

QUALIDADE DE VIDA EM CRIANÇAS: INDICADORES PARA INTERVENÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA.

Farias, Sidney F.; Costa, Taíse S.

Centro de Desportos, Universidade Federal de Santa Catarina,
Florianópolis, Brasil.

Introdução e objetivos: No tempo corrente, na sociedade brasileira e principalmente na Educação Física, existe uma grande preocupação social e política em definir qualidade de vida (QV). A busca em definir a expressão QV, tem determinado um certo eufemismo e tem envolvido o desenvolvimento das sociedades mais avançadas. É senso comum determinar o conceito imbricado com os domínios da percepção, valorização pessoal/social e do ambiente físico de envolvimento. O presente estudo objetivou averiguar qual a noção sobre qualidade de vida na visão das crianças do ensino fundamental da rede pública de Florianópolis, expostas ao ambiente aquático.

Material e métodos: A natureza descritiva exploratória do estudo reporta ao comportamento humano, onde é alvo de aproximação com as inferências da sua relação com as atenuantes do ambiente sócio/físico. O estudo pós fato, constitui-se de três fases ou etapas. Inicialmente foi realizada a aplicação de atividades ligadas ao ambiente líquido. Nesta etapa 128 crianças de ambos os sexos da rede pública do ensino fundamental - primeira a terceira série - foram expostas, no semestre letivo 2001/1, a inúmeras atividades ligadas a ambientação aquática da disciplina natação I, do Curso de Educação Física da UFSC. Em segunda instância, 117 crianças que permaneceram nas atividades, foram submetidas a uma entrevista centrada nos objetivos. No terceiro momento efetuou-se a análise dos conteúdos em fundamentação com a revisão da literatura e o tratamento estatístico descritivo, mediante cálculo de frequência e percentuais, para aproximar os fatos.

Principais resultados e conclusões: Conforme os procedimentos efetuados, foi possível verificar que: na faixa etária inquirida 48% estavam com 7 anos, 33% com 8 anos, 09% possuíam 09 anos e 02% a idade de 10 anos. Na amostra 43% eram do sexo masculino e 57% do sexo feminino. Quanto as perguntas inerentes aos objetivos específicos do estudo, foi possível verificar que 78 (66%) das crianças evidenciaram poder brincar sozinhas e com os colegas, como qualidade de vida. Em segundo lugar, emergiu o fato de não estar doente, poder sair de casa e fazer Educação Física 67 (57%). Em outra análise surgiu o índice de 43 (36,5%) em possuir dinheiro, comida e tomar refri. Poder andar na moda, sair de carro e jogar vídeo game, apareceu com o índice de 17 (10%). Em conclusão, e de acordo com os dados, é importante estar atento para os indicadores de elementos relacionados com a qualidade de vida como brincar, jogar, hábitos atuais da moda, relacionar-se e ingesta impregnados nas crianças e que devem ser alvo de atenção dos profissionais que atuam na escola.

Palavras-chave: educação física, crianças, qualidade de vida.

taisesoares@hotmail.com

A BUSCA DA QUALIDADE DE VIDA ATRAVÉS DA DANÇA.

Rocha, Márcio D.; Almeida, Cleuza M.

PUC, Campinas, Brasil

Introdução e objetivos: As danças de salão, genericamente denominadas como danças sociais, executadas aos pares, em bailes, ou reuniões, e que antigamente eram consideradas “coisa de velho” e “fora de moda”, atualmente, já não são mais vistas como atividade de casais de meia idade. Não foi da noite para o dia, porém, que a dança de salão disseminou-se. O seu estudo, a sua investigação e a própria prática da mesma facilitam o seu entendimento e convencimento do atual prestígio da atividade. Pouco praticada a princípio, a dança de salão ganhou impulso depois que a mídia passou a divulgá-la. O seu crescimento, porém, não trouxe junto a definição dos seus objetivos durante os diversos períodos de sua história: em alguns momentos aprendia-se a dança de salão apenas como qualquer outro novo conhecimento; em outros vislumbrou-se que servia para amenizar o estresse, os estados de tensão, ou ainda para superar os conflitos do cotidiano. Constatou-se também o grande potencial educativo da dança. O seu ensino prevê a utilização do movimento para expressar idéias, sentimentos, emoções, pensamentos, ou ainda princípios filosóficos, sociais e políticos. Por sua essência integradora dos domínios humanos, a atividade da dança e, especificamente a dança de salão, é capaz de levar a pessoa, a descobrir e redescobrir sua corporeidade e sensibilidade. A pesquisa ora realizada tem como objetivo o estudo das emoções que perpassam a prática da dança de salão e a sua relação com a qualidade de vida. Trata-se de pesquisa social, uma vez que, além de resgatar valores culturais de diferentes regiões e contextos, desvenda seus múltiplos efeitos para os indivíduos. Para Matsudo (2000), as atividades físicas e os exercícios contribuem para a manutenção da saúde e qualidade de vida, controle do peso corporal, diminuição da gordura corporal, incremento da massa muscular entre outros.

Material e métodos: Para investigar os efeitos da dança de salão nos indivíduos será aplicado um questionário junto aos alunos de academia de dança de Campinas.

Principais resultados e conclusões: Os resultados serão analisados e interpretados, considerando a matriz teórica em construção.

Palavras-chave: qualidade de vida, dança, emoção.

GINÁSTICA RÍTMICA NO PROGRAMA SOCIAL DA MANGUEIRA: DESENVOLVENDO A AUTO-ESTIMA E AMPLIANDO A PERSPECTIVA DE VIDA DAS GINASTAS.

Buarque, Maria Augusta

Universidade Federal do Rio de Janeiro, Brasil.

Introdução e objetivos: Ao desenvolver o projeto “GRD no Ritmo da Manguiera”, no programa social da Manguiera, observei uma série de modificações nas ginastas participantes, tais como aumento da afetividade, da concentração, da responsabilidade, maior interesse e curiosidade, melhor rendimento escolar, etc. Estes fatores suscitaram diversos questionamentos, como, por exemplo: qual a influência da prática da ginástica rítmica nessas mudanças? O objetivo dessa pesquisa é investigar de que forma a prática da ginástica rítmica atua no processo de desenvolvimento da auto-estima dessas ginastas, e se é um fator que leva à ampliação de suas perspectivas de vida.

Material e métodos: A metodologia utilizada foi a da pesquisa teórico-empírica. Na pesquisa de campo, o procedimento adotado para a coleta de dados baseou-se na observação participante, sendo também utilizados formulários e entrevistas.

Principais resultados e conclusões: A análise dos dados mostrou que, a partir do intercâmbio técnico-esportivo, cultural e social, as ginastas da Mangueira adquiriram maior grau de confiança, segurança, senso do próprio valor e autonomia. A GR proporcionou ampliar seus olhares pela possibilidade de observar, discutir, criar, aprender e agir criticamente. Os resultados desse estudo levam à conclusão que a prática da ginástica rítmica, neste projeto social, atuou positivamente no desenvolvimento da auto-estima das ginastas, trazendo, entre outras contribuições, a ampliação de suas perspectivas de vida, sendo um fator de inserção social e não apenas de formação de atletas.

Palavras-chave: ginástica rítmica, projeto social, auto-estima.

guta.ufrj@bol.com.br

ACTIVIDADE FÍSICA, DESPORTO E BEM-ESTAR PSICOLÓGICO. AS ATITUDES DOS IDOSOS FACE À ACTIVIDADE FÍSICA.

Caetano, Luís; Raposo, José V.

Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, Vila Real, Portugal.

Introdução e objectivos: Apesar dos benefícios da actividade física nos idosos estarem relativamente bem documentados, pouco se sabe acerca da forma como a população portuguesa a encara. O presente estudo tem por objectivo analisar e estudar as atitudes dos idosos do concelho de Lamego face à actividade física, paralelamente à análise das diferenças de atitudes em função do tipo de valência da instituição que frequentam (Lar ou Centro de Dia), do sexo, da idade, da escolaridade (habilitações literárias), da profissão e da participação em programas de actividade física, bem como a importância que os mesmos atribuem à actividade física.

Material e métodos: Recorrendo às técnicas de amostragem por conveniência, estudámos 193 idosos ($n = 193$) das instituições de apoio a idosos do concelho de Lamego, 72 ($n = 72$) em regime de Lar, e os restantes 121 ($n = 121$) em regime de Centro de Dia; destes 193 inquiridos, 66 (34.2%) eram do sexo masculino e os restantes 127 (65.8%) do feminino; o idoso mais jovem tinha 65 anos de idade e o mais velho 96 anos de idade; e 116 (60.1%) tinham uma idade compreendida entre os 65 e os 79 anos de idade e os restantes 77 (39.9%) 80 anos ou mais; a percentagem de analfabetos da amostra foi de 54.9% (106 idosos). Para tal, e a partir da realização de testes *t* de Student e análises de variância ANOVA, com correcções de Bonferroni e testes de homogeneidade das variâncias nos casos necessários, foi aplicado à nossa amostra o *Older Persons Attitudes Toward Physical Activity and Exercise Questionnaire* (Terry, Biddle, Chatzisarantis & Bell, 1997), na sua versão validada para a população portuguesa.

Principais resultados: (1) A atitude global dos idosos face à actividade física foi positiva ($M = 3.94$ $DP = .52$, variância de 0.28); (2) existiram variações altamente significativas da atitude global em função do tipo de valência da instituição ($t = -.82$ $p = .000$) e da escolaridade ($t = -6.21$ $p = .003$), mas não em função do sexo, da idade e da profissão; (3) a participação em pro-

gramas de actividade física não influenciou a atitude global dos idosos face à actividade física ($t = 6.36$ $p = .360$); e (4) a atitude global dos idosos esteve positivamente relacionada com a cotação por eles atribuída à importância da actividade física [$F(4) = 59.98$ $p = .000$].

Principais conclusões: Estes resultados permitem sugerir que, na nossa amostra, (1) a atitude global dos idosos face à actividade física foi positiva; (2) existiram variações significativas da atitude global em função do tipo de valência da instituição e da escolaridade, mas não em função do sexo, da idade e da profissão. Assim, os idosos residentes em Centros de Dia e escolarizados tendem a ter uma atitude global face à actividade física mais positiva que os restantes; (3) a participação em programas de actividade física não influenciou a atitude global que esta já detinha relativamente à mesma, talvez devido ao facto de mesmo os que não participam reconhecerem a sua importância; e (4) a atitude global dos idosos esteve positivamente relacionada com a cotação por eles atribuída à importância da actividade física, ou seja, os que pensam que a actividade física é importante ou muito importante são os que apresentam uma atitude global mais positiva.

Palavras-chave: atitudes, idosos, actividade física.

lm_caetano@hotmail.com

DA BUSCA DE UM ENVELHECIMENTO QUALITATIVAMENTE POSITIVO: DESAFIOS E ALTERNATIVAS.

Freitas, Clara; Moura, Danyla; Maux, Jacqueline; Melo, Thalita; Freire, Carmen; Leão, Carolina

Escola Superior de Educação Física, Universidade de Pernambuco, Brasil.

Introdução e objectivos: A sociedade brasileira tem sido marcada pela desigualdade social e por uma forte segmentação regional no tocante a qualidade de vida da sua população. Neste começo de século, o Brasil apresentou um número crescente de idosos na faixa etária acima dos 60. Projeções da Organização Mundial da Saúde (OMS) apontam que seremos a sexta população de idosos do mundo. Diante da atual realidade este estrato social é visto culturalmente como um desvio da norma social, face ao esgarçamento da relação social. Esta investigação, de cunho descritivo-interpretativo, trabalhou a qualidade de vida na terceira idade sob a perspectiva de contribuição das atividades físicas e de lazer como instrumentos propiciadores da reintegração e do desenvolvimento sócio-cultural dos idosos.

Material e métodos: Participaram do trabalho de campo 104 atores sociais com mais de 60 anos, fisicamente ativos, de ambos os gêneros, envolvidos nos Grupos de Convivência da Prefeitura da Cidade do Recife, Pernambuco, Brasil. Os dados foram colhidos através do questionário da Organização Mundial de Saúde (WHOQUOL), versão em português de avaliação de qualidade de vida, 1998, composto por 26 questões que englobaram áreas de saúde, bem estar, economia, psicossociais, comunicação/mídia, lazer e serviços públicos. Os dados foram tabulados e classificados no programa SPSS. Após uma releitura do *corpus* principal, foram trabalhadas as categorias mais referidas.

Principais resultados e conclusões: Assim, a análise dos resultados

sobre a qualidade de vida, ofereceu indicações sobre o estado de saúde, longevidade, satisfação, espiritualidade e dignidade, moldando assim o cotidiano da população investigada, resultando numa rede de relações sociais. No tocante aos aspectos psicossociais, foram ressaltados as relações sociais com seus parentes e amigos e sua relação com o trabalho, pois os fazem sentir-se mais produtivos. Eles possuem uma percepção positiva da sua imagem corporal e uma maior incidência nos sentimentos negativos, como mau-humor, depressão e ansiedade. Relativamente aos aspectos relacionados a saúde (fatores físicos, psíquicos e cognitivos), as maiores incidências recaíram em: incapacidade de realizar atividades diárias decorrentes de dores físicas, disposição/energia para o dia-a-dia, capacidade de locomoção, satisfação com o desempenho de atividades diárias, e capacidade para o trabalho. Foi salientada a não satisfação com a sua saúde. No tocante à satisfação com a vida sexual, a frequência relativa apresentada foi significativamente positiva. Os aspectos relacionados aos serviços públicos tais como lazer, local onde mora, meios de comunicação e de transporte alcançaram uma representatividade significativa. Portanto, entre outras práticas, o lazer apresenta-se como um indicador positivo do estado de saúde das pessoas. Enfatizando-se ainda que esses movimentos e grupos sociais podem ser democratizados como modos de associação social. Parte das investigações sociológicas tem concentrado mais esforços nos movimentos sociais, mas esses grupos de convivência são interessantes e exercem um papel catalisador nas relações de proximidade.

Palavras-chave: lazer, qualidade de vida, relação social.

clarasilvestre@uol.com.br

UM OLHAR SOBRE A QUALIDADE DE VIDA DE ADULTOS PRATICANTES DE DESPORTO. ESTUDO EXPLORATÓRIO REALIZADO NO XIX ENCONTRO DE BASQUETEBOL MASTER NO BRASIL 2003.

Gomes, Núbio; Tavares, Fernando; Corte-Real, Nuno; Corredeira, Rui; Fonseca, António M.

Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Universidade do Porto, Portugal.

Introdução e objectivos: Um dos temas que nos últimos tempos tem vindo, cada vez mais, a ocupar um lugar de destaque no conjunto de preocupações e interesses dos estudiosos e investigadores da Psicologia do Desporto é o que se refere à qualidade de vida dos indivíduos e das relações existentes entre esta e a prática desportiva. Ainda assim, os dados actualmente disponíveis na literatura são ainda escassos, particularmente no que se refere ao espaço lusófono, para que possamos ter uma noção definida e consistente relativamente a estas questões. Neste sentido, o principal objectivo deste estudo consistiu na análise de um conjunto de indicadores potencialmente relacionados com a qualidade de vida dos indivíduos, como seja os que se referem ao modo como as pessoas se percebem em termos físicos, o que definem como sucesso na prática desportiva, e os níveis de satisfação que possuem relativamente à sua vida em geral. Adicionalmente, procurámos caracterizar o modo como as pessoas ocupam os seus tempos livres, essencialmente aqueles que são dedicados à prática de actividade física ou desportiva.

