Escola Superior de Educação de Castelo Branco
20336
001.89 SER Mud

João Júlio de Matos Serrano

MUDANÇAS SOCIAIS E ESTILOS DE VIDA NO DESENVOLVIMENTO DA CRIANÇA

Estudo do nível de independência de mobilidade e da actividade física nas rotinas de vida quotidiana em crianças de 8,10 e 12 anos de idade no meio urbano

Dissertação apresentada com vista à obtenção do grau de Doutor em Motricidade Humana na especialidade de Ciências da Motricidade

UNIVERSIDADE TÉCNICA DE LISBOA
FACULDADE DE MOTRICIDADE HUMANA
2003

João Júlio de Matos Serrano

MUDANÇAS SOCIAIS E ESTILOS DE VIDA NO DESENVOLVIMENTO DA CRIANÇA

Estudo do nível de independência de mobilidade e da actividade física nas rotinas de vida quotidiana em crianças de 8, 10 e 12 anos de idade no meio urbano

Dissertação apresentada com vista à obtenção do grau de Doutor em Motricidade Humana na especialidade de Ciências da Motricidade

Orientador: Doutor Carlos Alberto Ferreira Neto

Júri

Presidente:
Reitor da Universidade Técnica de Lisboa

Vogais:
Doutor Ruy Jornada Krebs
Doutor António José Ramos de Paula Brito
Doutor Jorge Augusto Pinto da Silva Mota
Doutor Carlos Alberto Ferreira Neto
Doutor Fernando Manuel da Cruz Duarte Pereira

UNIVERSIDADE TÉCNICA DE LISBOA
FACULDADE DE MOTRICIDADE HUMANA
2003



20336

A **Deus e à família** por todo o apoio

Um agradecimento especial à Noélia e ao Simão Pedro pela compreensão e carinho demonstrados nas muitas horas de trabalho solitário, em que faltei ao convivio familiar.

AGRADECIMENTOS

Este trabalho é o reflexo de um longo percurso por vezes sinuoso, apenas possível pelo apoio e colaboração de uma vasta teia de relações sociais estabelecidas com um grupo de pessoas, com as quais partilhamos opiniões, dúvidas, crenças e de quem recebemos diferentes perspectivas, orientações, apoios e incentivos.

Assim gostaríamos de deixar aqui expresso de forma clara, os nossos sinceros agradecimentos às seguintes pessoas e instituições :

- Ao Professor Doutor Carlos Alberto Ferreira Neto, pela forma como desde o primeiro momento orientou este estudo com todo o seu saber científico e entusiasmo contagiante, e ainda, pela sua disponibilidade, lições de rigor e exigência face à actividade de investigação.

- À Escola Superior de Educação de Castelo Branco, nas pessoas dos seus Directores Luis Costa e José Pires, pela disponibilidade e apoio institucional manifestado ao longo do estudo.

- Aos colegas da Unidade Científico-Pedagógica de Educação Física da E.S.E. - I.P.C.B pelo espírito de colaboração e amizade demonstradas.

- Aos professores Doutores Fernando Pereira e João Rasoilo pelos esclarecimentos relativos à monitorização das frequências cardíacas.

- Ao professor João Petrica pela troca de opiniões e apoio bibliográfico ao nível da estatística.

- Ao Professor António Faustino pela colaboração no trabalho efectuado com a recolha dos dados dos monitores de frequências cardíacas e colaboração na orientação de trabalhos relacionados com a intensidade da actividade física.

- Ao professor Camilo Cunha pelo incentivo demonstradas nas várias fases do trabalho.

- Ao Professor José Rafael pela colaboração, apoio, disponibilidade e rigor sempre demonstrados ao nível da redacção do texto, e pela troca de opiniões sempre valiosa.

- Ao Professor Agnelo Quelhas pela ajuda informática prestada ao nível do "programa Advisor".

- Aos Professores Luis Gonçalves e Armando Ferreira, pela colaboração, disponibilidade, rigor e saber demonstrados na estatística e trabalho informático ao nível do "programa SPSS".

- A todos os alunos do Curso de Professores do Ensino Básico - Variante de Educação Física da E.S.E - I.P.C.B. pela necessidade de resposta às suas solicitações.

- Ao grupo de alunos que terminaram o Curso de Professores do Ensino Básico - Variante de Educação Física da E.S.E.C.B. no ano de 2000/2001, principalmente àqueles que desinteressada e apaixonadamente colaboraram na recolha dos dados.

- Aos Presidentes dos conselhos executivos e Professores das Escolas do 1º e 2º Ciclos do Ensino Básico com quem foram estabelecidos os contactos, pela disponibilidade, apoio concedido e interesse sempre evidenciados ao longo da recolha dos dados.

- Aos Pais e crianças pela paciência e disponibilidade demonstradas ao longo de todo o trabalho de recolha dos dados.

- Aos familiares, amigos e a todos aqueles que de algum modo contribuiram para que fosse possivel chegar ao terminus deste trabalho.

A TODOS o meu bem haja.

RESUMO

O principal objectivo do estudo foi conhecer as actividades físicas de tempos livres e a independência de mobilidade das crianças no meio urbano. Para o efeito, inquirimos 300 crianças e os seus pais e observamos 18 crianças durante uma semana, registando as suas actividades físicas e mobilidade de tempos livres num diário, bem como a monitorização da sua frequência cardíaca.

Os resultados demonstram que as crianças desenvolvem muitas actividades dentro e fora de casa, sobressaindo a actividade lúdica. A prática desportiva num clube é reduzida, e tal como a actividade física na rua é influenciada principalmente pelos amigos e pelos professores ou treinadores. As principais razões que levam à prática, estão relacionadas com a saúde e manutenção da forma física, e os factores que mais a limitam são a falta de tempo, inadequação dos espaços e proibição pelos pais.

A independência de mobilidade das crianças é restrita fora do bairro de residência, e o trajecto de maior liberdade é aquele que vai de casa até à escola. As limitações impostas pelos pais no espaço exterior são especialmente motivadas pela idade das crianças, criminalidade, receio de brigas, tráfego automóvel, perigo de acidente e organização urbana.

Nas actividades semanais apenas foram detectadas diferenças significativas ao nível da idade, tendo as crianças de oito anos passado uma percentagem significativa de tempo mais elevada em actividade livre orientada e mais baixa na mobilidade a pé, actividades escolares e refeições. As crianças mais novas obtiveram uma média da frequência cardíaca semanal significativamente mais elevada na actividade livre orientada que as de doze anos, e uma percentagem de tempo semanal em actividade física no nível moderado/intenso na actividade lúdica fora de casa significativamente mais baixo que as crianças de 10 anos.

Palavras Chave : Desenvolvimento da criança, rotinas de vida, actividade física, independência de mobilidade, tempos livres, espaços de actividades.

ABSTRACT

The main objective of the study was to get acquainted with spare time physical activities and the independence of mobility of urban children. To do so, we inquired both 300 children and their parents and observed 18 children for a week, while we registered their physical activities and spare time mobility in a diary, as well as monitored their cardiac frequency.

The results show that children develop many indoor and outdoor activities, mainly entertainment activities. Playing sports in a club is a scarce practice and just like physical activity outdoors, it is a result of the influence of friends and teachers or coaches. The main reasons why children practise sports are linked with the health and maintenance of physical shape, and the most limiting factors are lack of time, inadequate facilities and parents' prohibition.

