

Resumo de Dissertação de Mestrado

Análise comparativa da intenção de mudança do comportamento em adolescentes para a prática de atividades físicas regulares de lazer

Marcos Gonçalves Maciel

Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional da UFMG, Belo Horizonte, MG, Brasil

Apesar da ampla divulgação pelos meios de comunicação dos muitos efeitos deletérios da inatividade física no lazer, é crescente o percentual da população que se encontra nesse quadro, sobretudo a partir da adolescência. Para procurar compreender esse fenômeno, vários estudos vêm adotando os pressupostos de teorias do comportamento humano, dentre elas o Modelo Transteorético e a Teoria do Comportamento Planejado. Visando identificar os fatores antecedentes e condicionantes para a prática dessas atividades, o objetivo deste estudo foi investigar a intenção de mudança do comportamento em adolescentes matriculados no ensino médio para a prática de atividades físicas regulares de lazer utilizando os pressupostos dessas duas teorias. Foi realizado um estudo transversal com a participação de 416 adolescentes, pertencentes a escolas do ensino médio nas cidades de Belo Horizonte e Contagem/MG, com média de idade de 16,4 anos ($DP \pm 1,2$ anos), sendo a amostra composta por 47,4% de rapazes, 52,6% de moças; 66,6% dos alunos classificados nos níveis socioeconômicos A/B, e 33,4% nos níveis C/D. Foram investigados aspectos sociodemográficos, estágios de mudança de comportamento e aspectos atitudinais, através da aplicação de um questionário. As análises foram feitas utilizando estatísticas descritivas e paramétricas (ANOVA one-way e regressão logística), com $p < 0,05$. Os resultados encontrados demonstram que 56,9% dos alunos em geral são inativos no lazer (36,5% das moças e 20,4% dos rapazes; 36,1% pertencentes às classes A/B e 20,9% das classes C/D). A análise dos componentes da Teoria do Comportamento Planejado para verificar a adesão às atividades físicas regulares de lazer apresentou as seguintes características: Atitude – somente a variável estágio de mudança do comportamento apresentou diferença estatisticamente significativa, porém, pouco relevante em termos práticos; Normas subjetivas – as variáveis níveis socioeconômicos, sexo e estágio de mudança do comportamento não apresentaram diferenças estatisticamente significativas; Controle percebido - as variáveis sexo e estágio de mudança do comportamento, apresentaram diferenças estatisticamente significativas, porém, pouco relevantes em termos práticos. Conclui-se que no contexto pesquisado a maioria dos adolescentes é inativa no lazer, e quanto aos constructos da Teoria do Comportamento Planejado, sexo, atitude e controle percebido são os fatores mais relevantes para classificar o nível de atividade física regular de lazer, sendo que as variáveis sociais (nível socioeconômico e norma subjetiva), pelo menos no nível de mensuração adotado, têm pouca importância para predizer a intenção de mudança do comportamento para a prática dessas atividades.

Palavras-chaves: Adolescentes, Atividade Física, Lazer, Mudança de Comportamento.

Orientador: Ricardo Teixeira Veiga

Maciel, G. M. Mestrado em Lazer pela Escola de Educação Física Fisioterapia e Terapia Ocupacional UFMG, Belo Horizonte, MG, Brasil. Ano de Obtenção: 2009.

e-mail: profmarcosmaciel@hotmail.com



Motriz. Revista de Educação Física. UNESP, Rio Claro, SP, Brasil - eISSN: 1980-6574 - está licenciada sob [Licença Creative Commons](#)