Material e métodos: A amostra deste estudo exploratório foi constituída por 19 indivíduos (17 do género masculino e 2 do género feminino), com uma média de idades de 43 anos, maioritariamente titulares de estudos superiores, participantes no XIX Encontro de Basquetebol Veterano, realizado na cidade de Vitória do Espírito Santo, em 2003. De acordo com os objectivos formulados para este estudo, os participantes preencheram versões previamente traduzidas e adaptadas do *Physical Self Perception Profile* (PSP; Fox & Corbin, 1989), do *Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire* (TEOSQ; Duda & Nichols, 1989) e da *Satisfaction With Life Scale* (SWLS; Diener et al., 1985), bem como um questionário desenvolvido pelo Gabinete de Psicologia da Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto, que permite a descrição das actividades realizadas pelos indivíduos nos seus tempos livres.

Principais resultados e conclusões: Da análise dos dados resultaram como principais conclusões que os indivíduos: i) tinham uma percepção positiva relativamente às diversas componentes do seu Eu físico; ii) se centravam na realização de objectivos essencialmente relacionados com eles próprios; isto é, adoptavam uma definição de sucesso desportivo fundamentalmente auto-referenciada; iii) se sentiam relativamente satisfeitos com a sua vida em geral; iv) ocupavam os seus tempos livres de forma relativamente equilibrada, designadamente no que se refere a actividades de natureza mais ou menos sedentária: por exemplo, em média, dedicavam, em cada semana, aproximadamente 8 horas à prática de actividades físicas e desportivas organizadas, às quais acresciam outras 4,5 horas ocupadas com a realização de actividade física não diferenciada; ao invés, no que concerne a actividades sedentárias, dedicavam, em média, 8,5 horas por semana ao estudo, às quais acresciam semanalmente outras 8 horas dedicadas ao uso do computador e 10 horas à assistência a programas televisivos. Em suma, os dados encontrados neste estudo parecem configurar a existência de um quadro positivo no que concerne à qualidade de vida usufruída pelos participantes neste estudo, ainda que, devido à natureza exploratória e ao desenho metodológico do presente estudo, não possamos assumir a existência de relações causais entre a referida qualidade de vida e a sua prática desportiva.

Palavras-chave: desporto, qualidade de vida, ocupação dos tempos livres.

ftavares@fedef.up.pt

A ACTIVIDADE FÍSICA E DESPORTIVA E A SATISFAÇÃO COM A VIDA.

Alves, JR¹; Corte-Real, N¹; Corredeira, R¹; Brustad, R²; Balaguer, I³; Fonseca, A M¹

(1) *Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Universidade do Porto, Portugal;* (2) *Universidade Norte Colorado, USA;* (3) *Universidade de Valência, Espanha.*

Introdução e objectivos: A importância de uma actividade física ou desportiva regular é sentida por todos como fundamental para que qualquer pessoa tenha uma boa qualidade de vida. São inúmeros os estudos que comprovam os malefícios do sedentarismo que, como sabemos, abrangem um sem número de graves consequências para qualquer pessoa. Como tal, a promoção de

um estilo de vida saudável e activo constitui uma preocupação, uma necessidade e uma prioridade, particularmente nas fases da infância e adolescência, nas quais se fundem muitos dos estilos de vida que se mantêm na vida adulta. Por outro lado, a inactividade física e consequente sobrepeso/obesidade são considerados problemas de grande amplitude com reflexos negativos na qualidade de vida das populações. Por outro lado, a satisfação com a vida, componente cognitiva do Bem-Estar Subjectivo, é entendida como um processo de julgamento no qual os indivíduos avaliam globalmente a qualidade das respectivas vidas com base em critérios próprios (Diener, 1984). É este o âmbito do nosso estudo, que tem como objectivos: (I) Verificar os índices de actividade física, nas suas várias vertentes, dos adolescentes; (ii) Analisar as relações existentes entre o grau de Satisfação com a Vida e o nível de participação em actividades físicas e desportivas em adolescentes.

Material e métodos: A informação para este estudo, foi recolhida sob a forma de questionário a 7293 adolescentes com idades compreendidas entre os 12 e os 17 anos, em diversas regiões de Portugal. Para medir a Satisfação com a Vida foi utilizada a versão portuguesa da Escala de Satisfação com a Vida (*Satisfaction With Life Scale* - SWLS), desenvolvida por Diener e colaboradores (1985). Os dados relativos à prática desportiva e exercício físico foram recolhidos a partir do questionário "The Health Behavior in Schoolchildren: a WHO cross-national survey" (Wold 1989), adaptado a partir do "Inventário de Conductas de Salud en Escolares" (Balaguer 1999).

Principais resultados e conclusões: Verificámos existirem diferenças estatisticamente significativas entre o grau de Satisfação com a Vida em jovens mais e menos activos, do ponto de vista do envolvimento em actividades físicas e desportivas, pelo que poderemos concluir que existe uma relação positiva entre a prática desportiva e a Satisfação com a Vida.

Palavras-chave: actividade física, desporto, satisfação com a vida.

ncortereal@fcddef.up.pt

O IDOSO, O ESTRESSE E O LAZER: UMA HISTÓRIA DE VIDA.

Lugão, Elizabeth C.¹; Coutinho, Armínia S.²

(1) Escola de Educação Física e Desportos, Universidade Federal do Rio de Janeiro; (2) UniABEU, UniSUAM; Brasil.

Introdução e objectivos: O envelhecimento populacional é um fenómeno mundial. Essa população cresce rapidamente nos países em desenvolvimento, onde a expectativa de vida ultrapassa os 70 anos. Em dez anos, o número de idosos no Brasil cresceu 35,6%. No Rio de Janeiro, eles já são 12,8% dos moradores – a maior concentração de idosos do país (IBGE, 2000). Envelhecer com qualidade de vida é o principal desafio. O idoso sofre o preconceito e abandono da família e da sociedade. Vê seus direitos de cidadã negligenciados. A discriminação pode levar à violência real e simbólica contra os idosos, manifestando-se tanto na esfera pública quanto na esfera doméstica. Na esfera pública, esta violência se expressa na exclusão de alguns benefícios sociais, na imagem apresentada pelos meios de comunicação, na marginalização educacional e profissional, etc. Na esfera doméstica, a violência fala por meio de agressões físicas, psicológicas e abandono. O alijamento do mundo produtivo – extremamente

valorizado na nossa cultura - cria barreiras de participação do velho na vida social. O objetivo deste trabalho é relatar o estresse na vida de um professor idoso, pioneiro no oferecimento de actividades físicas para idosos no Município de Nilópolis no Estado do Rio de Janeiro (RJ), que possui escassez de actividades de lazer, contribuindo para que o professor e seus alunos idosos mantenham-se em actividade, para que sejam ajustadas suas relações psicossociais com familiares, colegas e amigos, além de novos relacionamentos e a redução do estresse.

Material e métodos: A partir dessas considerações, a metodologia utilizada foi história de vida. A entrevista foi gravada e filmada com a autorização do entrevistado. A transcrição foi textual, analisando-se os temas predominantes. **Principais resultados e conclusões:** Como resultado, em relação à qualidade de vida do professor, embora tenha sofrido um AVC em 1980, continua em actividade ministrando actividades físicas para idosos que se queixavam de ociosidade. Considera-se auto-didata e atribui o seu estado físico e mental à vida sadia que leva. O trabalho comunitário que exerce não é subsidiado por nenhum órgão público ou privado, e tem cunho intergeracional. Em relação à família, é casado em segundas núpcias e tem filhos. Relata ser totalmente dependente da sua esposa, ela é a sua memória.

Refere ter uma vida sexual activa e prazerosa. É uma pessoa religiosa. Orgulha-se de ter sido professor das pessoas que hoje estão à frente da vida política do Município. Lamenta que os idosos não se interessem pela política. É reservista da Polícia Militar e gosta de exercer o magistério, embora devido à idade não o possa fazê-lo oficialmente. Em conclusão: Evidenciou-se que, tanto para o sujeito da pesquisa, quanto para o seu grupo, as actividades físicas, praticadas duas vezes por semana, são a única forma de lazer e oportunidade de fazer e manter relacionamentos, minimizando a solidão e o estresse. A velhice é inevitável. Precisamos aprender a viver melhor, preparando-nos para a velhice. As instituições de ensino devem estar preparadas para terem em seu corpo docente e discente pessoas idosas. A experiência mostra que assim como as características físicas do envelhecimento, as de carácter psicológico também estão relacionadas com a hereditariedade, com a história e com a atitude de cada indivíduo. A actividade física pode contribuir, de maneira ímpar, para a melhora física, fisiológica e psicossocial do indivíduo. As pessoas mais saudáveis e otimistas têm mais condições de se adaptarem às transformações trazidas pelo envelhecimento.

Palavras-chave: envelhecimento, qualidade de vida, actividade física.

elizlugon@hotmail.com

ACTIVIDADE FÍSICA. AUTO-PERCEPÇÕES E ESTILOS DE VIDA NOS ADOLESCENTES... CARACTERIZAÇÃO DE ESCOLAS DO 3º CICLO DA CIDADE DE AMORA.

Albuquerque, I¹; Corte-Real, N¹; Alves, JR¹; Corredeira, R¹; Balaguer, I²; Brustad, R³; Fonseca, AM¹

(1) Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Universidade do Porto, Portugal; (2) Universidade de Valência, Espanha; (3) Universidade Norte Colorado, USA.

Introdução e objectivos: Pretende-se com este trabalho analisar as variáveis preditoras dos estilos de vida saudáveis tais como o

auto-conceito, a prática da actividade física e consumos nos adolescentes. Os objectivos principais deste estudo são: 1) Caracterizar a prática da actividade física, as auto-percepções e os consumos de tabaco, álcool e alimentos não saudáveis e saudáveis, por idade e género; 2) Analisar as relações entre a prática de actividade física, as auto-percepções e os consumos; 3) Verificar se a prática de actividade física influencia positivamente os estilos de vida saudáveis e negativamente os não saudáveis; 4) Verificar se a prática de actividade física e desportiva influencia positivamente as auto-percepções.

Material e métodos: A amostra é constituída por 530 alunos de três escolas com 3º ciclo da cidade de Amora, de ambos os géneros, com idades compreendidas entre os 12 e os 17 anos (218 rapazes e 312 raparigas). Foram utilizados os seguintes instrumentos: Inventário de condutas de saúde em adolescentes (*The Health Behaviour in schoolchildren* - 1985 - 1985/ 86: A WHO cross-national survey, Wold, 1989) adaptado à nossa realidade, para analisar alguns estilos de vida; *Self-Perception Profile for Adolescents* (SPPA, Harter, 1998).

Principais resultados e conclusões: (i) Os alunos apresentaram níveis de prática de actividade física muito baixos em todas as suas expressões: esforço físico, exercício físico, prática desportiva e prática de desporto escolar. Ficou comprovado neste estudo, que os rapazes são mais activos que as raparigas, destacando-se os níveis de prática muito baixos nestas adolescentes; (ii) A prática de actividade física vai diminuindo com a idade, sendo os rapazes mais novos (12/13 anos) os que apresentam valores de prática com ganhos para a saúde. Tal resultado veio confirmar a nossa segunda hipótese; (iii) 83,3% dos alunos consome com regularidade alimentos saudáveis, mas 71,6% dos jovens também consome com regularidade alimentos não saudáveis. Os rapazes apresentam piores hábitos alimentares que as raparigas; (iv) 62,4% dos alunos afirmaram que nunca fumaram e 7,5% indica um consumo pelo menos semanal. As raparigas fumam mais do que os rapazes e o consumo aumenta com a idade; (v) Relativamente ao consumo de álcool, verifica-se um aumento em função da idade - com 12/13 anos, 6% consomem bebidas alcoólicas todas as semanas, com 14/15 anos a percentagem sobe para 10% e com 16/17 anos são 27,4% os jovens que referem uma regularidade pelo menos semanal no consumo de bebidas alcoólicas. Os rapazes consomem mais do que as raparigas; (vi) Os adolescentes que tinham melhores níveis de prática de actividade física consumiam mais alimentos saudáveis, não se verificando correlações positivas estatisticamente significativas entre a prática de actividade física e o menor consumo de substâncias e de alimentos não saudáveis; (vii) Os adolescentes com melhores níveis de prática de actividade física têm uma percepção mais positiva da sua competência desportiva e auto-estima, não tendo sido encontradas correlações estatisticamente significativas com a aceitação social.

Palavras-chave: actividade física, estilos de vida, auto-percepções.

ncortereal@fcdef.up.pt

ACTIVIDADE FÍSICA, AUTO-PERCEPÇÕES E ESTILOS DE VIDA... UM ESTUDO COM ESTUDANTES DOS 12 AOS 17 ANOS EM BRAGANÇA.

Gaudêncio, H¹; Corte-Real, N¹; Alves, JR¹; Corredeira, R¹; Balaguer, I²; Brustad, R³; Fonseca, AM¹

(1) Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Universidade do Porto, Portugal; (2) Universidade de Valência, Espanha; (3) Universidade Norte Colorado, USA.

Introdução e objectivos: Este trabalho teve como objectivos: i) caracterizar os estilos de vida dos jovens estudantes dos 12 aos 17 anos na cidade de Bragança; ii) analisar a relação entre os estilos de vidas e as auto-percepções. Neste sentido este trabalho inclui quatro estudos: Estudo 1: Caracterização dos estilos de vida dos jovens estudantes dos 12 aos 17 anos na cidade de Bragança - uma perspectiva global; Estudo 2: Caracterização dos estilos de vida dos jovens estudantes dos 12 aos 17 anos na cidade de Bragança - comparando o género. Estudo 3: Caracterização dos estilos de vida dos jovens estudantes dos 12 aos 17 anos na cidade de Bragança - comparando o grupo etário; Estudo 4: Análise das relações entre as auto-percepções e os estilos de vida.

Material e métodos: A amostra é composta por um total de 839 alunos pertencentes às cinco escolas da cidade de Bragança, 436 do género feminino (53%) e 403 do género masculino (48%). O instrumento utilizado foi uma adaptação do "The Health Behaviour in Schoolchildren: A WHO cross-national survey - HBSC (Wold, 1985)". Embora o HBSC explore várias variáveis relacionadas com os estilos de vida, no nosso estudo foram apenas analisadas quatro variáveis: prática de exercício físico, prática desportiva, consumo de álcool, e consumo de tabaco. Para avaliar o modo como os adolescentes se percebem a si mesmos, recorremos ao *Self-Perception Profile for Adolescents* (SPPA, Harter, 1998).