Children's independence of mobility is restrictive outside children's neighbourhood and the course where they can be most free is within home and school. The limitations imposed by parents on outdoor activities are highly motivated by children's age, criminality, fear of fights, traffic, fear of accidents and urbanization.

Only significant age differences were detected in weekly activities: 8-year-old children spent a significantly higher period of time in free oriented activities and a lower period of time in walking, school activities and meals. Younger children obtained an average of weekly cardiac frequency significantly higher in the free oriented activity than 12-year-old children, and a percentage of weekly outdoor physical activity in the moderate / intense level significantly lower than 10-year-old children.

Key Words: child development, life routines, physical activity, independence of mobility, spare time, activity playground.

ÍNDICE GERAL

AGRADECIMENTOS ---------- I

RESUMO ---------- III

ABSTRACT ---------- IV

ÍNDICE GERAL ---------- V

ÍNDICE DE FIGURAS ---------- XI

ÍNDICE DE GRÁFICOS ---------- XI

ÍNDICE DE QUADROS ---------- XII

ÍNDICE DE ANEXOS ---------- XV

1 – INTRODUÇÃO ---------- 1

1.1 – OS PONTOS DE PARTIDA ---------- 2

1.2 – OS CONTEXTOS ---------- 4

1.3 – CAMPO DE ESTUDO / INTERROGAÇÕES ---------- 6

1ª PARTE – REVISÃO DA LITERATURA ---------- 13

1 – INTRODUÇÃO ---------- 14

2 – UM OLHAR SOBRE O MUNDO SOCIAL CONTEMPORÂNEO ---------- 15

2.1 – UM MUNDO EM MUDANÇA – RUMO A UMA NOVA SOCIEDADE ---------- 15

2.1.1 - DESPERTAR DE UM NOVO SISTEMA – O REINO DA GLOBALIZAÇÃO ---------- 17

2.1.2 - URBANIDADE, MUDANÇAS SOCIAIS, EMERGÊNCIA DE NOVOS ESTILOS DE VIDA 19

2.1.3 - ENVOLVIMENTO FÍSICO/SOCIAL COMO REGULADOR DE ACTIVIDADE HUMANA 28

2.1.3.1 - MODELOS TEÓRICOS DE AMBIENTE NO DESENVOLVIMENTO HUMANO ------ 28

2.1.3.2 - O CONCEITO DE ESPAÇO – EVOLUÇÃO E SIGNIFICADO ---------- 32

2.1.3.3 - CONHECIMENTO ESPACIAL – UM COMPLEMENTO EVOLUTIVO ---------- 36

3 – O MUNDO DA INFÂNCIA COMO CAMPO DE ESTUDO ---------- 38

3.1 - A INFÂNCIA NO CONTEXTO SÓCIO-HISTÓRICO DAS SOCIEDADES OCIDENTAIS -------- 38

3.1.1 - DO PASSADO AO PRESENTE DA INFÂNCIA – EM BUSCA DE UM CONCEITO --------- 38

3.1.2 - INFÂNCIA - UM CONCEITO EM PERMANENTE TRANSFORMAÇÃO ---------- 48

3.2 - TEORIAS DA INFÂNCIA – CONFLUÊNCIA PARA UM MODELO ECOLÓGICO ---------- 51

3.2.1 - MODELO ECOLÓGICO COMO FUNDAMENTO DO DESENVOLVIMENTO INFANTIL - 59

3.3 - DESENVOLVIMENTO SÓCIO-ESPACIAL DA CRIANÇA – UM ALICERCE PARA O FUTURO ---------- 63

3.3.1 - AGENTES DE DESENVOLVIMENTO SÓCIO-ESPACIAL DA CRIANÇA ---------- 69

3.3.1.1 - A INSTITUIÇÃO FAMILIAR ---------- 69

3.3.1.2 - A INSTITUIÇÃO ESCOLAR ---------- 74

3.3.1.3 - O GRUPO DE PARES ---------- 76

3.3.1.4 - OS MEIOS DE COMUNICAÇÃO DE MASSAS ---------- 79

3.3.2 - A ACTIVIDADE LÚDICA E O DESENVOLVIMENTO SÓCIO-ESPACIAL DA CRIANÇA 81

3.4 - QUOTIDIANOS E ROTINAS DE VIDA ---------- 86

3.4.1 - INVESTIGANDO OS QUOTIDIANOS E ROTINAS DE VIDA DAS CRIANÇAS ---------- 91

3.5 - A AUTONOMIA E INDEPENDÊNCIA DE MOBILIDADE ---------- 100

3.5.1 - INVESTIGANDO O ENVOLVIMENTO E MOBILIDADE ESPACIAL DA CRIANÇA ------- 105

3.6 - TEMPOS LIVRES E ACTIVIDADE FÍSICA – REFLEXÃO SOBRE OS CONCEITOS ---------- 113

3.6.1 – MÉTODOS PARA AVALIAR A ACTIVIDADE FÍSICA ---------- 119

3.6.1.1 – OS MÉTODOS DESENVOLVIDOS EM LABORATÓRIO ---------- 120

3.6.1.1.1 – MÉTODOS FISIOLÓGICOS ---------- 120

3.6.1.1.2 – MÉTODOS BIOMECÂNICOS ---------- 121

3.6.1.2 – OS MÉTODOS APLICADOS NO TERRENO ---------- 121

3.6.1.2.1 – CLASSIFICAÇÃO OCUPACIONAL OU PROFISSIONAL ---------- 122

3.6.1.2.2 – APORTE NUTRICIONAL ---------- 122

3.6.1.2.3 – OBSERVAÇÃO COMPORTAMENTAL ---------- 123

3.6.1.2.4 – DIÁRIOS DE ACTIVIDADES ---------- 123

3.6.1.2.5 – QUESTIONÁRIOS ---------- 123

3.6.1.2.6 – MARCADORES FISIOLÓGICOS ---------- 125

3.6.1.2.7 – MONITORIZAÇÃO DA ACTIVIDADE FÍSICA ---------- 125

3.6.2 - INVESTIGANDO A ACTIVIDADE FÍSICA DA CRIANÇA ---------- 128

