

HÁBITOS DESPORTIVOS DOS ADOLESCENTES DA CIDADE DE NOVO HAMBURGO-RS. UM ESTUDO SOBRE A MOTIVAÇÃO PARA PRATICAR ATIVIDADE FÍSICO DESPORTIVA.

MARCELO MARQUES SOARES
Universidade Feevale
Novo Hamburgo – RS – Brasil
E-mail: marcelodidi@feevale.br

INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas, a presença das atividades físico-desportivas na vida social dos membros da sociedade contemporânea, em especial durante a adolescência, vem conduzindo a relevantes discussões entre os estudiosos que se interessam por este fenômeno e às questões vinculadas ao mesmo. Entre as características investigadas, destaca-se a identificação de quem motiva os adolescentes a praticarem as atividades físico-desportivas. (WHALEY; KAMINSKY, 2003)

Atualmente, a prática de atividade físico-desportiva é considerada um dos componentes relevantes dentro de um estilo de vida saudável, visto que a sua prática, de forma sistemática regular e com certa intensidade, constitui um fator de promoção da saúde e prevenção de diferentes transtornos, devido aos importantes benefícios fisiológicos e psicológicos associados a ela. Assim, sabe-se que a prática de atividade físico-desportiva perpassa o campo fisiológico e atinge também o campo social, o que torna importante conhecer quem motiva os adolescentes a praticarem determinadas atividades. Busca-se, com isso, uma estratégia tanto para sugerir medidas a fim de prevenir o abandono das práticas físico-desportivas na adolescência, como também para estabelecer políticas que primem pela sua promoção.

METODOLOGIA

A presente pesquisa, caracterizada como uma investigação quantitativa, de metodologia não experimental, tem como tipo de estudo, o estudo Transversal. O instrumento de pesquisa utilizado foi um questionário, aplicado em alunos da rede pública da cidade de Novo Hamburgo, no Estado do Rio Grande do Sul. Pela inexistência de um questionário qualificado para atender as questões de pesquisa que envolvessem os adolescentes e as razões para não praticar atividades físico-desportivas, houve a necessidade da elaboração e posterior avaliação da confiabilidade deste instrumento, sendo esta uma das etapas essenciais para avaliações das informações coletadas. Após a elaboração do questionário, houve a avaliação cega inter-juizes, realizada por três profissionais da saúde, com conhecimento técnico nas áreas relacionadas à adolescentes e atividades físico-desportivas.

RESULTADO E DISCUSSÃO

A identificação de quem motiva os adolescentes a praticar atividade físico-desportiva está representada na Tabela 1. Em um contexto geral, um amigo foi a opção mais citada como o responsável pela motivação, ou seja, escolhida por 39,7% (253) da amostra. Em segunda posição, observou-se a opção por você mesmo, lembrada por 35,5% (226) da amostra, em terceira posição destaca-se a instituição família através da opção um familiar, citada por 14,9% (95), seguida da opção um professor, recordada por 9,1% (58) dos adolescentes.

Tabela 1. *Quem motiva os adolescentes a praticar atividade físico-desportiva.*

Motivação	Núm. cit.	Freq. %
um amigo	253	39,7
por você mesmo	226	35,5
um familiar	95	14,9
um professor	58	9,1

não responderam	5	0,8
TOTAL	637	100

Núm. Cit: número de citações por adolescente.

Num âmbito geral, encontrou-se os seguintes resultados: 39,7% (253) da amostra citou os *amigos* como os responsáveis pela sua motivação, enquanto 35,5% (226) respondeu *por você mesmo*. Sendo assim, percebe-se que a sociedade é uma força fundamental que motiva os indivíduos a praticarem atividade física. Além disso, geralmente quando um atleta ou esporte atinge nível nacional ou internacional, muitas pessoas, em especial jovens e adolescentes, optam por praticar o esporte a fim de imitar o novo ídolo. Este fenômeno foi identificado por Mauss (1974) como “*imitação prestigiosa*”. No presente trabalho, não foi possível constatar tal influência da sociedade, visto que a dimensão social restringiu-se ao círculo de amizades dos adolescentes. Enfim, baseando-se nos resultados deste estudo, pode-se afirmar que os *amigos* foram os principais responsáveis pela motivação dos adolescentes a praticarem uma atividade físico-desportiva, o que coincide com os estudos de Fraga-Maia e Santana (2005), Torre (2002).