Principais resultados e conclusões: Os principais resultados e conclusões foram os seguintes: Estudo 1: a) Os alunos de uma forma geral são pouco activos; 15,9% dos jovens não realiza qualquer tipo de exercício físico, 54,2% pratica exercício físico no máximo de uma sessão semanal com mais de 20 minutos; b) O consumo de tabaco é preocupante, pois 14,4 % fumam pelo menos todas as semanas; c) O consumo de álcool é mais elevado do que o consumo de tabaco, uma vez que 23,9% ingere pelo menos uma bebida alcoólica todas as semanas. Estudo 2: a) os rapazes praticam mais exercício físico que as raparigas; b) relativamente ao consumo de tabaco não existem diferenças significativas entre géneros; c) os rapazes bebem mais do que as raparigas, consomem mais frequentemente bebidas alcoólicas em excesso e embriagam-se mais vezes. Estudo 3: a) Os jovens com idades compreendidas entre os 15 e os 17 anos praticam menos exercício físico que os com idades compreendidas entre os 12 e os 14 anos; c) o grupo dos estudantes mais velhos bebe mais, fuma mais e embriaga-se mais vezes que o grupo dos estudantes mais novos; Estudo 4: a) o que parece motivar mais a prática desportiva são aspectos relacionados com a valorização social e a vontade de se relacionar melhor com o próprio corpo; b) o consumo de tabaco está relacionado com os comportamentos desviantes e com os problemas a nível escolar; c) o álcool está relacionado com o envolvimento social, sendo um comportamento de grupo.

Palavras-chave: actividade física, estilos de vida, auto-percepções.

ncortereal@fcdef.up.pt

ESTILO DE VIDA DOS ADOLESCENTES FINALISTAS DO ENSINO

MÉDIO DE MARECHAL CÂNDIDO RONDON, PARANÁ, BRASIL.**Madureira, Alberto S.; Tokunaga, Luciane H.***Universidade Estadual do Oeste do Paraná, Brasil.*

Introdução e objetivos: Esta investigação objetivou analisar o estilo de vida dos adolescentes do terceiro ano do ensino médio (segundo grau), em relação aos hábitos saudáveis, sócio-culturais e esportivos da cidade de Marechal Cândido Rondon, Paraná, Brasil.

Material e métodos: Caracterizou-se como uma pesquisa descritiva, onde o instrumento utilizado para a coleta de dados foi um questionário e seu tratamento estatístico foi com frequência e porcentagem. A amostra foi composta por 109 pessoas, sendo 56 do gênero masculino.

Principais resultados e conclusões: Os resultados demonstram que, no aspecto do comportamento de lazer e atividades extracurriculares, os adolescentes têm acesso à danceterias/bailes, ao treinamento esportivo, freqüentam encontros em centros paroquiais e cursam pelo menos uma língua estrangeira. Como hábitos de saúde, verificamos que o consumo de álcool e tabaco é maior entre o gênero masculino; já, no tipo de alimentação, houve um consumo elevado de carboidratos e baixo consumo de alimentos naturais ricos em fibras. Quanto à prática esportiva foi verificada uma pequena diferença entre os sexos, sendo as meninas mais ativas que os meninos, e que a maioria busca o exercício físico pela promoção da saúde. Podemos relatar, então, que o estilo de vida dos adolescentes apresenta uma alimentação pouco balanceada, preenchem seu tempo com atividades pouco ativas e com pouca frequência em atividades extracurriculares, e para os indivíduos ativos seus objetivos estão voltados ao prazer que o exercício físico lhes proporciona juntamente com a busca da saúde. Desta forma, é importante que eles modifiquem alguns hábitos e mantenham outros, para que assim, eles obtenham um estilo de vida mais positivo.

Palavras-chave: estilo de vida, adolescentes, hábitos de vida.

amadureira@certto.com.br

UM OLHAR SOBRE OS ESTILOS DE VIDA DOS ADOLESCENTES PORTUGUESES... A ACTIVIDADE FÍSICA, OS CONSUMOS E A IMPORTÂNCIA DAS RELAÇÕES COM OS AMIGOS.

Corte-Real, N¹; Alves, JR¹; Corredeira, R¹; Balaguer, I²; Brustad, R³; Fonseca, AM¹

(1) Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Universidade do Porto, Portugal; (2) Universidade de Valência, Espanha; (3) Universidade Norte Colorado, USA.

Introdução e objetivos: Todos os dias somos confrontados com alertas sobre o “estado de saúde” da população mundial e a dimensão destes “números” da saúde, ou melhor da doença, tem de ser profundamente analisada, essencialmente porque, no mundo ocidental, morre-se cada vez mais devido aos comportamentos do ser humano. A Organização Mundial de Saúde calcula que 4,9 milhões de pessoas morrem anualmente como consequência do consumo de tabaco. Em 2010 morrerão 10 milhões (*Journal of School Health*, 2003). Segundo o CDC (Centro de Controle de Doenças, dos EUA), actualmente 31%

dos americanos são obesos, estimando-se que aumentem para mais de 50% em 2010. Os hábitos alimentares e o sedentarismo são as principais causas apontadas. Em Portugal, apesar da escassez de estudos que retratem a nossa realidade, são vários os indicadores preocupantes. Matos M. et al (2003), no âmbito do Estudo Europeu “Health Behaviour in Scholl-aged Children”, referiu que em 2002 apenas 36.8% dos 6017 jovens, com idade média de 14 anos, envolvidos no estudo praticavam desporto mais de 3 vezes por semana. Apenas 46,1% praticavam uma a três vezes. Estas foram algumas das razões que levaram o Laboratório de Psicologia do Desporto da Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Universidade do Porto, a desenvolver diversos estudos sobre os estilos de vida dos adolescentes portugueses, procurando analisar especialmente as relações entre a actividade física e a prática desportiva com alguns dos hábitos mais frequentes e também mais preocupantes: a alimentação e os consumos de tabaco e álcool.

Material e métodos: Apresentamos aqui os dados do relatório preliminar de um estudo desenvolvido ao longo dos dois últimos anos, que envolveu 7293 adolescentes de diferentes regiões de Portugal, fazendo uma análise dos hábitos estudados, por gênero e escalão etário, assim como verificámos a importância das relações com os amigos na adopção de estilos de vida. Questionários utilizados: “The Health Behavior in Schoolchildren: a WHO cross-national survey” (Wold 1989), adaptado a partir do “Inventário de Conductas de Salud en Escolares” (Balaguer 1999).

Principais resultados e conclusões: Os principais resultados obtidos foram os seguintes: (i) Apenas um terço dos adolescentes referiram um índice de actividade física regular satisfatória, sendo os rapazes mais activos que as raparigas e os mais novos mais activos que os mais velhos. Dos 13-15 anos para os 16-18 anos há uma diminuição dos níveis de prática desportiva de 27% nos rapazes e 40 % nas raparigas; (ii) Os rapazes apresentaram maior consumo de alimentos considerados não saudáveis e de álcool. Os níveis de consumo de tabaco dos rapazes e das raparigas são praticamente iguais. Dos 13-15 anos para os 16-18 anos há um aumento de mais de 50% no consumo de tabaco e de álcool em ambos os gêneros; (iii) A prática desportiva dos amigos relaciona-se positivamente com o aumento da prática desportiva e com a diminuição do consumo de tabaco dos jovens: quando os melhores amigos praticam frequentemente desporto verificou-se um aumento médio de aproximadamente 30% nos índices de prática desportiva regular e um decréscimo também de 30% no consumo regular de tabaco. Não se verificaram diferenças relativamente ao consumo de álcool nos jovens, pelo facto de os amigos praticarem ou não desporto frequentemente.

Palavras-chave: actividade física, tabaco e álcool, amigos.

ncortereal@fcdef.up.pt

ESTILOS DE VIDA E AUTOPERCEPÇÕES DE ALUNOS COM NECESSIDADES EDUCATIVAS ESPECIAIS.

Fernandes, A¹; Corredeira, R¹; Corte-Real, N¹; Alves, JR¹; Balaguer, I²; Brustad, R³; Fonseca, AM¹

(1) Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Universidade do Porto, Portugal; (2) Universidade de Valência,

Espanha; (3) Universidade Norte Colorado, USA.

Introdução e objectivos: O conhecimento dos estilos de vida dos nossos jovens, com principal relevância para a actividade física e o consumo de tabaco, álcool e outras drogas, torna-se de extrema importância pois só conhecendo a realidade podemos adoptar estratégias com vista a implementar estilos de vida saudáveis. Foi neste âmbito que nos propusemos realizar o presente estudo, o qual teve os seguintes objectivos: i) analisar os níveis de prática de actividade física em função do género e do escalão etário; ii) investigar os níveis de consumo de tabaco, álcool e haxixe em função do género e escalão etário; iii) identificar a relação entre o consumo de tabaco, álcool e haxixe; iv) investigar as relações entre a actividade física e os consumos de tabaco, álcool e haxixe; e v) investigar a relação que existe entre actividade física, consumos (álcool, tabaco) e o comportamento dos pares (melhor amigo/a).

Material e métodos: Participaram neste estudo 791 alunos (455 do sexo feminino e 338 do sexo masculino) de duas escolas localizadas no distrito da Guarda (Beira Interior), onde frequentavam o 3º ciclo e ensino secundário, preenchendo uma versão adaptada do *The Health Behaviour in Schoolchildren: a WHO cross-national survey* (HBSC; Wold, 1989).

Principais resultados e conclusões: Da análise dos dados resultaram como principais conclusões: i) os adolescentes apresentaram baixos níveis de actividade física (exercício físico e prática desportiva), o sexo masculino apresentou níveis mais elevados de actividade física que o sexo feminino, e os jovens pertencentes a escalões etários mais baixos mostraram ser mais activos (apresentaram níveis mais elevados de prática de actividade física); ii) em relação aos consumos (tabaco, álcool e haxixe) verificou-se um aumento em função da idade e uma predominância de consumo, estatisticamente significativa, no sexo masculino; iii) comprovou-se uma correlação positiva entre os consumos - de salientar que os consumos apontados com maior frequência foram o tabaco e o álcool; iv) a relação entre prática de actividade física e o consumo de tabaco, álcool e haxixe é fraca, não sendo considerada significativa em termos estatísticos; e v) verificou-se que existia relação entre a prática de actividade física por parte dos jovens e dos pares; com os consumos de tabaco e álcool essa relação também foi notória.

Palavras-chave: estilos de vida, actividade física, drogas lícitas e ilícitas.

ncortereal@fcdef.up.pt

ESTILO DE VIDA DOS PROFESSORES DA UNIOESTE.

Madureira, Alberto S.; Grisa, Roberto A.
Universidade Estadual do Oeste do Paraná, Brasil.

Introdução e objectivos: Este trabalho objetivou verificar o estilo de vida dos professores da UNIOESTE considerando seis fatores (nutrição, atividade física, comportamento preventivo, relacionamento social, estresse e espiritualidade) individuais relacionados ao bem-estar e também verificar se os docentes encontram-se aptos para iniciar um programa de exercícios físicos.

Material e métodos: Foram avaliados 47 professores, sendo 24 do gênero masculino. Foram utilizados dois instrumentos para

coletar as informações desejadas. Foram eles: o PAR-Q e o Questionário do Perfil de Estilo de Vida.

Principais resultados e conclusões: Pelas respostas apresentadas no instrumento PAR-Q, foi possível verificar que 50% (12) dos sujeitos pertencentes ao gênero masculino não se encontram, aparentemente, aptos para iniciar um programa, ao passo que 65,2% (15) do gênero feminino encontram-se, aparentemente, saudáveis para iniciar um programa. Nas questões relacionadas ao estilo de vida, ao proceder-se ao cálculo médio do gênero feminino, de modo geral com a participação dos seis componentes relacionados ao bem-estar individual, percebeu-se que este gênero apresenta um componente que “quase sempre” é verdadeiro no seu cotidiano, ao passo que 2,2 pontos aproximam-se desta condição, colocando o grupo com um comportamento saudável. Já, o gênero masculino, apesar de apresentar o valor médio de 1,6 pontos, aproximar-se de um comportamento “quase sempre” verdadeiro, deixou perceber que este gênero deve ter maior cuidado com relação ao seu comportamento no cotidiano. Conclui-se que o gênero masculino é merecedor de maior atenção no seu comportamento, ao passo que o gênero feminino não deve descuidar-se da posição já assumida.

Palavras-chave: estilo de vida, bem-estar, exercício físico.

amadureira@certto.com.br

PADRÕES CORPORAIS INTERATIVOS MÃE-BEBÊ NA DEPRESSÃO MATERNA.

Silva, Clarisse F.F¹; Barros, Jônatas F.²

(1) Secretaria de Ensino Médio e Tecnológico, MEC; (2) Faculdade de Educação Física, UnB; Brasil.

Introdução e objectivos: O estudo da interação mãe-bebê revela tanto o comportamento do bebê quanto o da mãe, no estabelecimento conjunto de uma comunicação por meio de regulação mútua. Esta regulação acontece por meio de canais sensoriais multimodais e bidirecionais, que modulam-se como uma dança corporal interativa, de influência recíproca. O objetivo foi contribuir para o estudo da interação mãe-bebê, por meio da descrição dos padrões corporais interativos manifestos em díades mães-bebês, com presença e ausência de evidência de sinais de depressão pós-parto.

Material e métodos: Adotou-se o método epidemiológico analítico transversal (Pereira, 1997) para a caracterização da amostra e verificação de fatores de risco para a depressão pós-parto. Para a identificação, descrição e análise dos padrões corporais interativos adotou-se o método etológico microanalítico de observação. Uma amostra de 24 díades mãe-bebê, entre a 5ª e a 18ª semana do puerpério, na cidade de Brasília, foi submetida à aplicação da EPDS e da HAD, escalas validadas no Brasil, a primeira especialmente elaborada para avaliação da depressão pós-parto. Um questionário de dados sociais e de saúde, para identificação de fatores de risco sócio-econômicos, foi aplicado na mesma amostra. Foi desenvolvido um questionário, ainda preliminar, para identificação da intensidade e qualidade da interação corporal mãe-bebê. Foram realizadas filmagens de situação padronizada de interação (3 minutos de amamentação e 5 minutos de interação face-a-face) para análise posterior. Todas as entrevistas e filmagens foram realizadas com o consentimen-

to prévio das mães, em visita domiciliar.

Principais resultados e conclusões: A EPDS e a HAD demonstraram indicadores de depressão pós-parto em 50% da amostra, o que representa uma taxa percentual 3 a 5 vezes mais elevada do que os resultados encontrados em outros estudos. As condições sócio-económicas precárias poderiam explicar os resultados inesperados e alarmantes dessa alta taxa de prevalência de depressão pós-parto encontrada na amostra estudada. Com uma sub-amostra de 4 díades mãe-bebê, contrastando os resultados da escala EPDS, enriquecida com dados do questionário de interação corporal, realizou-se um tratamento metodológico microanalítico exploratório na leitura e análise etológica dos microeventos observados na situação padronizada de amamentação. A observação microanalítica da interação mãe-bebê demonstrou ser de grande utilidade na apreensão da sequência interativa para a identificação dos padrões corporais. A identificação dos padrões corporais sugere uma arquitetura somática dos sentimentos, pensamentos e comportamentos e a organização e regulação da comunicação por meio de padrões corporais dinâmicos, fluidos em suas combinações e variações. Pôde evidenciar alterações na regulação da comunicação não-verbal, nas mães com e sem indicador de depressão, sugerindo a organização de padrões corporais interativos multimodais, modulados pelo estado psíquico da mãe, entretanto, também demonstrando que a mãe com indicador de depressão pode ter uma interação harmoniosa com seu bebê.

Palavras-chave: interação mãe-bebê, depressão pós-parto, interação corporal.

jonatasbarros@superig.com.br

VALORES E REPRESENTAÇÕES CORPORAIS. UM ESTUDO EM ADOLESCENTES DO ENSINO SECUNDÁRIO.

Veloso, Teresa; Vasconcelos, Olga; Queirós, Paula

E.B.2,3/S Oliveira de Frades; Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Universidade do Porto, Portugal.