2ª PARTE – ORGANIZAÇÃO E PLANIFICAÇÃO DO ESTUDO ---------- 152

CAPÍTULO I – MODELO DO ESTUDO E PROBLEMA ---------- 153

1 – INTRODUÇÃO ---------- 153

2 – ENUNCIADO DO PROBLEMA ---------- 154

2.1 – OS SUB-PROBLEMAS ---------- 156

3 – DEFINIÇÃO DAS VARIÁVEIS ---------- 157

4 – GRANDES QUESTÕES DO ESTUDO ---------- 160

CAPÍTULO II – AMOSTRA, CONTEXTO E RECOLHA DOS DADOS ---------- 161

1 – INTRODUÇÃO ---------- 161

2 – CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA ---------- 161

2.1 – CRITÉRIOS DE ESCOLHA DA AMOSTRA ---------- 163

2.2 – APRESENTAÇÃO DO LOCAL ONDE DECORREU O ESTUDO ---------- 164

3 – MÉTODOS USADOS PARA RECOLHA DOS DADOS ---------- 166

3.1 – OS QUESTIONÁRIOS ---------- 167

3.1.1 – ELABORAÇÃO E VALIDAÇÃO DOS QUESTIONÁRIOS ---------- 167

3.1.2 – APRESENTAÇÃO DOS QUESTIONÁRIOS ---------- 169

3.2 – O DIÁRIOS DE ACTIVIDADES ---------- 175

3.2.1 – APRESENTAÇÃO DO DIÁRIO DE ACTIVIDADES ---------- 175

3.3 – O MONITOR DE FREQUÊNCIAS CARDÍACAS ---------- 176

4 – PROCEDIMENTOS PARA RECOLHA DOS DADOS ---------- 178

4.1 – RECOLHA DOS DADOS DOS QUESTIONÁRIOS ---------- 179

4.2 – RECOLHA DOS DADOS DOS DIÁRIOS E MONITORIZAÇÃO DAS FREQUÊNCIAS CARDÍACAS ---------- 181

5 – ANÁLISE DOS DADOS E MÉTODOS ESTATÍSTICOS ---------- 184

5.1 – ANÁLISE DOS DADOS DOS QUESTIONÁRIOS E DIÁRIOS DE ACTIVIDADE ---------- 184

5.2 – ANÁLISE DOS DADOS DOS MONITORES DE FREQUÊNCIAS CARDÍACAS ---------- 185

5.3 – MÉTODOS ESTATÍSTICOS USADOS ---------- 185

3ª PARTE – APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS ---------- 187

1 – INTRODUÇÃO ---------- 188

2 – A ACTIVIDADE FÍSICA E INDEPENDÊNCIA DE MOBILIDADE DAS CRIANÇAS (Resultados dos Questionários) ---------- 189

2.1 – ACTIVIDADES DENTRO DE CASA ---------- 189

2.1.1 – LIBERDADE E TEMPO DE BRINCAR ---------- 190

2.1.2 – JOGOS PREFERIDOS DAS CRIANÇAS ---------- 192

2.1.3 - ACTIVIDADES REALIZADAS PARA ALÉM DA ACTIVIDADE LÚDICA ---------- 196

2.1.4 – ACTIVIDADE JOGAR COMPUTADOR ---------- 198

2.1.5 – TEMPO DEDICADO AO VISIONAMENTO TELEVISIVO ---------- 200

2.2 – ACTIVIDADES FORA DE CASA ---------- 203

2.2.1 – RELAÇÃO DA CRIANÇA COM O SEU BAIRRO ---------- 204

2.2.2 – TEMPO DEDICADO À ACTIVIDADE LÚDICA E AMIGOS DE PRÁTICA ---------- 207

2.2.3 – JOGOS PREFERIDOS DAS CRIANÇAS ---------- 211

2.2.4 – ACTIVIDADE DESPORTIVA DA CRIANÇA NO CLUBE (Tipo e Tempo de Actividade) ---- 214

2.2.5 – INFLUÊNCIAS, MOTIVAÇÕES E LIMITAÇÕES À PRÁTICA DE ACTIVIDADE FÍSICA NA RUA OU NO CLUBE ---------- 218

3 - A INDEPENDÊNCIA DE MOBILIDADE DAS CRIANÇAS ---------- 227

3.1 – LIMITE GEOGRÁFICO DE BRINCADEIRA CONCEDIDO E MORADA DOS AMIGOS ---------- 228

3.2 – VISITAS A AMIGOS, TRAJECTOS E ACOMPANHANTES ---------- 231

3.3 – MOBILIDADE A PÉ COM OUTRAS CRIANÇAS E MOTIVO DA DESLOCAÇÃO ---------- 233

3.4 – INDEPENDÊNCIA NA TRAVESSIA DE RUAS E COMPANHIA PREFERIDA NOS PASSEIOS A PÉ ---------- 236

3.5 – MAIOR DISTÂNCIA PERCORRIDA A PÉ SOZINHO OU COM CRIANÇAS E TEMPO DE PERCURSO ---------- 238

3.6 – DESLOCAÇÕES DE BICICLETA ---------- 241

3.7 – TRAJECTO CASA/ESCOLA ---------- 245

3.8 – FREQUÊNCIA E TRAJECTO CASA/INSTITUIÇÃO DE TEMPOS LIVRES ---------- 248

3.9 – FREQUÊNCIA E TRAJECTO CASA/PISCINA ---------- 250

3.10 –TRAJECTO CASA/CLUBE ---------- 253

4 - OPINIÃO DOS PAIS SOBRE OS OBSTÁCULOS QUE INTERFEREM NA ACT. FÍSICA E INDEPENDÊNCIA DE MOBILIDADE DOS SEUS FILHOS NO MEIO URBANO --------- 259

4.1 – LIBERDADE CONCEDIDA ÀS CRIANÇAS E PRINCIPAIS OBSTÁCULOS NAS SUAS ACTIVIDADES LÚDICAS E INDEPENDÊNCIA DE MOBILIDADE NO MEIO URBANO ---- 259

4.2 – LIBERDADE CONCEDIDA ÀS CRIANÇAS E PRINCIPAIS OBSTÁCULOS NAS ACTIVIDADES ANDAR DE BICICLETA, PATINS OU SKATE NO MEIO URBANO --------- 263

4.3 – OPINIÃO DOS PAIS RELATIVAMENTE A ASPECTOS RELACIONADOS COM A ACTIVIDADE FÍSICA E INDEPENDÊNCIA DE MOBILIDADE NO DIA A DIA DOS SEUS FILHOS ---------- 266

5 – ACTIVIDADE FÍSICA E INDEPENDÊNCIA DE MOBILIDADE DAS CRIANÇAS (Resultados dos Diários de Actividades e Monitores de Frequências Cardíacas) ---------- 271