Os resultados aqui obtidos permitem inferir ainda que a influência dos amigos está mais associada aos adolescentes do sexo masculino do que ao sexo feminino. Nesse contexto, cita-se o estudo de García Ferrando (2005), realizado com jovens espanhóis, onde “*estar com os amigos*” foi a alternativa mais votada pelos adolescentes masculinos como influenciadora da prática de atividades físicas, em relação ao sexo feminino. Neste sentido, os resultados coincidem também com o estudo de Gálvez (2007) que, ao analisar a atividade física habitual de adolescentes da região de Murcia na Espanha, afirmou que os adolescentes do sexo masculino valorizaram mais positivamente a função sócio afetiva dos amigos, quando comparados ao sexo feminino. Outro estudo que vem ao encontro dessa premissa é o de Hellín (2003), o qual sugere a relação entre os sexos e a motivação para a prática de atividade físico-desportiva, constatando que a opção *amigos* esteve mais associada aos adolescentes do sexo masculino do que aos adolescentes do sexo feminino.

Em segundo lugar, referente aos resultados sobre *quem motivou* os adolescentes a praticarem determinada atividade físico-desportiva, encontrou-se a resposta *por você mesmo*, o que, em outras palavras, significa que ninguém os motivou, além deles próprios. Assim, o adolescente entende que por ele mesmo surgiu a motivação para praticar alguma atividade física.

Ainda em relação a *quem motivou* os adolescentes a praticar a referida atividade, como terceira opção escolhida por 14,9% (95) da amostra, encontrou-se a *família*. Em diversos momentos, os filhos buscam nos pais a referência e o modelos para suas vidas, logo, a família se torna uma instância motivadora nas decisões dos filhos. Isso pode ser observado nos estudos de Guareschi (2001), onde afirma-se que a família “é a primeira instituição com quem uma pessoa entra em contato em sua vida”, o que não poderia ser diferente em relação à motivação para a prática de uma atividade físico-desportiva. Importante refletir sobre o fato de que os adolescentes podem sofrer influências de um membro da família ou, ainda, estarem buscando na prática de uma atividade, a semelhança com os pais. Neste sentido, Colombo (1997) conclui que “os filhos introjetam os modelos dos pais e seus respectivos papéis.”

Diversos estudos já destacaram a relevância da família como fonte motivadora para os adolescentes praticarem atividade físico-desportiva, o que indica que alunos mais sedentários são aqueles que têm pais não desportistas, ao passo que aqueles que possuem um familiar praticante regular de atividade física estão mais motivados a praticá-la (GALLO *et al*, 2002). Sabe-se, portanto, que os pais servem de modelo a imitar e constituem um fator importante na formação de hábitos de atividade física (CASIMIRO; PIÉRON, 2001).

Finalmente, como a quarta alternativa mais votada sobre quem seria o agente motivador para a prática de atividades físico-desportivas, constatou-se o *professor*, escolhido por 9,1% (58) da amostra. Este fato ocasionou certa surpresa e inquietude, pois é comum encontrar-se, na literatura especializada, referência à figura do professor como um agente influenciador e motivador dos adolescentes, no que se refere ao hábito da prática de uma modalidade desportiva. Este pensamento pode ser identificado nas palavras de Rangel-Betti (1992), em estudo que afirma que a conduta do professor e seus estímulos aos alunos facilita o processo de autonomia dos mesmos em relação a prática de atividades físicas para que, futuramente, possam mantê-las sem o auxílio de especialista, se assim desejarem.