Introdução e objectivos: Este estudo visa explorar uma possível relação entre os valores e representações actuais do corpo. Pretende-se estudar como é que os adolescentes e jovens adultos se sentem com o seu próprio corpo e com as pressões sociais que apelam para a obtenção de um corpo jovem, magro e belo.

Material e métodos: A amostra foi constituída por 212 indivíduos, de ambos os sexos, dos quais 65 são do sexo masculino e 147 do sexo feminino, com idades compreendidas entre os 14 e os 20 anos. Todos os inquiridos são estudantes e frequentam o ensino secundário da Escola E. B. 2,3/S de Oliveira de Frades, Distrito de Viseu. Para identificarmos as características gerais dos inquiridos, utilizamos o questionário de Rodrigues (1997). Para avaliarmos os valores e representações corporais, utilizamos o questionário de Rodrigues (1997).

Principais resultados e conclusões: Os resultados da nossa pesquisa revelaram que, no que respeita aos valores e representações corporais, das 4 dimensões apresentadas, o corpo saudável apresentou-se como a mais importante para os três grupos de idade, para os diferentes estratos sociais e para ambos os sexos. No que respeita à componente estética/simbólica, os resulta-

dos demonstraram que a valorização desta dimensão é mais acentuada nos indivíduos com idades estabelecidas entre os 16 e os 17 anos, em ambos os sexos e pertencentes a classes sociais elevadas. O corpo social, que apresentou um valor muito próximo de ser significativo no nosso trabalho, obteve maior importância nos rapazes pertencentes aos II e III grupo de idades. Verificou-se, no entanto, uma desvalorização desta componente na faixa etária entre os 14 e os 15 anos. A 4ª componente (corpo sensual), foi, claramente, a dimensão mais desvalorizada, muito embora, as raparigas tenham apresentado valores superiores aos rapazes, no I e II grupo de idades. Relativamente aos géneros musicais, em função do sexo, idade e estatuto sócio-económico, a música pop/rock, revelou ser a preferida dos indivíduos do nosso estudo. Independentemente do sexo, da idade e do estatuto sócio-económico, os indivíduos da nossa pesquisa sentem dificuldades em identificar-se com alguns dos estilos e ideais de grupo apresentados. Apesar de serem um número minoritário, verificou-se que a adesão a uma determinada cultura, efectuou-se, mais declaradamente, na faixa etária entre os 16 e os 17 anos. Os resultados do nosso estudo, no que respeita às convivialidades, mostraram que os colegas de escola, com a mesma faixa etária e de ambos os sexos, constituem as redes de sociabilidade, nas variáveis sexo, idade e estatuto sócio-económico.

Palavras-chave: valores e representações corporais, culturas juvenis, adolescência.

tecasveloso@portugalmail.pt

ÍNDICE DE SATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL EM ADOLESCENTES RURAIS.

Cruz, Lúcia A.; Glaner, Maria Fátima

Universidade Católica de Brasília, Brasil.

Introdução e objectivos: Vive-se no meio de uma revolução do corpo. A imagem corporal pode ser vista como a relação entre o corpo de uma pessoa e os processos cognitivos como crenças, valores e atitudes (Volkwein & McConatha, 1997). Deste ponto de vista, a imagem corporal pode ser definida como uma representação interna, mental, ou auto-esquema da aparência física de uma pessoa. As pessoas aprendem a avaliar seus corpos através da sua interação com o ambiente. Assim, sua auto-imagem é desenvolvida e reavaliada continuamente durante a vida inteira (Becker Jr., 1999). Portanto, o objetivo deste estudo foi verificar o índice de satisfação com a imagem corporal em adolescentes rurais.

Material e métodos: A amostra foi composta por moças (n = 120) e rapazes (n = 89) residentes em áreas rurais do norte gaúcho e oeste catarinense. Esta apresentou valores médios de idade 16,8 ± 0,8 e 15,0 ± 1,3 anos; massa corporal 61,1 ± 8,8 e 52,3 ± 7,8 kg; estatura 172,1 ± 6,4 e 159,9 ± 5,8 cm; e somatório das dobras cutâneas tricipital e panturrilha 20,0 ± 6,7 e 40,8 ± 11,5 mm, respectivamente em rapazes e moças. Usou-se a auto-avaliação da imagem corporal conforme modelo de Stunkard et al. (1983) que envolve 09 imagens corporais (IC).

Principais resultados e conclusões: Os valores obtidos são apresentados na sequência. Distribuição percentual (%) por imagem corporal como os adolescentes se percebem: rapazes - IC1 =

1,1%, IC2 = 5,6%, IC3 = 24,7%, IC4 = 53,9%, IC5 = 11,2%, IC6 = 3,4%; moças - IC1 = 0,8%, IC2 = 6,7%, IC3 = 31,7%, IC4 = 46,7%, IC5 = 13,3%, IC6 = 0,8%. Distribuição % por IC desejada: rapazes - IC3 = 14,6%, IC4 = 53,9%, IC5 = 31,1%; moças - IC2 = 13,3%, IC3 = 58,3%, IC4 = 25,0%, IC5 = 2,5%, IC7 = 0,8%. Estão satisfeitos com sua imagem corporal 37,1% dos rapazes e 35,8% das moças. Consequentemente estão insatisfeitos com sua imagem corporal 62,9% dos rapazes e 64,2% das moças. Os resultados obtidos mostraram que a maioria de moças e rapazes percebem sua imagem corporal correspondentes às 3, 4 e 5, porém as moças gostariam que sua imagem corporal fosse parecida com as 2 e 3, sendo de maior preferência a 3. Já os rapazes gostariam que sua imagem corporal fosse parecida com as 3 e 4, sendo a de maior preferência a 4. A insatisfação da imagem corporal apresenta aproximadamente o dobro da satisfação.

Palavras-chave: imagem corporal, auto-conceito físico, adolescentes rurais.

mfglaner@pos.ucb.br

PERCEPÇÃO E SATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL EM IDOSOS DE DUAS CIDADES FRONTEIRIÇAS DE PORTUGAL E ESPANHA.

Graças, Ivelise; Vasconcelos, Olga

Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Universidade do Porto, Portugal.

Introdução e objectivos: A sociedade actual exerce cada vez mais pressão nos indivíduos relativamente à sua aparência corporal. Também as pessoas idosas começam a ser atingidas por essas pressões. O idoso do final do séc. XX princípios do séc. XXI, em relação à sua imagem corporal, vê-se de outro modo comparativamente a décadas anteriores. O presente estudo tem como propósito investigar a imagem corporal nas suas componentes percepção e satisfação, em indivíduos idosos de ambos os sexos de duas cidades fronteiriças de Portugal e Espanha. **Material e métodos:** A amostra foi constituída por 102 idosos, 43 do sexo masculino e 59 do sexo feminino, das cidades de Bragança (Portugal) e de Zamora (Espanha), com idades compreendidas entre os 65 e os 95 anos de idade e que apenas frequentam os centros de dia. Os idosos foram agrupados em duas categorias de idade: 65-74 anos e 75-95 anos. Para avaliar a percepção da imagem corporal utilizamos o teste de Kreitler e Kreitler (1970, cit. Kreitler e Kreitler, 1988) - *Body Size Estimation Method*, e para avaliar a satisfação com a imagem corporal utilizamos o questionário de Lutter et al. (1990) - *Body Image Satisfaction Questionnaire*. Os procedimentos estatísticos incluíram a média, o desvio-padrão e o teste de Mann-Whitney. **Principais resultados e conclusões:** (i) A percepção da imagem corporal diferiu significativamente entre os idosos segundo a nacionalidade (os portugueses apresentaram, em média, valores mais precisos de percepção e em particular no que respeita à altura, aos ombros, à cintura, às ancas, às mãos e ao tronco). Em relação aos valores médios, não se registaram diferenças significativas segundo o sexo, a idade e a prática de actividade física. Todavia, os homens apresentaram uma percepção significativamente superior em relação às ancas e o grupo etário mais novo uma percepção significativamente superior em relação à

altura e às mãos; (ii) A satisfação com a imagem corporal, no geral, não diferiu significativamente segundo a nacionalidade, o sexo, a idade e a prática de actividade física. Contudo, em relação à nacionalidade, os portugueses demonstraram uma satisfação significativamente mais elevada com a barriga, as ancas, o peso e a altura, e os espanhóis mostraram estar significativamente mais satisfeitos com os seus níveis de energia e de resistência física. Em relação ao sexo, os homens apresentaram valores significativamente superiores no que respeita aos braços, peito, barriga e cintura. O grupo etário mais novo revelou uma satisfação significativamente mais elevada relativamente aos dentes, ao aspecto geral da face, aos níveis de energia e de resistência física.

Palavras-chave: imagem corporal, idosos, península ibérica.

ivelise.gracas@oninet.pt

SATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL EM INDIVÍDUOS COM ESQUIZOFRENIA.

Alves, Ana; Silva, Adília; Vasconcelos, Olga

Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Universidade do Porto, Portugal.

Introdução e objectivos: Muitos são os mitos e as crenças relativos à esquizofrenia. Dada a sua complexidade, continua a ser a doença mental que mais dúvidas e controvérsias suscita.

Apesar do grande interesse fenomenológico pela imagem corporal dos esquizofrénicos, poucas pesquisas empíricas têm sido realizadas (Priebe e Röhrlich, 2000). Com este estudo pretendemos investigar a satisfação com a imagem corporal em indivíduos com o diagnóstico de esquizofrenia, residentes em instituições hospitalares ou em regime ambulatorio, praticantes e não praticantes de actividade física.

Material e métodos: A amostra foi constituída por 114 indivíduos entre os 23 e os 65 anos, de ambos os sexos, incluídos nos seguintes grupos: não clínico (n=48), clínico residente (n=31) e clínico ambulatorio (n=35). Para a determinação do somatótipo efectivo (real) foram efectuadas dez mensurações antropométricas a cada indivíduo. Posteriormente foi utilizada a técnica de Heath e Carter (1971, citados por Sobral e Silva, 2001). Para a avaliação do somatótipo preferido foi utilizado o Método das Silhuetas (Sobral et al., 1997). De um conjunto de dez cartões, representando os principais tipos de somatótipos (silhuetas), cada indivíduo foi convidado a seleccionar a silhueta que considerava ser a que mais gostaria de ter. Foram calculados os valores SAD (*Somatotype Attitudinal Distances*) (Duquet e Hebbelinck, 1977). Este método permitiu avaliar a satisfação com a imagem corporal (distância entre o somatótipo efectivo e o preferido). O tratamento estatístico incluiu a estatística descritiva e a estatística inferencial. O nível de significância foi fixado em $p \leq .05$.

Principais resultados e conclusões: (i) A satisfação com a imagem corporal no esquizofrénico, tanto no sexo feminino como no masculino, apresenta valores significativamente inferiores aos verificados em ambos os sexos na população não clínica; (ii) A satisfação com a imagem corporal, no esquizofrénico e na população não clínica, não diferiu em função da idade; (iii) Apenas nos indivíduos do sexo masculino se verificou que a

prática de actividade física estava significativamente associada a níveis mais elevados de satisfação com a imagem corporal; (iv) No esquizofrénico, a satisfação com a imagem corporal não diferiu em função do sexo, do regime (ambulatório ou residente) nem da prática de actividade física.

Palavras-chave: esquizofrenia, satisfação com imagem corporal, actividade física.

madilia@fcdef.up.pt

SATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL EM GRÁVIDAS SEDENTÁRIAS E EM GRÁVIDAS FREQUENTANDO EXERCÍCIOS DE PREPARAÇÃO PARA O PARTO. PRATICANTES E NÃO PRATICANTES DE ACTIVIDADES FÍSICAS.

Duarte, Maria João; Vasconcelos, Olga

Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Universidade do Porto, Portugal.

Introdução e objectivos: As mulheres ao longo da sua vida passam por alterações estruturais do tamanho corporal que estão inerentes ao seu ciclo de vida, sendo a gravidez um excelente exemplo de como o corpo da mulher sofre alterações (Ussher, 1989). Os estudos existentes sobre imagem corporal recaem sobretudo nas fases da infância e adolescência, pois são fases marcantes onde ocorrem importantes alterações estruturais nos indivíduos. No entanto é na gravidez que são visíveis, durante um período de tempo específico, alterações muito particulares na imagem corporal da mulher. Com este estudo pretendemos investigar a satisfação com a imagem corporal em grávidas sedentárias e em grávidas frequentando exercícios de preparação para o parto, praticantes e não praticantes de actividades físicas. *Material e métodos:* A amostra foi constituída por 67 grávidas entre as trinta e seis e as quarenta semanas de gravidez, com uma média de idade de $29,66 \pm 4,55$ anos. Da amostra total, 20 eram sedentárias e 47 frequentavam exercícios de preparação para o parto. Destas últimas, 25 eram apenas frequentadoras de exercícios de preparação para o parto (PP) e 22 eram praticantes de actividades físicas (PP Praticantes). Este último grupo subdividiu-se ainda em dois, as praticantes de actividades físicas durante a gravidez e as não praticantes de actividades físicas durante a gravidez. Aplicámos um questionário individual com a finalidade de caracterizar a amostra e um outro para avaliar a satisfação com a imagem corporal - *Body Image Satisfaction Questionnaire* (BIS) de Lutter et al. (1986). *Procedimentos estatísticos:* estatística descritiva (média e desvio-padrão) e estatística inferencial (teste t de Student, teste de Mann Whitney e ANOVA factorial). *Principais resultados e conclusões:* Os resultados revelaram que, no geral, a satisfação com a imagem corporal não diferiu entre os três grupos de grávidas, constatando-se diferenças estatisticamente significativas apenas para os itens cabelo, ancas, condição física e energia. As grávidas PP Praticantes apresentaram os valores superiores. Em relação à percepção do peso, as grávidas PP Praticantes e as PP que se sentiam com o peso ideal estavam significativamente mais satisfeitas com a sua imagem corporal, particularmente com os ombros, barriga, ancas, nádegas, coxas, pernas, porte, condição física, forma do corpo, peso,

altura, satisfação geral com a aparência e valor médio de satisfação, em relação às grávidas que se percepcionavam como gordas. Em relação à percepção da altura, o grupo das PP que se sentia com a altura ideal obteve valores significativamente mais elevados de satisfação com a imagem corporal. Os valores de satisfação com a imagem corporal não apresentaram diferenças estatisticamente significativas entre grávidas praticantes de actividades físicas durante a gravidez e grávidas não praticantes de actividades físicas durante a gravidez. Perante estes resultados concluímos que a satisfação com a imagem corporal diferiu em grávidas sedentárias e grávidas que frequentam exercícios de preparação para o parto, praticantes e não praticantes de actividades físicas, apenas em algumas partes do corpo. Em relação a essas, as PP Praticantes apresentaram os valores superiores de satisfação.

Palavras-chave: gravidez, imagem corporal, actividade física.

mjoao13@portugalmail.pt

A INFLUÊNCIA DA MASSAGEM TERAPÊUTICA NA SATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL.

Souza, Luciano¹; Cunha e Silva, Paulo; Vasconcelos, Olga².

(1) Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, Brasil; (2) Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Universidade do Porto, Portugal.