5.1 – ACTIVIDADES DENTRO DE CASA ---------- 272

5.2 – ACTIVIDADES FORA DE CASA ---------- 276

5.3 – A INDEPENDÊNCIA DE MOBILIDADE ---------- 279

6– TEMPO E INTENSIDADE DAS ACTIVIDADES E DESLOCAÇÕES SEMANAIS ---------- 283

6.1 – PERCENTAGEM DE TEMPO SEMANAL GASTO NAS ACTIVIDADES E DESLOCAÇÕES -- 283

6.2 – MÉDIA DA FREQUÊNCIA CARDÍACA SEMANAL NAS ACTIVIDADES E DESLOCAÇÕES 291

6.3 – TEMPO SEMANAL GASTO NAS DIFERENTES INTENSIDADES DA ACTIVIDADE FÍSICA- 299

4ª PARTE – CONCLUSÕES DO ESTUDO ---------- 313

1 – INTRODUÇÃO ---------- 314

2 – REPOSIÇÃO DO ESTUDO ---------- 314

3 – CONCLUSÕES ---------- 315

4 - REFLEXÃO FINAL SOBRE A ACTIVIDADE FÍSICA E MOBILIDADE DE TEMPOS LIVRES DAS CRIANÇAS NO MEIO URBANO ---------- 328

5 - LIMITAÇÕES DO ESTUDO ---------- 333

6 – RECOMENDAÇÕES ---------- 335

7 – BIBLIOGRAFIA ---------- 337

ÍNDICE DE FIGURAS

FIGURA 1 - MONITOR DE FREQUÊNCIA CARDÍACA (RELÓGIO DE PULSO E BANDA MAGNÉTICA) ---------- 177

FIGURA 2 – EXEMPLO DOS QUADROS RESULTANTES DOS MONITORES DE FREQUÊNCIAS CARDÍACAS ---------- 179

ÍNDICE DE GRÁFICOS

GRÁFICO 1 - PERCENTAGEM TEMPO SEMANAL PASSADO NAS CATEGORIAS DE ACORDO COM A IDADE ---------- 286

GRÁFICO 2 - PERCENTAGEM TEMPO SEMANAL PASSADO NAS CATEGORIAS DE ACORDO COM O SEXO ---------- 288

GRÁFICO 3 - PERCENTAGEM TEMPO SEMANAL PASSADO NAS CATEGORIAS DE ACORDO COM O ESTATUTO ---------- 290

GRÁFICO 4 – MÉDIA DA FREQUÊNCIA CARDÍACA NAS CATEGORIAS DE ACORDO COM A IDADE ---------- 292

GRÁFICO 5 – MÉDIA DA FREQUÊNCIA CARDÍACA NAS CATEGORIAS DE ACORDO COM O SEXO ---------- 294

GRÁFICO 6 – MÉDIA DA FREQUÊNCIA CARDÍACA NAS CATEGORIAS DE ACORDO COM O ESTATUTO ---------- 295

GRÁFICO 7 – PERCENTAGEM DE TEMPO SEMANAL NO NÍVEL MODERADO/INTENSO DE ACORDO COM A IDADE ---------- 303

GRÁFICO 8 – PERCENTAGEM DE TEMPO SEMANAL NO NÍVEL MODERADO/INTENSO DE ACORDO COM O SEXO ---------- 305

GRÁFICO 9 – PERCENTAGEM DE TEMPO SEMANAL NO NÍVEL MODERADO/INTENSO DE ACORDO COM ESTATUTO ---------- 306

ÍNDICE DE QUADROS

QUADRO 1 – MÉTODOS RECOMENDADOS POR SARIS (1985) PARA AVALIAR A ACTIVIDADE FÍSICA EM CRIANÇAS E JOVENS ---------- 128

QUADRO 2 – DISTRIBUIÇÃO DOS ELEMENTOS DA AMOSTRA POR SEXO, IDADE E ESTATUTO SÓCIO-ECONÓMICO ---------- 162

QUADRO 3 – DISTRIBUIÇÃO DOS ELEMENTOS DA SUB-AMOSTRA POR SEXO, IDADE E ESTATUTO SÓCIO-ECONÓMICO ---------- 162

QUADRO 4 – EXEMPLO DE UM QUADRO DE RESULTADOS DOS MONITORES DE FREQUÊNCIAS CARDÍACAS ---------- 178

QUADRO 5 – LIBERDADE PARA BRINCAR EM CASA E TEMPO DEDICADO À BRINCADEIRA - 190

QUADRO 6 – JOGOS PREFERIDOS DAS CRIANÇAS DENTRO DE CASA ---------- 193

QUADRO 7 – ACTIVIDADES REALIZADAS PELAS CRIANÇAS DENTRO DE CASA ---------- 196

QUADRO 8 – ACTIVIDADE LÚDICA DA CRIANÇA NO COMPUTADOR ---------- 199

QUADRO 9 – VISIONAMENTO TELEVISIVO DAS CRIANÇAS ---------- 201

QUADRO 10 – RELAÇÃO DA CRIANÇA COM O SEU BAIRRO (Satisfação/Preferências e Limitações) ---------- 204

QUADRO 11 – TEMPO DIÁRIO DE ACTIVIDADE LÚDICA DA CRIANÇA E AMIGOS PREFERENCIAIS DE PRÁTICA ---------- 208

QUADRO 12 – JOGOS PREFERIDOS DA CRIANÇA FORA DE CASA COM OS AMIGOS ---------- 212

QUADRO 13 – PRÁTICA DESPORTIVA DA CRIANÇA NO CLUBE (Actividade Praticada e Tempo de Prática) ---------- 215

QUADRO 14 - INFLUÊNCIAS, MOTIVAÇÕES E LIMITAÇÕES À PRÁTICA DE ACTIVIDADE FÍSICA DAS CRIANÇAS NA RUA OU CLUBE ---------- 219

QUADRO 15 - LIMITE GEOGRÁFICO DE BRINCADEIRA CONCEDIDO E MORADA DOS AMIGOS ---------- 228

QUADRO 16 – VISITAS A AMIGOS, FORMA DE DESLOCAÇÃO E ACOMPANHANTES NO TRAJECTO ---------- 231

QUADRO 17 - DESLOCAÇÕES A PÉ COM OUTRAS CRIANÇAS E MOTIVO DA DESLOCAÇÃO – 234

QUADRO 18 - INDEPENDÊNCIA NA TRAVESSIA DE RUAS E COMPANHIA PREFERENCIAL NOS PASSEIOS A PÉ ---------- 236

QUADRO 19 – MAIOR DISTÂNCIA PERCORRIDA A PÉ SOZINHO OU COM CRIANÇAS E TEMPO DE PERCURSO ---------- 239

QUADRO 20 - ACTIVIDADE ANDAR DE BICICLETA (Momento, Companhia e Limite Geográfico Concedido) ---------- 241

QUADRO 21 - TRAJECTO CASA/ESCOLA (Distância, Transporte e Acompanhantes no Percurso) ------ 246

QUADRO 22 - FREQUÊNCIA E TRAJECTO CASA/INSTUIÇÃO DE TEMPOS LIVRES (Distância, Transporte e Acompanhantes) ---------- 249

QUADRO 23 - FREQUÊNCIA E TRAJECTO CASA/PISCINA (Distância, Transporte e Acompanhantes) ---------- 251

QUADRO 24 – FREQUÊNCIA E TRAJECTO CASA/CLUBE (Distância, Transporte e Acompanhantes) 254

QUADRO 25 – LIBERDADE CONCEDIDA ÀS CRIANÇAS E PRINCIPAIS OBSTÁCULOS PARA A ACTIVIDADE LÚDICA E INDEPENDÊNCIA DE MOBILIDADE ---------- 260

QUADRO 26 – LIBERDADE CONCEDIDA E PRINCIPAIS OBSTÁCULOS PARA ANDAR DE BICICLETA, PATINS OU SKATE ---------- 263

QUADRO 27 – OPINIÃO DOS PAIS SOBRE ASPECTOS DA ACTIVIDADE FÍSICA E INDEPENDÊNCIA DE MOBILIDADE DOS SEUS FILHOS ---------- 267

QUADRO 28 – PERCENTAGEM E COMPARAÇÃO (ANOVA) DE TEMPO SEMANAL PASSADO NAS DIFERENTES CATEGORIAS PELA TOTALIDADE DA AMOSTRA E DE ACORDO COM A VARIÁVEL IDADE ---------- 284

QUADRO 29 – RESULTADOS DO TESTE DE SCHEFFE NAS CATEGORIAS ONDE FORAM DETECTADAS DIFERENÇAS SIGNIFICATIVAS ---------- 284

QUADRO 30 – PERCENTAGEM E COMPARAÇÃO (T TESTE) DE TEMPO SEMANAL PASSADO NAS DIFERENTES CATEGORIAS DE ACORDO COM A VARIÁVEL SEXO --------- 288