A postura do professor frente aos adolescentes, somada ao seu papel de motivador, a partir das aulas de Educação Física, do seu gosto pela prática de atividade física, bem como a consequente transformação desta em um hábito de vida saudável é argumentada por diversos estudiosos.

CONCLUSÃO

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

A análise dos resultados oriundos no presente estudo, o qual visa investigar *quem motiva* os adolescentes a praticarem atividades físico-desportivas, permite anunciar que os amigos, ele mesmo, os familiares e o professor são os principais agentes motivadores para a prática dessas atividades. Acredita-se, a partir das respostas citadas pelos adolescentes, que haja a necessidade de que professores de Educação Física e profissionais da atividade física e desporto sejam capazes de articular alternativas para estimular os adolescentes a não abandonarem a prática dessas atividades. Finalmente, apesar das características e limitações deste estudo, sugere-se a realização de outras investigações com outros desenhos metodológicos, que possam confirmar ou contrapor os resultados aqui encontrados.

BIBLIOGRAFIA

CASIMIRO, A. J.; PIÉRON, M. La incidencia de la práctica físico-deportiva de los padres hacia sus hijos durante la infancia y la adolescencia. Apuntes: Educación Física y Deportes, v.65, p.100-104, 2001.

COLOMBO, Olírio. *Filosofar (I) temas de antropologia*. Evangraf. Porto Alegre, 1997

FRAGA-MAIA H, SANTANA VS. Reliability of reported data from adolescent and their mothers in a health survey. Rev. Saúde Pública, v.39, p.430-437, 2005.

GALLO, L. M.; CASTRO, J. A.; MONSALVE, O. L. y OCHOA, V. Mujer y deporte en Medellín y su área metropolitana. Revista Digital Lecturas: Educación Física y Deportes, v.8, n.52, 2002. Buenos Aires. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd52/mujer1.htm>.

GARCÍA FERRANDO, M. Encuesta sobre hábitos deportivos de los españoles: Avance de resultados. Madri: Centro de Investigaciones Sociológicas, 2005.

GÁLVEZ, A. A. Actividad física habitual de los adolescentes de la región de Murcia. Análisis de los motivos de práctica y abandono de la actividad físico-deportiva. Revista Digital, Buenos Aires, v.12, n.107, 2007. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd107/motivos-de-practica-y-abandono-de-la-actividad-fisico-deportiva.htm>.

GUARESCHI, Pedrinho. Sociologia Crítica: Alternativa de mudança. Porto Alegre: Edipucrs, 2001.

HELLÍN, P. Hábitos físico-deportivos en la Región de Murcia: implicaciones para la elaboración del currículo en el ciclo formativo de Actividades Físico-deportivas. Tese (Doutorado) - Universidad de Murcia, Murcia, 2005.

MAUSS, Marcel. Sociologia e Antropologia. São Paulo: Editora da Universidade de São Paulo, 1974, p. 215.

RANGEL-BETTI, I. C. R. O prazer em aulas de educação física escolar: a perspectiva dissente. 1992. Dissertação (Mestrado) – Faculdade de Educação Física, Universidade de Campinas, Campinas, 1992.

TORRE, E. Factores personales y sociales vinculados a la práctica físico-deportiva desde la perspectiva del género. Apuntes: Educación Física y Deportes, v.70, n.4, p.83-89, 2002.

WHALEY, Mitchell; KAMINSKY, Leonard . Epidemiologia da atividade física, aptidão física e enfermidades crônicas selecionadas. In: AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE. Manual de estudo das diretrizes da ACSM para os testes de esforços e sua prescrição. 4.ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003, p.17-34.

Endereço:

Marcelo Marques Soares

Rua Araguaia 1430 Jardim Mauá, Novo Hamburgo RS CEP 93.548-350

Telefone: 051 92838360