Introdução e objectivos: O toque sobre a pele, através das mãos de massagem, contribui na sensibilização dos limites corporais, definindo o *self* do não-*self*, exercendo influência sobre a imagem corporal (Pruzinsky, 1990). O presente estudo, longitudinal, de concepção quase-experimental, teve como objectivo analisar o efeito de um protocolo de massagem na satisfação com a imagem corporal. Partimos da hipótese que a experiência de massagem acarreta mudanças significativas na satisfação com a imagem corporal no grupo das idosas submetidas ao protocolo de massagem.

Material e métodos: A amostra foi composta por 15 idosas, 8 do Grupo Experimental (GE), com idades entre os 58 e os 81 anos, e 7 do Grupo Controlo (GC), com idades entre os 66 e os 85 anos. Todas pertenciam a um lar para idosos no concelho do Porto. O instrumento de avaliação utilizado foi: o *Body Image Satisfaction Questionnaire* - BISQ, desenvolvido por Lutter et al. (1990). Recorreu-se ainda a um questionário de identificação pessoal, dados gerais de saúde e de actividade física.

Procedimentos estatísticos utilizados: média, desvio padrão, valores máximo e mínimo. Para comparar a mesma amostra em momentos diferentes usámos o teste de Wilcoxon e para comparar amostras independentes em cada momento de avaliação aplicámos o teste de Mann-Whitney.

Principais resultados e conclusões: Como resultados, o GE apresentou uma melhoria na satisfação com a imagem corporal do primeiro para o segundo momento da avaliação, sendo as diferenças significativas em cinco itens do BISQ (Aspecto geral da face, ancas, postura, sensação geral e média total). O GC não apresentou alteração na satisfação com a imagem corporal entre a primeira e a segunda avaliação. Através dos resultados desta investigação verificou-se a confirmação da hipótese colocada, reforçando as referências da literatura sobre os benefícios

do toque sobre a pele, e da manipulação dos sistemas orgânicos para o bem-estar e satisfação com o próprio corpo.

Palavras-chave: massagem, satisfação com imagem corporal, idosos.

lucianoklostermann@hotmail.com

CARACTERÍSTICAS PSICOMÉTRICAS DO INQUÉRITO DE MOTIVAÇÕES PARA A AUSÊNCIA DE ACTIVIDADE DESPORTIVA EM ADULTOS.

Fernandes, Helder; Lázaro, João Paulo; Vasconcelos Raposo, José

Centro de Estudos em Educação e Psicologia da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, Portugal.

Introdução e objectivos: O objectivo de presente estudo foi determinar as características psicométricas do Inquérito de Motivações para a Ausência de Actividade Desportiva - IMAAD (Pereira, 1997) numa população adulta, na medida em que a sua concepção decorreu em jovens em idade escolar (entre os 10 e 20 anos). Igualmente, pretendeu-se conhecer os principais factores motivacionais que orientam a ausência de actividade desportiva.

Material e métodos: Para tal, 1000 indivíduos adultos (472 homens e 528 mulheres) com idades compreendidas entre os 20 e os 67 anos ($M=36.42$; $SD=11.10$) responderam ao questionário. Este é constituído por 39 itens precedidos pela seguinte afirmação "As pessoas não praticam desporto porque...". A escala de resposta é do tipo Likert e varia entre 1 (discordo) e 5 (concordo plenamente). Foi realizada uma análise factorial exploratória (método *Principal Axis Factoring*), seguida de rotação *Varimax* e respectivo teste de fidelidade interna (Alfa de Cronbach). Os critérios para determinação dos factores foram: (i) saturação igual ou superior a 0.40 de cada item no hipotético factor (Papaioannou, 1994); (ii) cada factor possuir um mínimo de 3 itens (Hatcher, 1994); e, (iii) a retirada do item não deveria diminuir a fidelidade do suposto factor (Cronbach, 1951).

Principais resultados e conclusões: Os resultados revelaram uma estrutura factorial final após 8 interações, englobando 5 factores que explicaram 45.45% da variância total e com valores de consistência interna compreendidos entre 0.69 e 0.85, sendo considerados bastante satisfatórios (Nunnally, 1978). Para os factores obtidos, verificaram-se os seguintes resultados (número de itens, variância explicada e alfa de Cronbach): factor 1 "Aversão desportiva/insatisfação" - 11 itens, 23.29% e 0.85; factor 2 "Estética/incompetência" - 8 itens, 8.13% e 0.83; factor 3 "Falta de apoios/condições" - 8 itens, 6.08% e 0.78; factor 4 "Desinteresse pelo esforço físico" - 5 itens, 4.18% e 0.71; e factor 5 "Falta de tempo" - 3 itens, 3.77% e 0.69. Dos 39 itens do questionário original, 4 não satisfizeram os critérios definidos anteriormente, tendo sido por isso retirados. Os diversos motivos sugeridos para explicar as condições que sustentam o sedentarismo foram reduzidos a 5 factores, demonstrando uma estrutura factorial bastante satisfatória. Os principais resultados sugerem uma prevalência de comportamentos associados a razões de causalidade interna, denotando a importância de experiências anteriores, que possam ter indiciado pensamentos negativos acerca do auto-conceito e percepções de competência

desportiva. Contrário ao estudo de Pereira (1997) e concordante com Auweele, Rzewnicki e Van Mele (1997), existe alguma evidência para salientar a importância de integrar a actividade física na formação do auto-conceito do indivíduo e consequente definição do estilo de vida (sedentário) que este possa adoptar.

Palavras-chave: psicomетria, sedentarismo, adultos.

miguel_utad@mail.pt

A IMPORTÂNCIA DA MOTIVAÇÃO INTRÍNSECA NA PREDIÇÃO DAS INTENÇÕES DE PRÁTICA DESPORTIVA.

Fernandes, Helder; Vasconcelos, Raposo; Lázaro, João Paulo

Centro de Estudos em Educação e Psicologia da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, Portugal.

Introdução e objectivos: A Educação Física consiste num período crítico do percurso educacional para as crianças e jovens, dado poder promover o seu futuro envolvimento desportivo e decisões acerca da sua participação em actividades físicas futuras (Biddle & Chatzisarantis, 1999; Ferrer-Caja & Weiss, 2000). Deste modo, o estudo de modelos ou a identificação de determinantes psicológicas, assume-se como uma necessidade para o desenvolvimento de intervenções adequadas para o aumento dos níveis de actividade física (Georgiadis, Biddle & Chatzisarantis, 2001). O propósito deste estudo foi, com base numa sequência de processos motivacionais definida no Modelo Motivacional Hierárquico de Vallerand (1997), conhecer os factores que determinam as intenções de praticar actividades desportivas, no período extra-curricular, em situações futuras.

Material e métodos: A amostra foi constituída por 1099 alunos de Educação Física (544 raparigas e 555 rapazes), com idades compreendidas entre os 14 e 16 anos de idade ($M = 14.66$, $SD = 0.75$), de 11 escolas da região norte e centro de Portugal. Os questionários utilizados foram os mesmos do estudo de Ntoumanis (2001), após uma tradução e adaptação para a língua portuguesa. Consideraram a avaliação dos seguintes constructos: (i) aprendizagem cooperativa, melhoria auto-referenciada e percepção de escolha (factores sociais); (ii) percepção de competência, autonomia e relacionamento (mediadores psicológicos); (iii) motivação intrínseca, regulação identificada, regulação-introjecção, regulação externa e amotivação (tipos motivacionais); e, (iv) aborrecimento, empenho e intenção de prática desportiva (consequências). Os procedimentos estatísticos utilizados consistiram em análise descritiva e modelação por equações estruturais.

Principais resultados e conclusões: Os principais resultados evidenciaram o papel central e fulcral das percepções de competência no contexto da Educação Física, verificando-se igualmente relações com os restantes mediadores psicológicos. As formas motivacionais auto-determinadas permitiram prever as consequências positivas, enquanto a regulação externa e a amotivação, foram variáveis preditivas das consequências negativas (aborrecimento). O modelo testado evidenciou suporte para esta perspectiva teórica (qui-quadrado $(715) = 2134.92$, $p<0.000$; GFI = 0.91; NNFI = 0.90; CFI = 0.91; RMSEA = 0.043). Em suma, salientou-se o desenvolvimento das percepções

ções de competência e de autonomia neste contexto, como forma de maximizar a motivação intrínseca, que por sua vez, define os níveis de intenção de prática desportiva em situações futuras e consequente adopção de um estilo de vida activo e saudável.

Palavras-chave: intenção de prática desportiva, motivação intrínseca, educação física.

miguel_utad@mail.pt

A MOTIVAÇÃO DOS JOVENS PARA A PRÁTICA DE DESPORTO ESCOLAR. ESTUDO DESENVOLVIDO NO CENTRO DE ÁREA EDUCATIVA DE VISEU.

Sousa, Miguel O.; Fonseca, António M.

Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Universidade do Porto, Portugal.

Introdução e objectivos: Nos últimos anos, tanto no plano internacional como no plano nacional, têm vindo a ser publicados diversos estudos sobre o que leva os jovens a praticar uma modalidade desportiva. No entanto, o número de estudos realizados com jovens praticantes de desporto escolar é ainda relativamente reduzido para que tenhamos uma ideia suficientemente consistente sobre esta questão. Nesse sentido, com este estudo procurámos avaliar um conjunto de variáveis potencialmente relacionadas com a intenção dos jovens continuarem a praticar desporto escolar, e analisar os dados, não só em termos gerais, mas também em função do seu género e idade.

Material e métodos: Participaram no estudo 399 alunos (257 do género masculino e 142 do género feminino) de diversas escolas do distrito de Viseu, com idades compreendidas entre os 10 e os 20 anos, que preencheram versões previamente traduzidas e adaptadas do *Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire* (Duda & Nicholis, 1989), do *Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire* (Papaioannou, 1994), do *Intrinsic Motivation Inventory* (McAuley, Duncan & Tammen, 1989), do *Participation Motivation Questionnaire* (Gill, Gross & Huddleston, 1983), bem como um questionário sobre a sua intenção de continuar ou não a praticar desporto escolar (Fonseca, 1997).

Principais resultados e conclusões: Da análise dos dados resultaram como principais conclusões que os jovens: i) se orientavam fundamentalmente para a tarefa; ii) percepcionavam um clima motivacional essencialmente orientado para a mestria; iii) sentiam níveis relativamente elevados de prazer/interesse e esforço/importância, não se sentindo pressionados ou tensos no decorrer da sua prática desportiva escolar; iv) apresentaram como motivos fundamentais para a sua decisão de praticarem desporto escolar os relacionados com o desenvolvimento de competências, a afiliação geral, a forma física, a competição e o prazer; v) de uma forma geral, declararam tencionar continuar a praticar desporto escolar no ano seguinte. Mais ainda, importará destacar que, não só foram detectadas diferenças estatisticamente significativas entre as respostas dos participantes neste estudo, relativamente a algumas das variáveis examinadas em função do seu género e escalão etário, mas foram também identificadas várias correlações estatisticamente significativas entre algumas das variáveis motivacionais incluídas neste estudo e a intenção dos jovens continuarem (e.g., a orientação

para a tarefa; o clima motivacional orientado para a mestria; o esforço/importância e o prazer/interesse sentidos durante a prática desportiva; a procura de desenvolvimento de competências; a procura de prazer decorrente da prática desportiva) ou não continuarem (e.g., a orientação para o ego; a ausência de esforço/importância e de prazer/interesse sentidos durante a prática desportiva; a procura de um estatuto elevado perante os outros) a praticar desporto escolar no ano seguinte.

Palavras-chave: desporto escolar, CAE de Viseu, motivação para a prática.

afonseca@fcdef.up.pt

MOTIVAÇÃO DAS NADADORAS PARA A PRÁTICA DE NATACÃO PURA DESPORTIVA.

Fernandes, Ricardo

Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Universidade do Porto, Portugal.

Introdução e objectivos: Embora nas últimas décadas se verifique uma mudança progressiva, a nossa sociedade tende, tradicionalmente, a ver o fenómeno desportivo como sendo uma actividade mais especificamente dirigida para o género masculino. Muito embora um dos ideais do Desporto seja a “prática desportiva para todos” (Bento, 1991), é um facto que a participação desportiva das mulheres é vista, por algumas facções da sociedade, de forma depreciativa, pois este fenómeno, nomeadamente o desporto de competição, não é sempre considerado compatível com as imagens estereotipadas de como a mulher se deverá comportar. Este estudo sobre a motivação para a prática de Natacão Pura Desportiva (NPD) pretende basear-se no papel que a mulher assume no panorama desportivo nacional. Assim, foi nosso interesse que, através do melhor conhecimento e identificação de alguns dos factores motivadores para a prática e persistência da mulher na NPD, possamos melhor compreender e explicar o rendimento desportivo dessas desportistas. A este propósito, é unanimemente sabido que, para melhor compreender o comportamento desportivo dos indivíduos e para que mais correctamente e eficazmente estes possam ser orientados, é necessário conhecer as razões pelas quais seleccionam determinadas actividades e nelas persistem. Por outro lado, constituindo-se a motivação como um dos factores influenciadores do rendimento desportivo em NPD (Fernandes, 1999), parece-nos pertinente constatar se a luta das mulheres por um papel e estatuto igualitário aos homens implica uma motivação distinta para a prática desportiva.

Material e métodos: Os sujeitos deste estudo (20 nadadoras de nível regional, 15 ± 3 anos de idade e frequência de treino superior a 5 treinos semanais) preencheram o questionário QMAD (Serpa, 1990), o qual incluía 30 possíveis razões para participar e praticar NPD. Para cada item do questionário as nadadoras deveriam atribuir um nível de 1 a 5 (de grau crescendo de importância, de “nada importante” até “totalmente importante”).

Principais resultados e conclusões: Como em estudos anteriores (cf. Fonseca, 2002), verificou-se que os desportistas são influenciados por múltiplas razões. Neste estudo procuramos verificar se as mulheres encontrariam na prática da NPD uma forma de

afirmação, auto-confiança e reconhecimento. Os resultados não vêm nesse sentido: a “melhoria e desenvolvimento de competências”, “forma física”, “atmosfera de equipa” e “desafio” foram os aspectos mais valorizados, enquanto os motivos “ser popular e conhecido”, “ter a sensação de ser importante” e “pretexto para sair de casa” são os menos valorizados. Estes resultados parecem estar de acordo com a literatura da especialidade (cf. obras de revisão como Fernandes, 1999 e Fonseca, 2002), e demonstram mais uma vez que a sensação de pertença a um grupo e a orientação para a tarefa continuam a ser os factores mais importantes de participação e persistência numa modalidade de cariz tão específico como é a NPd.

Palavras-chave: natação pura desportiva, motivação, mulher.

ricfer@fcdef.up.pt

CARACTERÍSTICAS MOTIVACIONAIS DE NADADORES DE COMPETIÇÃO: INFLUENCIA DA IDADE, O SEXO E O NÍVEL COMPETITIVO.

Casais Martinez, Luis; Dosil Diaz, Joaquin

Departamento de Didacticas Especiais, Faculdade de Ciencias da Educacion de Pontevedra, Universidade de Vigo, España.