QUADRO 31 – PERCENTAGEM E COMPARAÇÃO (T TESTE) DE TEMPO SEMANAL PASSADO NAS DIFERENTES CATEGORIAS DE ACORDO COM A VARIÁVEL ESTATUTO SÓCIO-ECONÓMICO ---------- 289

QUADRO 32 – MÉDIA E COMPARAÇÃO (ANOVA) DA FREQUÊNCIA CARDÍACA NAS DIFERENTES CATEGORIAS PELA TOTALIDADE DA AMOSTRA E DE ACORDO COM A VARIÁVEL IDADE ---------- 291

QUADRO 33 – RESULTADOS DO TESTE DE SCHEFFE NAS CATEGORIAS ONDE FORAM DETECTADAS DIFERENÇAS SIGNIFICATIVAS ---------- 291

QUADRO 34 – MÉDIA E COMPARAÇÃO (T TESTE) DA FREQUÊNCIA CARDÍACA NAS DIFERENTES CATEGORIAS DE ACORDO COM A VARIÁVEL SEXO ---------- 293

QUADRO 35 – MÉDIA E COMPARAÇÃO (T TESTE) DA FREQUÊNCIA CARDÍACA NAS DIFERENTES CATEGORIAS DE ACORDO COM A VARIÁVEL ESTATUTO SÓCIO-ECONÓMICO ---------- 295

QUADRO 36 – PERCENTAGEM DE TEMPO NOS DIFERENTES NÍVEIS DE INTENSIDADE DA ACTIVIDADE FÍSICA EM CADA UMA DAS CATEGORIAS PARA A TOTALIDADE DA AMOSTRA ---------- 300

QUADRO 37 – PERCENTAGEM DE TEMPO NOS DIFERENTES NÍVEIS DE INTENSIDADE DA ACTIVIDADE FÍSICA EM CADA UMA DAS CATEGORIAS DE ACORDO COM A VARIÁVEL IDADE ---------- 301

QUADRO 38 – PERCENTAGEM E COMPARAÇÃO (ANOVA) DE TEMPO SEMANAL PASSADO NO NÍVEL MODERADO/INTENSO NAS DIFERENTES CATEGORIAS DE ACORDO COM A VARIÁVEL IDADE ---------- 302

QUADRO 39 – RESULTADOS DO TESTE DE SCHEFFE NAS CATEGORIAS ONDE FORAM DETECTADAS DIFERENÇAS SIGNIFICATIVAS ---------- 302

QUADRO 40 – PERCENTAGEM DE TEMPO NOS DIFERENTES NÍVEIS DE INTENSIDADE DA ACTIVIDADE FÍSICA EM CADA UMA DAS CATEGORIAS TENDO EM CONTA A VARIÁVEL SEXO ---------- 303

QUADRO 41 – PERCENTAGEM E COMPARAÇÃO (T TESTE) DE TEMPO SEMANAL PASSADO NO NÍVEL MODERADO/INTENSO NAS DIFERENTES CATEGORIAS DE ACORDO COM A VARIÁVEL SEXO ---------- 304

QUADRO 42 – PERCENTAGEM DE TEMPO NOS DIFERENTES NÍVEIS DE INTENSIDADE DA ACTIVIDADE FÍSICA EM CADA UMA DAS CATEGORIAS DE ACORDO COM A VARIÁVEL ESTATUTO SÓCIO-ECONÓMICO ---------- 305

QUADRO 43 – PERCENTAGEM E COMPARAÇÃO (T TESTE) DE TEMPO SEMANAL PASSADO NO NÍVEL MODERADO/INTENSO NAS DIFERENTES CATEGORIAS DE ACORDO COM A VARIÁVEL ESTATUTO ---------- 308

VOLUME II

ÍNDICE DE ANEXOS

ANEXO 1 - CARTA AOS DIRECTORES DAS ESCOLAS ---------- 368

ANEXO 2 – MANUAL DO COLABORADOR ---------- 370

ANEXO 3 – QUESTIONÁRIO ÀS CRIANÇAS ---------- 377

ANEXO 4 – QUESTIONÁRIO AOS PAIS ---------- 385

ANEXO 5 – CLASSIFICAÇÃO NACIONAL DAS PROFISSÕES ---------- 387

ANEXO 6 - JOGOS PRATICADOS PELAS CRIANÇAS DENTRO DE CASA ---------- 389

ANEXO 7 – JOGOS PRATICADOS PELAS CRIANÇAS FORA DE CASA ---------- 404

ANEXO 8 – BASE DE DADOS DOS QUESTIONÁRIOS ---------- 417

ANEXO 8.1 – BASE DE DADOS SOBRE ACTIVIDADE FÍSICA DAS CRIANÇAS ---------- 418

ANEXO 8.2 –BASE DE DADOS SOBRE INDEPENDÊNCIA DE MOBILIDADE DAS CRIANÇAS ---------- 435

ANEXO 8.3 – BASE DE DADOS SOBRE ACTIVIDADE FÍSICA E INDEPENDÊNCIA DE MOBILIDADE DAS CRIANÇAS NA OPINIÃO DOS PAIS ---------- 448

ANEXO 9 – TABELAS SEMANAIS DE ACTIVIDADE ---------- 457

ANEXO 10 – CATEGORIZAÇÃO DA ACTIVIDADE FÍSICA E MOBILIDADE SEMANAL ---------- 584

ANEXO 11 – TABELAS DA MONITORIZAÇÃO DA FREQUÊNCIA CARDÍACA SEMANAL DAS CRIANÇAS ---------- 586

ANEXO 12 – TABELAS DA PERCENTAGEM DE TEMPO PASSADO NAS DIFERENTES CATEGORIAS ---------- 715

ANEXO 13 – TABELAS DA MÉDIA DA FREQUÊNCIA CARDÍACA SEMANAL DAS CRIANÇAS --- 724

ANEXO 14 – TABELAS DE INTENSIDADE DA FREQUÊNCIA CARDÍACA SEMANAL DAS CRIANÇAS ---------- 729

ANEXO 15 – PROVAS ESTATÍSTICAS ---------- 740

ANEXO 15.1 – PROVAS ESTATÍSTICAS SOBRE A PERCENTAGEM DE TEMPO NAS DIFERENTES CATEGORIAS ---------- 741

ANEXO 15.2 – PROVAS ESTATÍSTICAS DA MÉDIA DA FREQUÊNCIA CARDÍACA NAS DIFERENTES CATEGORIAS ---------- 782

ANEXO 15.3 – PROVAS ESTATÍSTICAS DA PERCENTAGEM DE TEMPO NO NÍVEL MODERADO/INTENSO NAS DIFERENTES CATEGORIAS ---------- 828

INTRODUÇÃO

1.1 – Os pontos de partida

A história do homem, tem demonstrado que todas as suas criações, porque situadas numa relação espaço-temporal concreta, têm a sua génese e o seu contexto de emergência e concretização. O ser humano apresenta-se como actor e espectador que vai construindo a realidade à sua volta, transformando-a dentro de certos padrões que obedecem a um processo histórico colectivo, marcado por um conjunto de relações das quais ele próprio faz parte. A tentativa de explicar e prever o comportamento humano é tão antiga como o próprio homem, pois desde sempre ele procurou compreender-se e compreender os outros (Duarte, 1999), no entanto, esta tem sido uma tarefa árdua, uma vez que, o desenvolvimento humano implica a harmonização de sucessivos e estruturantes crescimentos, o alcance da plenitude de atitudes e comportamentos procurando-se a libertação de constrangimentos que impedem o pleno desenvolvimento individual e social, do ponto de vista físico, moral, intelectual e estético (Feio, 1985). O estudo do desenvolvimento humano, seja qual for a sua dimensão ou parâmetro considerado (Neto, 1998), deve visualizar o indivíduo como um sistema complexo e organizado que vive num contexto físico e sócio-cultural próprio. È por isso importante que a investigação ao nível das formas de vida humanas, procurem uma visão larga do fenómeno, isto é, deve ter-se em conta além dos aspectos visíveis e exteriormente associados às transformações económicas, sociais e familiares, também aqueles, que apenas podem ser percepcionados quando vistos de perto (por dentro).

