicada à Saúde – Teoria. São Paulo – USP, 1974.

SALLIS, J.F.; PINSKI, R.B.; GROSSMAN, R.M.; PATTERSON, T.L. and NADER, P.R. *The development of self-efficacy scales for health-related diet and exercise behaviors*. Health Education Research, 3(3):283-292,1988.

SALLIS, J. F. and HOVELL, M.F. *Determinants of Exercise Behavior*. IN: HOLLÓSZY, J.O and PANDOLF, K.B. Exercise and Sports Science Reviews 18:307-330,1990.

SALLIS, J.F. and NADER, P.R. *Family exercise: designing a program to fit everyone*. The physical Sports Medicine, 18(9):130-136,1990.

SALLIS, J.F.; HOVELL, M.F.; HOFSTETTER, C.R.; ELDER, J.P.; HACKLEY, M.; CASPERSEN, C. and POWELL, K.E. *Distance between homes and exercise facilities related to frequency of exercise among San Diego residents*. Public Health Report, 105(2):179-185,1990.

SALLIS, J.F.; ZAKARIAN, J.M.; HOVELL, M.F. and HOFSTETTER, C.R. *Ethnic, socioeconomic and sex differences in physical activity among adolescents*. Journal of Clinical Epidemiology, 49(2): 125-134,1996.

SALLIS, J.F.; MCKENZIE, T.L.; ELDER, J.P.; BROYLES, S.L. and NADER, P.R. *Factors parents use in selecting play place for young children*. Arch. Pediatric Adolescence Medicine, 151:414-417,1997.

TAYLOR, W.C. and SALLIS, J.F. *Determinants of physical activity in children*. Nutrition and Fitness, 28:159-167,1997.

UNGER, J.B. *Sedentary lifestyle as a risk factor for self - reported poor physical and mental health.* Applied Research Briefs, 10(1): 15-17,1995.

WELK, G.J. *Differences in child and parent perceptions of parental factors influencing physical activity behaviors.* Research Quarterly Exercise Science, Supplement,: A110,1997.

Aylton J. Figueira Junior

Faculdade de Educação Física/UNICAMP

Referência do artigo:

ABNT

JUNIOR, F. J. A. Influência da família na atividade física de adolescentes. *Conexões*, v. 0, n. 4, p. 28-43, 2000.

APA

Junior, F. J. A. . (2000). Influência da família na atividade física de adolescentes. *Conexões*, 0(4), 28-43.

VANCOUVER

Junior FJA. Influência da família na atividade física de adolescentes. *Conexões*, 2000; 0(4): 28-43.