Introdução e objectivos: A Teoría Cognitivo Social formulase en base á teoría del aprendizaje social e serve-se do modelo de determinismo recíproco triádico, según o cal o funcionamento psicológico individual é a resultante da interacción entre factores personales (variables biológicas e cognitivas), la conducta (comportamiento individual directamente observado polos demás) e variables do entorno (objetos e acontecimientos del entorno físico e social). Se consideramos o carácter propositivo e intencional da conducta humana, resulta evidente que entre os factores que guían e dirixen dicha conducta se encontrarían as percepciones que ten a persoa de si mesma e das tarefas que va a realizar (autoeficacia percibida), as expectativas e obxetivos que se marca (orientación da motivación), e los procesos evaluativos que realiza e que condicionan conductas futuras (atribución causal). Obxetivos: (i) Analiza-los perfiles motivacionales dos nadadores de competición; (ii) estudiar a influencia dalguns factores (idade, sexo, nivel competitivo) sobre as variables motivacionais (autoeficacia, orientación de meta e atribución causal).

Material e métodos: Realizouse un estudio descriptivo e correlacional sobre un grupo de nadadores galegos ($n=131$), de diferentes idades, sexo e nivel competitivo. Administraronse os seguintes cuestionarios: (i) Inventario de autoeficacia deportiva estado (SCCI) (Vealey, 1986); (ii) Motivación-Orientación de meta: Cuestionario de Percepción de Éxito en el Deporte (POSQ) (Roberts y Balagué, 1991; Roberts, Treasure y Balagué, 1998); (iii) Atribución causal: Escala de Dimensiones Causales en el Deporte (CDS II) (McAuley, Duncan y Rusell, 1992), adaptada al español por García, Sánchez y De Nicolás (1999). Analizaronse os datos obtendo os descriptivos de caracterización da mostra. Para a comparación de grupos realizouse un análise da varianza (ANOVA para mostrás independentes), a través do paquete estadístico SPSS 12.0.

Principais resultados e conclusións: Os nadadores galegos de competición mostran valores de autoeficacia altos, unha orientación motivacional hacia a tarefa e un estilo atributivo estable e de alto

control interno. Atopáronse diferenzas significativas ($p<0.01$) entre os valores de autoeficacia segundo o nivel competitivo, de forma que os nadadores de nivel nacional mostran maior auto-confianza que os de nivel rexional. Con respecto á idade, os nadadores máis xoves mostran patróns atributivos máis inestables que os nadadores máis veteranos ($p<0.5$), sen atoparse diferenzas entre sexos. Conclusións: De cara a modelizar de forma psicopedagógica o proceso de adestramento con nadadores é necesario ter en conta unha serie de recomendacións co fin de respetar a dinámica comportamental dos mesmos: (i) plantexar metas competitivas e de mellora accesibles; (ii) permitir ó nadador vivenciar o éxito nas tarefas e competicións, incrementando así a súa percepción de autoeficacia; (iii) propor metas de realización (dominio técnico, mellora física,...) máis que metas de competición (gañar, superar ó rival,...); (iv) utilizar estilos de ensinanza activos, que favorezcan a participación do alumno; (v) utilizar feedback orientado ó proceso de práctica e execución, máis que al resultado final alcanzado; (vi) utilizar criterios de evaluación basados na mellora e superación persoal.

Palavras-chave: natación, motivación, psicopedagogía.

luisca@uvigo.es

A INTELIGÊNCIA EMOCIONAL PERCEBIDA (IEP). AJUSTE EMOCIONAL E ACTIVIDADE FÍSICA NA TERCEIRA IDADE.

Queirós, M^a M.; Cancela Carral, J. M^a; Romo Pérez, V.

Faculdade de Ciencias da Educación, Universidade de Vigo, España.

Introdução e objectivos: O interesse deste estudo está centrado em explorar como interage a Inteligência Emocional Percebida (IEP) com a prática da actividade física e que peso específico tem cada uma das variáveis estudadas sobre o ajuste emocional das pessoas nesta faixa etária e, conseqüentemente, na sua qualidade de vida. O objectivo do presente estudo consistiu em analisar a incidência que tem o conhecimento dos estados emocionais, avaliados através das componentes da Inteligência Emocional Percebida do TMMS, sobre o ajuste emocional dos idosos, praticantes de actividade física regular.

Material e métodos: Para alcançar os objectivos formulados recorremos a um desenho correlacional no qual se incluiu uma variável de comparação intergrupo denominada “prática de actividade física”. A amostra foi constituída por 400 idosos com idades compreendidas entre os 65 e os 95 anos de idade, de ambos os sexos, que foram divididos em dois grupos: grupo 1 e 2. O grupo 1 é formado por praticantes de actividade física regular (desportistas). O grupo 2 é formado por não praticantes de actividade física (sedentários). Variáveis estudadas: 1. Actividade Física – AF; 2. Inteligência Emocional Percebida – IEP; 3. Depressão (Q); 4. Saúde Mental; 5. Satisfação com a Vida; 6. Estilo de Resposta. O procedimento estatístico utilizado incluiu a análise de medidas de tendência central e de dispersão, o coeficiente de correlação de Pearson e o teste t para amostras independentes.

Principais resultados e conclusões: A amostra mantém um equilíbrio entre o número de homens e mulheres, 49% e 51% respectivamente. Os resultados do teste t para amostras independentes, demonstraram que existem diferenças estatisticamente significativas entre o grupo de idosos praticantes de actividade

física regular e os não praticantes e a variável “Inteligência Emocional Percebida”. A prática de actividade física regular provoca uma melhoria significativa nos indicadores que definem a Inteligência Emocional Percebida: atenção às emoções ($t=3,217$; $p<0,001$), clareza de sentimentos ($t=4,214$; $p<0,001$) e reparação do estado emocional ($t=5,662$; $p<0,001$). Nas Medidas de Ajuste Emocional, os resultados indicaram que existem diferenças estatisticamente significativas entre o grupo de idosos praticantes de actividade física regular e os não praticantes nas variáveis de “depressão” ($t=-3,657$; $p<0,001$) e “estilo de resposta de distração” ($t=3,072$; $p<0,001$). Em conclusão, este estudo revela que a participação dos idosos num programa de exercício físico regular pode ser um factor protector contra a deterioração de todos os factores da inteligência emocional percebida - atenção às emoções; clareza de sentimentos e reparação do estado emocional - e constituir, de facto, uma resposta agradável de distração dos seus sentimentos depressivos, capaz de proporcionar um reforço positivo que, além de favorecer a aparição de estados emocionais positivos, pode contribuir para um incremento no bem-estar psicológico do indivíduo.

Palavras-chave: actividade física, inteligência emocional, idosos.

chemacc@uvigo.es

COMPARAÇÕES DE PERSONALIDADE ENTRE ATLETAS BRASILEIROS DE ALTO-RENDIMENTO DE AMBOS SEXOS.

Bara Filho, Maurício¹, Ribeiro, Luiz Scipião²; Guillén, Félix³.

(1) Faculdade de Educação Física e Desportos, Universidade Federal de Juiz de Fora, Brasil; (2) Universidade Gama Filho, Brasil; (3) Faculdade de Ciências y Actividad Física y el Deporte, Universidad de Las Palmas de Gran Canaria, Espanha.

Introdução e objectivos: As diferenças entre homens e mulheres sempre foram e, ainda são, objeto de estudos das mais diversas áreas do conhecimento e o esporte não se torna distinto. Características físicas, fisiológicas, no rendimento atlético e, também, nas variáveis psicológicas são estudadas exaustivamente para tentar explicar possíveis diferenças entre os sexos. Alguns autores indicam que homens e mulheres atletas possuem perfis de personalidade semelhantes, apresentando poucas diferenças (Cox, 1994; Hernandez-Ardieta *et al.*, 2002; Weinberg e Gould, 1995). No entanto, outros estudiosos apontam diferentes características entre homens e mulheres atletas (Pedersen, 1997; Cox e Liu, 1993). O objetivo do presente estudo é avaliar as características psicológicas de atletas competitivos brasileiros de alto-rendimento, verificando as semelhanças e diferenças existentes entre indivíduos de ambos os sexos. *Material e métodos:* A amostra foi composta um total de 209 atletas (108 do sexo masculino - idade média $21,95 \pm 4,48$ anos e 101 do sexo feminino - idade média $19,34 \pm 3,38$ anos) brasileiros de alto-rendimento de quatro modalidades esportivas (voleibol, basquetebol, judô e natação). O instrumento utilizado foi o Inventário de Personalidade de Freiburg (FPI-R) na sua versão revista, contendo 138 questões com possibilidades de respostas entre concordo e não concordo, sendo aplicado uma única vez. As seguintes variáveis foram estudadas: auto-realiza-

ção, espírito humanitário, empenho laboral, inibição, irritabilidade, agressividade, fatigabilidade, queixas físicas, preocupação com a saúde, sinceridade, extroversão, emotividade. Após uma análise descritiva dos dados, aplicou-se o teste “t” de Student para amostras independentes.

Principais resultados e conclusões: Observou-se uma diferença estatisticamente significativa em seis das doze variáveis do estudo. Analisando-as, verifica-se que atletas do sexo masculino apresentam maiores escores nas variáveis auto-realização ($p<0,05$) e agressividade ($p<0,05$), caracterizando-os de uma maneira geral como mais confiantes e com maior conduta agressiva que as mulheres. Estas, no entanto, demonstram maiores escores que os homens nas variáveis inibição ($p=0,05$), irritabilidade ($p<0,001$), queixas físicas ($p<0,001$) e emotividade ($p<0,01$) o que as diferencia como mais sensíveis e receosas. Observa-se, de maneira geral, que existem diferenças entre atletas homens e mulheres, com indicativos que aqueles possuem perfis de personalidade diferentes. Para que isso seja verificado, sugere-se comparar os grupos de homens e mulheres da mesma modalidade e de modalidades diferentes em futuros estudos.

Palavras-chave: personalidade, esporte, gênero.

mgbara@terra.com.br

A CONVIVÊNCIA DO TÉCNICO E OS ATLETAS ADOLESCENTES NA MODALIDADE DE FUTEBOL: UMA ANÁLISE INTERCONDUTAL DAS RELAÇÕES AFETIVAS NA EQUIPE.

Moioli, Altair¹; Machado, Afonso A.²

(1) Centro Universitário de Rio Preto; (2) Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, Brasil.

Introdução e objectivos: A cultura inerente ao futebol no Brasil pode ser percebida em todos os segmentos, caracterizando-se assim, como um dos elementos que contribuem para a formação da sociedade. A criança cresce envolvida e contagiada pelos símbolos que compõem essa modalidade. Não raramente, os jovens que procuram ingressar na carreira esportiva são classificados, antes de tudo, pela sua coragem, agressividade e valentia, ou seja, um modelo do guerreiro ideal, másculo e viril. Para pertencer ao grupo e, conseqüentemente, ter a possibilidade de garantir uma vaga na equipe titular, prêmios, reconhecimento, dinheiro, confiança do técnico, o atleta chega a renunciar seus próprios valores morais para comungar com os valores e regras estabelecidas pelo grupo ao qual deseja pertencer. Entre outros, os objetivos desse estudo foram analisar como as relações afetivas estabelecidas entre o técnico e os atletas adolescentes podem interferir na distribuição dos papéis no grupo, alterando assim os estados emocionais dos participantes.

Material e métodos: Como método de pesquisa adotou-se a análise das histórias de vida, na qual participaram três atletas adolescentes das categorias de base em atividade e três adultos que já encerraram a carreira.

Principais resultados e conclusões: A partir dos dados coletados e após a análise final das narrativas, observou-se que as relações intercondutais entre técnico e atleta são objeto-parentais, apoiando-se basicamente em função das relações corporais. Não se busca generalizar tal constatação, mas entende-se que, nesse grupo de análise, as questões do esporte vieram acompa-

nhadas de forte laço afetivo e, até, sexual, o que configurou uma relação intercondutal severamente comprometida.

Palavras-chave: futebol, sexualidade, gênero.

amoiolli@uol.com.br

A INFLUÊNCIA DO MEDO NO PROCESSO ENSINO-APRENDIZAGEM EM NATAÇÃO.

Saliba, Alexandre; Duran, Mauricio.

Faculdade de Educação Física, UniFMU, Brasil.

Introdução e objectivos: O objetivo da presente pesquisa foi verificar a influência do medo no processo de ensino-aprendizagem em natação e, com isso, propor uma metodologia de ensino para adultos hidrofóbicos.

Material e métodos: Foram analisadas 10 mulheres hidrofóbicas, com faixa etária entre 20 e 40 anos, escolhidas aleatoriamente na cidade de São Paulo. Utilizou-se, dois questionários abertos elaborados especialmente para esta pesquisa. O primeiro tinha como objetivo verificar a origem do medo e o segundo (pós-aula) verificar a eficiência do método proposto. Logo após responderem o primeiro questionário, os avaliados foram submetidos a uma entrevista. Nesta, o avaliador transmitiu aos avaliados todas as informações sobre o procedimento prático desta proposta metodológica, que consistiu em uma dinâmica de grupo, com o objetivo de integrar os indivíduos que o compuseram, seguida de um relaxamento em que o avaliador fez com que os avaliados mentalizassem a aula que seria ministrada na piscina, proporcionando assim uma vivência antecipada da mesma.

Principais resultados e conclusões: Sendo assim, com o primeiro questionário, pôde-se afirmar que o medo pelo condicionamento, ou seja, uma experiência negativa vivida anteriormente, é a forma predominante de expressão do mesmo. Mas o mais interessante foi perceber que todos os avaliados tinham plena consciência de seus medos e que para superá-los era preciso ajuda profissional competente, além de também terem conhecimento da importância da prática da natação para a manutenção de sua saúde, investindo assim em uma melhor qualidade de vida. Já no questionário pós-aula, pôde-se obter de maneira geral um *feedback* positivo com esta proposta. A maioria dos avaliados aprovou o método aplicado na aula, pois o mesmo trouxe segurança a eles, o que foi de suma importância para um contato com a água sem receios e, conseqüentemente, mais proveitoso. Com isso, conclui-se esta pesquisa constatando que o medo exerce influência durante o processo de ensino-aprendizagem em natação.

Palavras-chave: natação, medo, processo ensino-aprendizagem.

ansaliba@ig.com.br

A DIMENSÃO DA AGRESSIVIDADE NO VOLEIBOL ESCOLAR: UM ESTUDO PILOTO.

Gouvêa, Fernando C.; Machado, Afonso A.; Celante,

Adriano R.

Universidade Presbiteriana Mackenzie; Universidade Estadual de São Paulo; Faculdades Integradas Guarulhos, São Paulo; Brasil.

Introdução e objectivos: O objetivo deste estudo foi analisar a dimensão da agressividade dentro do voleibol no campeonato escolar, pois tem-se notado que a agressividade está inserida no espetáculo esportivo, sendo este um fenômeno complexo e sensível dentro do esporte, que pode influenciar os jovens atletas no contexto escolar.

Material e métodos: Foram pesquisados 52 atletas de voleibol, pertencentes a 5 equipes participantes do campeonato escolar, da cidade de Jundiaí - São Paulo, em 2002, com idades entre 14 e 16 anos, do sexo masculino. Para a análise estatística foi utilizado o teste do qui quadrado.

Principais resultados e conclusões: Em nossa análise conclusiva podemos notar que a maioria dos atletas (50,1%) consideraram o voleibol como um esporte pouco agressivo; porém 42,4% colocaram que a agressividade tornou-se um comportamento corriqueiro entre os atletas; além disso disseram que os comportamentos agressivos verificados no voleibol são de responsabilidade maior dos atletas (51,9%) e que as atitudes dos adversários (51,9%) é que levam os atletas a terem uma atitude agressiva. Assim, os resultados apresentados apontam que o voleibol competitivo está relativamente desestruturado ou desconectado com os interesses do ideal performático, ou seja, o equilíbrio total. Entendemos que o momento esportivo tem que ser formativo e educativo, ainda que competitivo. Neste contexto a competição escolar deve desenvolver questões relativas a moral e a formação do cidadão.