O estudo do desenvolvimento humano, tem vindo a sofrer nos últimos anos mudanças nos paradigmas de investigação levados a cabo por várias ciências (psicologia, sociologia,...), assentando esta mudança numa tentativa de construir uma nova teoria social do conhecimento e num certo pragmatismo científico, que

conduza à solução de problemas que se põem à humanidade e que são fruto da evolução. O modelo de análise comportamental, tem evoluído para perspectivas mais alargadas de análise dos comportamentos de acordo com os vários contextos onde ocorrem, sendo a perspectiva unidireccional muito em voga até aos anos 60, posta em causa por ser muito incompleta e reducionista. Bronfenbrenner (1979) refere mesmo, que esta perspectiva provocou uma hipertrofia da teoria e da investigação centrada nas características dos indivíduos, uma vez que caracterizava apenas de forma rudimentar o ambiente que envolvia o sujeito. O autor acrescenta que a escassez de investigação ao nível dos contextos, tem a ver com a ausência de um quadro teórico apropriado à análise dos ambientes em que as pessoas vivem, faltando uma taxonomia específica para os analisar em termos evolutivos e para avaliar o desenvolvimento em função de parâmetros ambientais relevantes. Fernandes (1992) afirma que as preocupações anteriores tomaram novos rumos, uma vez que os estudos mais recentes evidenciaram já uma tendência que reconheceu o desenvolvimento do indivíduo como um processo contínuo, que deve ter em conta, para além dos aspectos ligados à maturação do sistema nervoso (que permite uma progressiva adaptação ao meio ambiente) também, as condições ambientais onde ele evolui e estabelece as suas relações. Torna-se por isso determinante, encarar o indivíduo no seio da sociedade da qual faz parte, tornando extensiva a noção de adaptação a um conceito amplo da ecologia (Barreiros, 1991). Esta investigação está precisamente dentro desse contexto, isto é, procura-se compreender melhor a relação que as crianças estabelecem com o envolvimento (através das actividades e mobilidade aí efectuadas) durante o seu crescimento individual.

1.2 – Os contextos

As transformações ocorridas neste final de século marcam definitivamente uma nova era na vida das populações com implicações profundas nos seus estilos de vida. A revolução científica e tecnológica introduziram grandes mudanças estruturais que influenciaram de forma significativa os modos de vida, as noções e hábitos de uso do tempo e espaço, a produção, as formas e conteúdos dos consumos, as tecnologias usadas, os hábitos do quotidiano e as próprias expectativas das pessoas. O fenómeno da urbanização ou da concentração populacional em meios urbanos tem-se acentuado de dia para dia, provocando um processo caracterizado pela mudança da actividade, da especialização sectorial e uma nova relação com o envolvimento. A grande maioria das pessoas passou a viver no meio urbano em blocos de betão, recortados por estradas de alcatrão, sendo esses espaços de extrema funcionalidade mas pouco personalizados. A falta de espaço obriga ao crescimento vertical das cidades, com uma consequente diminuição do espaço destinado às áreas de lazer próprias para a realização de actividades lúdicas, tornando-se os espaços livres que durante muito tempo permaneceram grandes cada vez mais reduzidos.

As características das sociedades pós industriais (hábitos sedentários, stress emocional, inactividade física...) e o nascimento de uma sociedade da informação que se reveste de uma padronização excessiva dos valores atitudes e comportamentos, provocou de igual modo, uma grande mudança na estrutura familiar, escolar e social, com implicações profundas no mundo da infância. As crianças perderam, segundo Neto (1997), muitas das referências e padrões de socialização tradicionais, crescendo e adaptando-se a um contexto social e cultural bastante complexo e incerto, inundado por uma multiplicidade de canais de informação que lhes torna a vida do dia a dia cada vez mais complicada. O autor refere mesmo que surgiu na vida das crianças um novo paradigma de vida.

O quadro de mudanças e constrangimentos sociais vividos nesta sociedade contemporânea nas últimas décadas (principalmente no meio urbano), fomentou um grande interesse pelas problemáticas associadas à infância e juventude, despoletando neste final de século debates por parte dos mais diversos sectores (político, social, económico...), disputando audiências televisivas e ocupando lugares de destaque nos meios de comunicação social. Em Portugal como em todo o mundo, há indicadores que assinalam a entrada das condições sociais de vida das crianças no universo das referências quotidianas como se pode observar nas palavras de Pais (1996):

> *"Todas as mudanças sociais verificadas nos últimos anos, convergem e influenciam de forma significativa a vida diária das populações, com implicações profundas na vida diária das crianças e jovens, nas suas diferentes componentes (autonomização material, comportamentos de consumo e familiares, sistema de aspirações, valorações sociais, etc.), motivando por isso a discussão em torno desta problemática (Pais, 1996, p.10)*

No campo investigativo, houve também um despertar profundo sobre esta nova realidade, aparecendo novas áreas científicas para além das tradicionais (medicina, psicologia do desenvolvimento e pedagogia) a debruçarem-se sobre o fenómeno social da infância, concebida como uma categoria social autónoma, analisável nas suas relações com a acção e a estrutura social (Sarmento e Pinto, 1997). A nível académico surgem em Portugal bastantes trabalhos ao nível de Mestrados e Doutoramentos que apresentam muitas novidades ao nível da articulação entre os mundos da infância e as diferentes áreas de acção social, motivando publicações no âmbito de diferentes áreas científicas. Surgem relatórios que consideram aspectos específicos da situação social da infância (pobreza e trabalho infantil e maus tratos, problemas ao nível da saúde e educação...), revelando estas ocorrências um interesse subjacente pelas vidas durante a infância e juventude em meio urbano.

1.3 – Campo de estudo / interrogações

Estudar as crianças é estudar-nos a nós mesmos, é estudar um pouco daquilo que fomos, um pouco daquilo que somos. Estudar a criança é estudar o futuro, e estudar o futuro da criança, é estudar o nosso próprio futuro, o futuro da humanidade, por isso, consideramos que uma reflexão sobre o mundo infantil é reflectir os nossos problemas e os do mundo em que vivemos. Estamos de acordo com Tani (1998) quando refere, que é importante que os adultos envolvidos e preocupados com o mundo infantil se preocupem com as dimensões macroscópicas do futuro da criança, e não apenas com as dimensões microscópicas do seu presente, embora estas se constituam como um bom ponto de partida para se poder intervir nas outras mais abrangentes. Interpretar as representações e modos de vida no dia a dia das crianças, constitui um precioso meio de acesso à infância como categoria social, mas também às próprias estruturas e dinâmicas sociais que a envolvem.