Palavras-chave: agressividade, voleibol, competição escolar.

mrbgouvea@uol.com.br

O ESTRESSE PSICOLÓGICO NO FUTEBOL DE CAMPO: UM ESTUDO COM ATLETAS DO GÊNERO MASCULINO, DA CIDADE DO RECIFE, PERNAMBUCO, BRASIL.

Azevedo, Nairton; Santos, Antonio

Universidade Federal de Pernambuco, Universidade de Pernambuco, Recife, Brasil.

Introdução e objectivos: O objetivo do estudo foi verificar quais os fatores internos e externos que provocam níveis elevados de estresse psicológico em atletas do gênero masculino, da categoria juniores, modalidade esportiva futebol de campo, da cidade do Recife, Pernambuco, Brasil.

Material e métodos: Participaram deste estudo 94 atletas, pertencentes às três maiores equipes de futebol de campo da cidade do Recife: Sport Clube do Recife n=32, Clube Náutico Capibaribe n=31 e Santa Cruz Futebol Clube n=31. A faixa etária dos atletas pesquisados variou de 15 a 21 anos. O instrumento utilizado para a coleta dos dados foi o Teste de Estresse Psíquico no Futebol (T.E.F.) por posição específica, composto de 12 questões para a posição dos goleiros e 10 questões para as demais posições, todas relacionadas com o estresse psicológico no esporte, com uma escala variando, entre 1 não estressante até 5 extremamente estressante.

Principais resultados e conclusões: Os resultados mostraram que as

situações que mais influenciaram negativamente no nível de estresse psicológico dos atletas foram: para os goleiros “deixo escorregar, para dentro do gol, uma bola chutada numa falta”; laterais “o treinador me critica por eu não estar apoiando as jogadas de ataque”; zagueiros “acho que o atacante está impedido, e não reajo, mas o juiz não apita o impedimento, e o atacante cria uma situação perigosa de gol”; meio-campo “após um contra-ataque rápido do meu time, perco uma boa chance de gol” e para os atacantes “não tenho nenhum apoio dos meus companheiros de meio-campo”. Os resultados obtidos são semelhantes aos encontrados por Samulski & Chagas (1992) e Chagas (1995). Os dados revelam a necessidade de elaborar um planeamento, no qual os fatores psicológicos sejam contemplados, assim como os fatores técnicos e táticos do futebol, de forma a reduzir e controlar as variáveis que causam estresse psicológico elevado nos atletas.

Palavras-chave: psicologia do esporte, estresse psicológico, futebol de campo.

NÍVEL DE ANSIEDADE-ESTADO PRÉ-COMPETITIVA EM EQUIPES MASCULINAS DE VOLEIBOL DOS JOGOS ABERTOS DE SANTA CATARINA (JASC).

Lettnin, Carla C.; Souza, Robson R.; Shigunov, Viktor
Centro de Desportos, Universidade Federal de Santa Catarina, Brasil.

Introdução e objectivos: O estudo teve como objetivo verificar os níveis de ansiedade-estado pré-competitiva nas equipes masculinas de voleibol dos JASC, relacionados com as variáveis: faixa-etária, nível de experiência com a modalidade e carga horária de treinamento.

Material e métodos: Para tal, foi aplicado o Teste de Ansiedade Pré-Competitiva (TAPC) adaptado, composto de vinte itens, possuindo uma consistência interna de 83 a 93. A fim de classificar os níveis de ansiedade-estado obtidos pelo instrumento de medida, foi utilizada a classificação de acordo com o Manual de Aptidões Específicas - Bateria CEPA, traduzido e adaptado à população brasileira. A classificação da ansiedade-estado, de acordo com os pontos percentis, é realizada da seguinte forma: abaixo de 23 pontos, baixa; de 24 a 40 pontos, média baixa, de 41 a 60 pontos, média; de 61 a 77 pontos, média alta; e acima de 78 pontos, alta. A amostra foi constituída por cento e dezessete ($n=117$) atletas masculinos de voleibol sendo setenta e cinco ($n=75$) atletas até 18 anos e quarenta e dois ($n=42$) atletas acima de 18 anos. Quinze ($n=15$) atletas considerados iniciantes, cinquenta e quatro ($n=54$) intermediários e quarenta e oito ($n=48$) avançados, no que diz respeito ao tempo de prática na modalidade alvo. E ainda, trinta e três ($n=33$) atletas competindo com baixa carga horária de treinamento, trinta e cinco ($n=35$) com carga horária média de treinamento e quarenta e nove ($n=49$) com carga horária elevada.

Principais resultados e conclusões: Ao analisar a variável faixa-etária, os atletas até 18 anos apresentaram diferença no nível de ansiedade, obtendo uma classificação média alta, enquanto que os atletas acima de 18 anos, média. Já entre os grupos da variável nível de experiência com a modalidade, os atletas iniciantes e avançados apresentaram o mesmo nível de ansiedade, sendo esta média alta, diferente do grupo intermediário que apresentou ansiedade média. A carga horária de treinamento, outra

variável analisada no estudo, demonstrou não haver diferença entre os grupos com baixa e média carga horária, atingindo nível de ansiedade média alta, contrastando com a ansiedade média proporcionada por aqueles que possuem carga horária elevada de treinamento. Portanto, os resultados revelaram que tanto os atletas jovens como a intensidade e frequência baixa dos treinamentos parecem influenciar de forma negativa os níveis de ansiedade-estado pré-competitiva. Em relação a variável experiência com a modalidade, pode-se concluir que tanto os iniciantes como os avançados parecem sentir o peso da responsabilidade de igual forma. O primeiro por não se sentir confiante e o segundo por saber que na hora decisiva é ele que tem que fazer a diferença. O estudo sugere que haja um maior controle das variáveis intervenientes do treinamento, para que sejam eliminados os fatores que levam as equipes ao insucesso.

Palavras-chave: ansiedade-estado, competição, voleibol masculino.

carla@cds.ufsc.br

DIFERENÇAS DE ANSIEDADE-TRAÇO ENTRE ÁRBITROS ESPORTIVOS E NÃO-ÁRBITROS.

Bara Filho, Maurício¹; Guillén, Félix²

(1) Faculdade de Educação Física e Desportos, Universidade Federal de Juiz de Fora, Brasil; (2) Faculdade de Ciências y Actividad Física y el Deporte, Universidad de Las Palmas de Gran Canaria, Espanha.

Introdução e objectivos: Os estudos sobre ansiedade constituem-se num dos temas de pesquisa mais investigados na psicologia do esporte. A ansiedade-traço é a parte da personalidade do indivíduo que possui uma predisposição para perceber certas situações como ameaçadoras ou não, e para responder a isto com aumento ou não da ansiedade-estado. A profissão de árbitro desportivo pode ser considerada uma das mais estressantes dentro do meio, estando o árbitro sujeito a pressões de desportistas, mídia, treinadores, dirigentes entre outros. E por isso se pergunta se esses indivíduos são diferentes dos demais, como suportam tanta pressão e como continuam a exercer tal atividade. Será que existem características únicas entre os árbitros? O objetivo do presente estudo é avaliar o grau de diferença de ansiedade-traço entre árbitros desportistas de diferentes modalidades e indivíduos não árbitros.

Material e métodos: A amostra foi composta por um total de 234 indivíduos espanhóis de ambos os sexos, sendo 160 árbitros de quatro diferentes modalidades esportivas (basquetebol, futebol, voleibol e handebol) e 74 não árbitros. O instrumento utilizado foi o Inventário de Ansiedade-traço de Spielberger (STAI). Este teste possui uma escala de pontos que varia de 0 (ansiedade mais baixa) a 60 (ansiedade mais alta) e mede como a pessoa geralmente se sente no seu dia-a-dia.

Principais resultados e conclusões: Após uma análise descritiva dos dados verificou-se um nível de ansiedade-traço de $17,43 \pm 8,88$ pontos para os não-árbitros e $23,09 \pm 9,09$ pontos para os árbitros, apresentando uma diferença inicial inter-grupos e uma heterogeneidade intra-grupos. Aplicou-se o teste “t” de Student para amostras independentes para verificar as diferenças entre as médias e observou-se uma diferença estatisticamente significativa ($p < 0,001$) para a variável ansiedade-estado. Os resultados apontam para o fato dos árbitros possuírem um índice de

ansiedade-traço consideravelmente mais alto que indivíduos não-árbitros. Esse dado pode indicar que para exercer a atividade de arbitragem, os indivíduos necessitariam um grau de ansiedade-traço mais elevado que uma população de não-árbitros ou, bem como, a prática continuada da arbitragem acarreta modificações nos indivíduos durante os anos, caracterizando-os por um nível de ansiedade-traço mais alto.

Palavras-chave: ansiedade-traço, arbitragem, psicologia esportiva.

mghara@terra.com.br

DIFERENÇA ENTRE AVALIAÇÃO SUBJETIVA E OBJETIVA: A GERAÇÃO DO CONFLITO NA ARBITRAGEM.

Silva, Siomara; Greco, Pablo; Samulski, Dietmar.

*Escola de Educação Física Fisioterapia e Terapia Ocupacional,
Universidade Federal de Minas Gerais, Brasil.*

Introdução e objectivos: Nos jogos esportivos coletivos (JEC) a diferença entre a avaliação subjetiva e objetiva em uma situação de jogo pode ser fator desencadeante de um conflito. Nos JEC o árbitro é responsável em dirimir questões por acordo das partes litigantes no contexto situacional. Conforme as características da modalidade esportiva, as decisões devem ser tomadas perante situações que decorrem em milésimos de segundo, com muitos sinais para reconhecer simultaneamente. No entanto, deve-se emitir uma sentença de risco e responsabilidade com caráter irreversível. Assim, o árbitro interage no decurso temporal do jogo para concretizar sua função, dirimindo o “deve ser” com o “foi”; no processo de comparação: “pode ser” e “não pode ser”, o “gabarito” da avaliação está contido nas regras do jogo. Nos últimos anos, parâmetros interferentes no rendimento da arbitragem têm sido objeto de pesquisa na psicologia do esporte. Neste genuíno campo de aplicação da psicologia, surgem na década de 90 publicações específicas (De Rose Jr, 1995; Gimeno et al, 1998; Kaissidis & Anshel, 1993, 1997, 1998; Samulski et al; 1998; Ste-Marie, 1996, 1999). No entanto, Cruz (1997) verificou a necessidade de se ampliar o espectro de estudos na área, de forma a contribuir na otimização do rendimento do árbitro, o que conseqüentemente oportunizará mais qualidade no espetáculo esportivo.

Material e métodos: A complexidade situacional (Garganta, 2000; Greco, 1995) presente nos JEC se constitui em um dos atrativos e paradoxalmente em um dos obstáculos que se apresentam para o árbitro na condução de uma partida. A velocidade do jogo, o compartilhar do campo, a busca de gols/pontos, a pressão de tempo, os espaços reduzidos, a luta pela posse da bola, os contatos corporais na amplitude permitida pelas regras do jogo específico, dentre outros, são parâmetros que compõem a intervenção, a tomada de decisão (TD) do árbitro nos JEC. Diferentes fatores (localização, condição física, conhecimento, motivação, grau de excitação na observação, estado psicológico, experiência) podem contribuir e interferir na TD do árbitro. Se o estímulo é percebido como ameaçador, a reação emocional gera estado de ansiedade/estresse. O processo de ansiedade/estresse provoca mudanças fisiológicas (ex. aumento da frequência cardíaca, dilatação das pupilas, sudorese, dentre outros) que podem ser percebidas pelo próprio árbitro e também por outras pessoas. Essas mudanças podem desvirtuar a

atenção do objetivo e da função, oportunizando erros de TD, que causem um efeito “bola de neve”, ou seja, erro atrás de erro e conseqüentemente levem a uma situação de conflito/escândalo.

Principais resultados e conclusões: Pesquisas direcionadas a identificar as situações que mais levam os árbitros ao estresse (Costa, Noce e Samulski, 1998; González Suarez, 1999; Kaissidis-Rodafinos et al, 1993; 1997; 1998; Rainey et al, 1990, 1995, 1999; Teipel, 1998; dentre outros) constituem o primeiro passo para controlar as cargas emocionais vistas como negativas e que diminuem o rendimento do árbitro. Fatores que geram o conflito na arbitragem solicitam estudos apoiados em procedimentos psicométricos de construção e validação de instrumentos de mensuração adequada da interação dos processos subjetivos e objetivos de percepção de situações de jogo da arbitragem.

Palavras-chave: conflitos, arbitragem, treinamento psicológico.

siomaras@terra.com.br

ANÁLISE DESCRITIVA DA PERCEPÇÃO (MÚLTIPLA) DOS ÁRBITROS DOS JOGOS ESPORTIVOS COLETIVOS: UM EXEMPLO DO FUTEBOL DE CAMPO E DO HANDEBOL.

**Silva, Siomara; Rocha, Wanderson; Samulski, Dietmar;
Greco, Pablo.**

*Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional,
Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, Brasil.*

Introdução e objectivos: Os jogos esportivos coletivos (JEC) apresentam um conjunto de elementos comuns entre si (Bayer, 1986) que se manifestam de forma diferente conforme o nível de rendimento que são praticados. Nos JEC de cooperação/oposição (Moreno, 1994) as ações dos atletas são observadas pelos árbitros, que devem analisá-las no marco situacional dirimindo “pode ser/não pode ser”. O gabarito para avaliação está contido nas regras do jogo, caracterizando a função do árbitro, como um processo de tomada de decisão (TD). A importância dos processos cognitivos na TD - principalmente a percepção - é destacada em diferentes trabalhos científicos (Sonnenschein, 1987; Sternberg, 2000; Tenenbaum e Bar-Eli, 2003; entre outros). No presente aporte optou-se por mensurar a percepção do árbitro a múltiplos estímulos utilizando um teste em ambiente não ecológico, do complexo de avaliações do aparelho Multipsy 821 do Laboratório de Psicologia do Esporte (LAPES) da EEEFTO da UFMG.

Material e métodos: Participaram do teste árbitros da Federação Mineira de Futebol (FC = 71) e da Confederação Brasileira de Handebol (Hb = 30), perfazendo um total de 101 avaliados. O teste consiste no indivíduo responder a uma série de estímulos óticos e acústicos utilizando o dedo da mão de preferência e os pés. Os estímulos são apresentados em 3 fases (inicial = 120s, média = 180s e final = 120s). O teste mensura: resistência de concentração, vigilância, percepção, atenção, memória em curto prazo e tomada de decisão. Na análise descritiva apresenta-se a média do número de estímulos respondidos (Est), e os percentuais de respostas corretas (Cor), as atrasadas (Atr), as erradas (Fal), e as não respondidas (NR), as quais são classificadas conforme o número de estímulos respondidos por segundo, em

poucos (menos de um por segundo) ou muitos (mais de um por segundo), relacionadas com o valor percentual de respostas corretas, (fracas, abaixo de 50%, e boas, acima de 60%) determinando uma avaliação dentro dos parâmetros: deficiente, razoável e excelente.

Principais resultados e conclusões: Os valores mensurados com os árbitros de FC foram: Est= 102,3; Cor= 62,1; Atr= 8,0, Fal= 15,6; NR= 14. Os valores obtidos pelos os árbitros de Hb: Est= 1100; Cor= 63,1; Atr= 8,4, Fal= 15,6; NR= 12,6. A análise destes valores permite, conforme o gabarito do aparelho, considerar os árbitros de FC e Hb como tendo uma percepção múltipla razoável (boa). Estudos onde possam ser correlacionados resultados de testes em ambientes ecológicos e não ecológicos e os fatores que interferem no processo de percepção do árbitro devem ser realizados, com objetivo de oportunizar adequados processos de formação e capacitação de árbitros, assegurando a qualidade de suas decisões e, conseqüentemente, o desenvolvimento do esporte, e em especial os JEC.

Palavras-chave: árbitro, percepção, processos cognitivos.

siomaras@terra.com.br

PERCEPÇÃO MÚLTIPLA DOS ÁRBITROS DOS JOGOS ESPORTIVOS COLETIVOS: ANÁLISE DESCRITIVA NO FUTEBOL DE CAMPO.

Silva, Siomara; Rocha, Wanderson; Samulski, Dietmar; Greco, Pablo.

Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional, Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, Brasil.

Introdução e objetivos: No esporte de alto nível de rendimento a arbitragem, nos jogos esportivos coletivos (JEC), solicita a aplicação do conhecimento específico das regras da modalidade, de uma adequada capacidade física e psicológica do árbitro para se proceder a eficiente tomada de decisão (TD). A preparação psicológica do árbitro é um dos fatores fundamentais para a qualidade de seu rendimento. No cumprimento da sua função é preciso o controle das emoções, perante a pressão dos atletas, torcedores, treinadores e outros, dominados por emoções contraditórias (Costa, Nunes & Samulski, 1998). A função do árbitro concentra-se na tomada de decisão (TD) em situações de pressão de tempo, de carga física e psicológica, sem queda na qualidade da decisão. Assim a minimização do tempo de reação, e a maximização da qualidade da tomada de decisão são importantes para o exercício profissional. Nos JEC, os estímulos e sinais relevantes (Greco, 1986) são recepcionados pelo canal visual. A percepção visual é um dos meios pelos quais a informação adquirida do meio ambiente é transformada em experiências de objetos, eventos, sons, etc. (Roth, 1986, in Eysenck & Keane, 1994). Nesse processo de receber, transportar, transformar, interpretar, enfim, elaborar informações sensoriais complexas envolvendo uma variada gama de mecanismos de processamento, a TD é composta de multifacetadas, que são operacionalizadas de forma rápida, suave e eficiente numa habilidade cognitiva, uma vez que esta é adquirida através da prática extensiva e das experiências competitivas (Tenenbaum, 2003). Este estudo propõe-se a mensurar a percepção do árbitro de futebol de campo (FC) de diferentes categorias de rendimento a múltiplos sinais, através de um teste em ambiente não ecológico. A metodologia

utilizada apoia-se no protocolo do aparelho Multipsy 821 do Laboratório de Psicologia do Esporte da EEFPTO/UFMG. **Material e métodos:** Participaram do teste de reação múltipla setenta e um (n=71) árbitros da Federação Mineira de Futebol de Campo divididos em duas categorias: profissional (FCP) (média de idade 39,4 anos) e amador (FCA) (média de idade 29,6 anos). O teste consiste no indivíduo responder a uma série de estímulos óticos e acústicos, utilizando o dedo da mão de preferência e os pés. Os estímulos são apresentados em 3 fases (inicial = 120s, média = 180s e final = 120s). O teste mensura: resistência de concentração, vigilância, percepção, atenção, memória em curto prazo e tomada de decisão. Na análise descritiva apresenta-se a média do número de estímulos respondidos por segundo (Est), e os percentuais de respostas corretas (Cor), as atrasadas (Atr), as erradas (Fal), e as não respondidas (NR), as quais são classificadas conforme o número de estímulos respondidos por segundo, em "poucos" (menos de um por segundo) ou "muitos" (mais de um por segundo), relacionadas com o valor percentual de respostas corretas, (fracas, abaixo de 50%, e boas acima de 60%), determinando uma avaliação dentro dos parâmetros: deficiente, razoável e excelente.

Principais resultados e conclusões: Os árbitros do grupo FCP obtiveram no item Est= 0,73, equivalente a poucos estímulos; no item Cor 62,6 % dos estímulos foram respondidos de forma correta, que equivale a classificação boa. Os árbitros do grupo amadores obtiveram no item Est=0,75, equivalente a poucos estímulos; no item Cor 61,6% de sucesso, o que os classifica na categoria d.

Palavras-chave: árbitro de futebol de campo, psicologia do esporte, processos cognitivos.

siomaras@terra.com.br

ALTERAÇÕES EMOCIONAIS EM ATLETAS DE ALTA COMPETIÇÃO NA MODALIDADE DE TÊNIS.

Eira, Avelino; Melo, Cláudia

Pólo de Lamego da Escola Superior de Educação de Viseu do ISPV, Portugal.

Introdução e objetivos: O presente estudo pretende averiguar a influência do treino mental no rendimento competitivo dos tenistas portugueses de alta competição, visa ainda alertar, os diversos agentes ligados à referida modalidade desportiva, para a importância da sua inserção nos programas de treino, de um modo planeado e sistemático. Para a delimitação da temática são propostos os seguintes objetivos: (i) Conhecer as reacções de jogadores de Ténis, antes de jogos importantes, ao nível da ansiedade, da auto-confiança e da atenção; (ii) Averiguar as diferenças para os constructos da ansiedade e para as dimensões da atenção, existentes entre atletas de distintos escalões, distintos sexos, distintos anos de prática e de indivíduos com ou sem acompanhamento psicológico; (iii) Perceber a influência do treino mental (alterações emocionais) ao nível do rendimento no Ténis. Este conjunto de objetivos permitiu-nos formular o seguinte quadro de hipóteses: *H1. Não há diferenças estatisticamente significativas entre atletas do sexo masculino e do sexo feminino; *H2. Os atletas com mais anos de prática apresentam níveis significativamente maiores de atenção e níveis

significativamente menores de ansiedade; *H3. Os atletas com acompanhamento psicológico apresentam níveis significativamente maiores de atenção e níveis significativamente menores de ansiedade.

Material e métodos: Deste modo, a nossa amostra é constituída por 30 tenistas de alto nível e de ambos os sexos, nascidos entre 1980 e 1990. Destes, 16 pertencem ao Centro Nacional de Treino de Lisboa e os restantes ao Centro Nacional de Treino do Porto. Ambos os grupos de atletas responderam, antes de um jogo importante do calendário de jogos, aos testes psicológicos CSAI-2 (Competitive State Anxiety Inventory - 2) e TAIS (Test of Attentional Interpersonal Style). A análise dos valores obtidos, resultante da apresentação dos resultados, foi efectuada através dos procedimentos da estatística descritiva, médias e desvios-padrão. Para testar as médias entre si, utilizámos o t-teste de medidas independentes e a Anova, para um nível de significância igual a 5%. Fizemos ainda correlações entre os vários constructos da ansiedade e as várias dimensões da atenção.

Principais conclusões: Em função dos resultados obtidos concluímos que não existem diferenças estatisticamente significativas entre atletas do sexo feminino e do sexo masculino em relação aos constructos da ansiedade e às dimensões da atenção, facto este que comprova a nossa 1ª hipótese. Outra das conclusões refere-nos que os atletas com mais anos de prática apresentam níveis significativamente maiores na dimensão COM (Controlo) e no constructo da ansiedade somática. Esta conclusão comprova apenas parte da nossa 2ª hipótese, porque de facto a atenção é maior, mas a ansiedade dos atletas seniores da nossa amostra, também é maior. Finalmente, os atletas com acompanhamento psicológico apresentam níveis significativamente maiores de atenção, o que comprova a primeira parte da nossa 3ª hipótese, ficando no entanto por ser comprovada a outra parte desta mesma hipótese, onde se afirma que atletas com acompanhamento psicológico têm níveis significativamente menores de ansiedade.

Palavras-chave: ténis, ansiedade, atenção.

avelinoeira@oninet.pt

ESTUDO DA INFLUÊNCIA DA CONCENTRAÇÃO NO DESEMPENHO DESPORTIVO.

Fonseca, Teresa¹; Fonseca, António²; Alves, José³

(1)Escola Superior de Educação da Guarda,
Instituto Politécnico da Guarda

(2) Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física,
Universidade do Porto

(3)Escola Superior de Desporto de Rio Maior,
Instituto Politécnico de Santarém, Portugal.

Introdução e objectivos: No treino desportivo o desempenho do atleta é frequentemente afectado por erros sensoriais. É um dado adquirido que a performance desportiva depende de uma multiplicidade de factores dos quais destacamos a atenção (concentração). Um efectivo controlo sobre a mesma, em momentos determinantes do jogo, pode ser crucial no desempenho desportivo do atleta. Têm sido utilizadas várias ferramentas para melhorar estas capacidades. Uma das mais recen-

tes é o *Peak Achievement Trainer* (PAT) que, para além do treino da concentração, permite a sua comparação e controlo na execução da tarefa por parte do atleta. O objectivo deste estudo foi analisar a influência da concentração no desempenho desportivo, utilizando o PAT.

Material e métodos: Para o efeito, realizou-se um estudo com uma amostra de 40 atletas juniores de Andebol masculino, que constituíram o grupo de controlo (1) e o experimental (2). O desempenho desportivo observado consistiu num conjunto de meios tácticos individuais defensivos e de grupo ofensivos durante as transições rápidas para a defesa. Para a realização do nosso estudo foram seleccionados os seguintes instrumentos: O PAT o Teste Toulouse-Piéron (TP) e a análise de jogo. A metodologia desenvolvida envolveu: as avaliações iniciais constituídas pela aplicação do TP (na primeira semana do período preparatório de base) e da análise do primeiro jogo (antes da aplicação do PAT); a meio da aplicação do PAT, realizámos avaliações intermédias e finalmente, no término da aplicação do PAT, efectuou-se a avaliação final de todas as variáveis integradas no estudo.

Principais resultados e conclusões: No grupo 2 obtiveram-se diferenças estatisticamente significativas dos valores médios do desempenho desportivo e do TP entre as avaliações inicial e final. Relativamente ao PAT aquelas diferenças foram obtidas entre as 1ª e a 6ª, 7ª e 8ª sessões de treino e entre a 4ª e a 10ª. As análises comparativas das variáveis envolvidas permitiu inferir algumas diferenças estatisticamente significativas entre o PAT, o TP e o desempenho desportivo no 1º jogo. Concluímos que o PAT surtiu algum efeito, em termos globais no grupo 2. Efectivamente comparativamente ao grupo de controlo, no grupo 2 verificou-se uma melhoria quer do Desempenho Desportivo quer do TP, tendo-se obtido diferenças estatisticamente significativas entre os valores iniciais e os valores finais daquelas variáveis.

Palavras-chave: atenção/concentração, desempenho desportivo, *peak achievement trainer*.

tjfonseca@netcabo.pt

LIMITACIÓNS COGNITIVAS NA APRECIACIÓN DO FORA DE XOGO NOS ÁRBITROS ASISTENTES DE FÚTBOL.

González Álvarez, José Felipe; Gil Martínez, José Antonio; Parra García, Eduardo

Facultade de Ciencias da Educacion de Pontevedra,
Universidade de Vigo, Espanha.

Introdução e objectivos: A aplicación da regra do fora de xogo no fútbol é moi polémica a pesares da claridade na súa definición no regulamento. A apreciación deste tipo de situacións require unha importante capacidade perceptiva por parte dos árbitros asistentes. Existen diversas teorías que fundamentan as limitacións cognitivas do ser humano para apreciar correctamente estas xogadas. A Teoría de Detección de Sinais (TDS), a cegueira atencional, o erro de paralaxe en movemento ou o "efecto Fröhlich" proporcionan algunhas explicacións a estes erros. Obxectivos: (i) determinar cuantitativamente o nivel arbitral en canto á sinalización do fora de xogo; (ii) definir cualitativamente as situacións con maior complexidade perceptiva para os

asistentes; aquelas situacións nas que cometen máis erros.

Material e métodos: Para realizar o estudio observáronse a dezaioito asistentes españois e europeos en nove partidos do máximo nivel nacional (Liga de Fútbol Profesional de España) e internacional (UEFA Champions League), disputados no mes de decembro de 2003. Os encontros grabáronse e visionáronse, rexistrando e analizando as situacións de fora de xogo. Nun primeiro lugar analizouse a totalidade das situacións de fora de xogo obtendo os primeiros resultados. Posteriormente, concretando o obxecto do estudio, seleccionáronse as xogadas definidas como dudosas (nas que a distancia máxima entre dianteiro e defensa no momento do pase é de 50 centímetros).

Principais resultados e conclusións: Os datos amosan un alto porcentaje de erros na sinalización dos foras de xogos nos árbitros asistentes. Tendo en conta a Teoría de Detección de Sinais, hay unha grande cantidade de falsos positivos, ó que parece derivarse tanto de deficiencias perceptivas (sensibilidade) coma decisionais (criterio de decisión). En xeral, a actuación dos asistentes na apreciación do fora de xogo implica un considerable grado de erro neste tipo de xogadas. A porcentaxe aumenta si estudiamos por separado os casos dúbidosos, en xogadas decisivas para o resultado final dun partido. En consecuencia, existen diversas propostas de axuda ó estamento arbitral para facilitar esta tarefa. Algunhas abogan por un método de entrenamiento perceptivo (visual, atencional) dos asistentes para que coñezan a realidade dos procesos involucrados na apreciación deste tipo de xogadas.

Palavras-chave: fútbol, fora de xogo, percepción visual.

luisca@uvigo.es

SERÁ QUE É O MESMO JOGO? CONSIDERAÇÕES DA PSICOLOGIA DO ESPORTE.

Calabresi, Carlos A.; Machado, Afonso A.

Universidade Estadual Paulista; LEPESPE, ESEF, Jundiaí; Brasil.

Introdução e objetivos: A presença do rádio na vida do indivíduo é maciça: ele é um aparelho muito utilizado no acompanhamento das partidas de futebol. Desta maneira, este estudo teve como objetivo analisar a interferência das narrações esportivas pelos radialistas, na construção do “jogo mental” feita pelo torcedor, que diferencia-se muitas vezes do jogo real. O rádio se fortalece na dependência da capacidade dos seus comunicadores, no fornecimento de informações atraentes ou potencialmente atraentes, caracterizadas por um entusiasmo acima do normal, para dar ao ouvinte a impressão de estar no campo (Capinussú, 1997). Ortriwano (Capinussú, 1997) diz que “a criação de imagens mentais é tão poderosa, a ponto de ser muito mais emocionante ouvir uma partida pelo rádio do que assisti-la no próprio estádio” (p.37).

Material e métodos: Nesta pesquisa, utilizou-se de um questionário de perguntas abertas, semi-estruturado, recebendo um tratamento de categorização segundo Forghieri (1989), com viés qualitativo.

Principais resultados e conclusões: Constatou-se que o rádio aparece como um meio que deturpa o jogo real, nem sempre representando-o fielmente, sendo responsável pela produção de um “novo” jogo. Tal interferência é responsável pela animosidade

acirrada e participação pouco cortez entre equipes, que contam com as manifestações dos torcedores.

Palavras-chave: mídia esportiva, interferências externas, torcedores.

camc@rc.unesp.br