O estudo que aqui apresentamos, procura realçar os quotidianos infantis na sua relação com os espaços e tempos sociais. Procuramos conhecer uma realidade bem concreta que é a criança, reconhecendo a imperiosa necessidade de determinar os mecanismos sociais, educativos e culturais que favoreçam o seu desenvolvimento harmonioso e equilibrado.

Porquê estudar o mundo da criança na sua relação com o envolvimento?

Porque entendemos que o comportamento de um indivíduo, não se deve estudar desligado, nem do sujeito desse comportamento, nem das condições concretas e significativas onde ele se desenvolve e de cuja interacção é resultante. O comportamento do indivíduo é sempre subjectivo, na medida que não está isolado em si mesmo, mas sim em contínua interacção com o mundo que o rodeia. É a partir

da organização e estruturação do seu espaço e na relação que com ele estabelece, que existe uma determinação selectiva das actividades e relações sociais que são possíveis de desenvolver. A interacção entre a pessoa e o meio envolvente, revela uma simbiose onde um e outro se reforçam reciprocamente, assumindo um valor muito importante principalmente durante a infância, pois é com base nesta interacção que a criança constrói a sua identidade. Quando se estuda o mundo das crianças é importante ter em conta os seus contextos de pertença, é indispensável considerar a multivariedade sincrónica dos níveis e factores que a colocam numa posição específica na estrutura social, é fundamental considerar os factores dinâmicos que possibilitam que ela, na interacção com os outros produza e reproduza continuamente essa estrutura. Neto (1998) refere que os estudos relacionados com o desenvolvimento da criança, devem procurar compreender a complexidade do fenómeno de acordo com uma teoria ecológica alicerçada numa visão não linear do processo, uma abordagem que não seja determinista, mas sim baseada na compreensão mais exacta dos seus contextos de vida real. É importante equacionar o desenvolvimento da criança, como um processo de auto-organização e auto-controle progressivo, atendendo às percepções e experiências estabelecidas com o mundo exterior, pois importa compreender a relação existente entre as fronteiras das representações mentais, dinâmicas de acção e influência de parâmetros contextuais com o envolvimento físico e cultural.

É por isso fundamental estudar o desenvolvimento da criança, levando em linha de conta as múltiplas relações que estabelece dentro de um ecossistema onde se move, considerando a natureza individual de cada um, no quadro relacional múltiplo e dinâmico que constitui o plano da estrutura e da acção social. Consideramos por isso, que o estudo das suas rotinas de vida, das actividades desenvolvidas, relações estabelecidas e a forma como elas se apropriam do mundo

que as envolve é fundamental para poder justificar determinadas atitudes e comportamentos do seu dia a dia.

Porquê estudar a criança como fonte de informação directa ?

Consideramos que uma metodologia que incida na recolha da informação directamente junto das crianças e onde se solicite a sua intervenção de forma participada, assume um grande valor uma vez que permite recolher a expressão da sua acção e respectiva monitorização reflexiva. Concordamos por isso com Pinto e Sarmento (1997) quando referem que uma boa forma de perceber as realidades da infância é ter como foco principal a própria criança, considerá-la como objecto de pesquisa, a partir da qual se estabelecem as conexões com os diferentes contextos e campos de acção onde intervém. Os autores acrescentam mesmo que :

> "Ao preconizar-se o estudo das crianças partindo de si próprias, não se sustenta a abordagem solipsista das actividades infantis nem se reclama o isolamento do objecto de estudo, pelo contrário sustenta-se a indispensabilidade da disposição interdisciplinar capaz de compreender e interpretar a multivariedade dos factores que constróem a infância" (Pinto e Sarmento, 1997, p. 25)

O estudo das crianças partindo delas próprias permite descortinar uma outra realidade social que emerge das suas próprias interpretações sobre a sua vida diária, e revelar fenómenos sociais que o olhar do adulto tem por vezes dificuldade em descortinar. Pinto (1995) reforça a ideia anterior, referindo que se podem apontar dois postulados importantes para conhecimento do mundo das crianças através da sua opinião; o primeiro, diz que as crianças têm consciência das suas ideias, sentimentos, desejos e expectativas e são capazes de expressa-los desde que haja quem as queira ouvir; o segundo, aponta para a existência de determinadas

realidades sociais que apenas podem ser descobertas, aprendidas e analisadas se partirem do ponto de vista da própria criança.

Pais (1996) refere que para além das informações que se podem obter tendo por base a própria criança, é também fundamental ao investigador "penetrar" nos seus modos de vida, nas suas sociabilidades, nos seus percursos e actividades pois só dessa forma poderá ter uma visão mais clara e compreender melhor a vida das crianças e jovens. Portugal (1992) reforça as ideias anteriores, referindo que é importante para além de ouvir os intervenientes, observar directamente os seus comportamentos, pois só dessa forma se conseguirá diferenciar o que se passa na realidade, daquilo que se pensa que se passa, isto é, do que se supõe estabelecido teoricamente, importa não recorrer apenas a uma aplicação uniforme de conceitos, mas que haja uma problematização baseada no que acontece realmente. Não devemos por isso limitar a realidade a esquemas pré-concebidos, porque dessa forma é-nos difícil avançar na descoberta dessa mesma realidade.

Porquê estudar a independência de mobilidade e actividade física das crianças?

Ao identificar os comportamentos, práticas e rotinas sociais das crianças, em actividades espacial e temporalmente situadas, pretendemos estabelecer ou salientar alguns aspectos relevantes para um desenvolvimento bio-psico-social da infância. Os estudos que esclareçam a natureza, consequências, potencial e valor das interconexões que acontecem na vida das crianças para o seu bem estar e da sociedade onde estão inseridas, têm na nossa opinião um significado importante, não apenas a nível científico pela compreensão das forças que afectam o processo de desenvolvimento do indivíduo, mas também ao nível da prática social.

A evolução da sociedade movida pela industrialização e mecanização das tarefas associado ao desenvolvimento tecnológico e ao fenómeno crescente da

urbanização, provocou profundas alterações nos padrões de vida das sociedades contemporâneas, "empurrando-as" para uma brusca sedentarização, motivada pela diminuição das exigências físicas no trabalho manual, hábitos não activos de lazer (televisão, computador...), crescente trabalho intelectual, uso do automóvel e do elevador, entre muitos outros. As potencialidades de movimento de que está dotado o corpo humano viram-se desta forma reduzidas, fazendo despoletar um interesse crescente por parte de diferentes autores, pertencentes a diferentes quadrantes científicos e a vários países, procurando respostas que permitam contrariar os efeitos negativos provocados pelo sedentarismo crescente, valorizando as perspectivas biológicas e sociais da actividade física no desenvolvimento humano (Prista, 2000).

As atitudes predominantemente sedentárias das populações adultas depressa se reflectiram no mundo das crianças, traduzindo-se aqui invariavelmente como um desvio à normalidade. Esta constatação fez com que a partir da década de 60, os investigadores se preocupassem também com a actividade física durante a infância e adolescência. Desde então, muitos progressos tem havido, reflectindo-se este facto na literatura publicada e sua divulgação em diferentes eventos. Lima (1991) refere mesmo que a importância atribuída à actividade física durante a infância foi tal, que fez despertar um interesse especial a nível clínico, procurando servir como meio de diagnóstico, prevenção e terapêutica para diferentes doenças pediátricas. Neto (2001) acrescenta que a investigação sobre a actividade física e mobilidade durante a infância e adolescência é fundamental para se poder compreender, que políticas de articulação e harmonização é preciso desenvolver entre os diferentes agentes, no sentido de procurar ultrapassar as condicionantes impostas e que são prejudiciais ao seu desenvolvimento harmonioso.

Os estudos realizados sobre as actividades físicas das crianças nas suas rotinas de vida e a forma como se apropriam dos espaços, são na nossa opinião fundamentais. Consideramo-las componentes essenciais para a qualidade de vida

das crianças, e acreditamos que a necessidade de actividade física e jogo espontâneo é fundamental para a delimitação de hábitos de vida saudável para a promoção de uma vida activa durante a infância, e também, que a independência de mobilidade é determinante nas representações cognitivas do envolvimento, principalmente numa sociedade onde as possibilidades de acção têm decrescido nos últimos tempos, levando mesmo alguns investigadores (Neto, 2001), a referir os conceitos de "criança padrão" e "criança super-protegida" com dificuldades de mobilidade no meio ao qual pertence.

De acordo com o que foi referido, consideramos importante aprofundar os estudos nesta área, prestando atenção à diversidade de contextos de acção (espaço residencial, espaço público, espaço de jogo formal e informal, trajectos efectuados...), perceber os tipos de actividade e formas de deslocamento mais comuns, bem como as diferenças do género existentes em diferentes contextos sócio-culturais e geográficos. Importa esclarecer a influência da diversidade de factores sociais e culturais que podem influenciar os padrões de actividade física e independência de mobilidade, e também os efeitos concretos das assimetrias sociais, nível de qualidade ambiental, espaços e equipamentos disponíveis, uma vez que a relação existente entre o organismo e o seu contexto é determinante para a interpretação das suas rotinas de vida diária.

Neste estudo, temos como grandes objectivos procurar conhecer as actividades físicas de tempos livres e a independência de mobilidade das crianças, saber quais são as influências e as razões que levam à prática e os obstáculos que nela podem interferir. Saber na opinião dos pais quais são os principais obstáculos que interferem na actividade física de tempos livres e independência de mobilidade dos seus filhos no meio urbano, e também conhecer a intensidade das actividades físicas de tempos livres e de mobilidade semanais das crianças após o período escolar. Pretendemos assim, contribuir para o alargamento e fortalecimento dos

conhecimentos nesta área, por forma a ajudar a encontrar caminhos ou processos explicativos (validade ecológica) e modelos de intervenção mais aproximados às necessidades e constrangimentos dos contextos de vida das crianças e jovens dos nossos dias.

Para responder às questões anteriores foram realizadas entrevistas (questionários) às crianças e aos seus pais, preenchimento de diários de actividades e monitorização das frequências cardíacas das crianças durante os tempos livres.

De acordo com a metodologia científica, estruturamos este nosso trabalho em cinco (5) partes, que passamos a enunciar:

1ª Parte – Revisão da literatura onde procuramos situar a temática através de uma bibliografia especializada dentro do campo de estudo a investigar, e onde procuramos dar conta do estado do problema.

2ª Parte – Organização e planificação do estudo onde apresentamos o problema e sub-problemas, definimos as variáveis e apresentamos as grandes questões que nortearam o estudo e as suas limitações, caracterizamos a amostra, apresentamos os métodos e procedimentos na recolha dos dados e a forma como foram analisados.

3ª Parte – Apresentação e discussão dos resultados obtidos através dos instrumentos de recolha dos dados (entrevistas/questionários, diários de actividade e monitores de frequência cardíaca).

4ª Parte – Apresentação das limitações, conclusões do estudo de acordo com as grandes questões formuladas, e formulação de algumas recomendações para futuros trabalhos.

5ª Parte – Apresentação da bibliografia consultada para a realização do estudo.

Gostaríamos de terminar dizendo que este trabalho pretende ser um reflexo do presente da infância e representa uma etapa, um desafio, um sonho.

1ª PARTE
REVISÃO DA LITERATURA

1 - Introdução

Pais (1996) refere que quando se procura estudar uma determinada realidade, que é neste caso os mundos da infância, é importante entender determinados fenómenos e mecanismos explicativos dessa mesma realidade, é importante mergulhar no seu processo histórico-social e conhecer o contributo dos muitos teóricos que sobre ela se debruçaram ao longo dos anos, perceber as relações estabelecidas com o envolvimento e os condicionalismos externos que poderão influenciar o seu desenvolvimento e os seus modos de vida.

A revisão da literatura deste estudo encontra-se estruturada em torno de duas grandes temáticas: O mundo contemporâneo como um todo social, e o mundo da infância como um campo particular. Partimos do global para o específico, do todo para as partes, cientes que estas apenas podem ser perceptíveis quando incluídas dentro do conjunto. Começamos por fazer uma abordagem ao mundo social contemporâneo, destacando as principais transformações aí ocorridas e suas repercussões nos estilos de vida das pessoas, passando de seguida à abordagem do mundo da infância fazendo uma deambulação pelo seu contexto sócio-histórico, apresentando algumas teorias que ajudaram ao longo dos tempos a ter uma visão mais clara sobre as crianças, e que confluíram para uma teoria na qual se pode inscrever a nossa investigação (teoria ecológica do desenvolvimento da criança); faremos depois uma abordagem aos contextos da infância como grupo social específico ligado aos meios sócio-cultural e sócio-espacial; faremos uma incursão aos quotidianos e rotinas de vida das crianças, abordando os conceitos de tempos livres, actividade física e autonomia, culminando com uma apresentação de estudos realizados acerca das rotinas de vida, actividade física e a independência de mobilidade por parte da criança no seu dia a dia .

2 – UM OLHAR SOBRE O MUNDO SOCIAL CONTEMPORÂNEO

2.1 – Um mundo em mudança - rumo a uma nova sociedade

Para compreender a vida humana é fundamental ter uma visão larga do fenómeno. É necessário conhecer o conjunto de transformações culturais, sociais, políticas e históricas que ocorreram e ocorrem no envolvimento onde decorre a vida do indivíduo. É necessário debruçarmo-nos sobre as influências dos ritmos de mudança que marcam o seu desenvolvimento pessoal e interpessoal.

O mundo contemporâneo é cenário de rápidas e profundas transformações sócio económicas (desenvolvimento da economia, mobilidade social, novas formas de emprego, novas formas qualitativas e quantitativas de desemprego...), mudanças sociais, familiares e individuais, bem como no sistema de valores e normas que lhe estão associados, e também mudanças que atingem os domínios da ciência e da tecnologia. O sociólogo Giddens (1995) refere mesmo que em nenhum momento na história da humanidade as coisas mudaram tanto e tão repentinamente como nos últimos tempos, baseando esta sua afirmação no historiador económico Landes quando refere que :

> *"A velocidade e a quantidade da mudança nos tempos actuais é elevada e está muito interligada à taxa de desenvolvimento tecnológico, pois é a tecnologia moderna que impulsionou a produção de bens e serviços que permitiram a transformação mais profunda na vida do homem desde a descoberta do fogo"(Landes, 1969, p. 5).*

Rodrigues (1999) partilha a opinião de Giddens, afirmando que :

> *"A velocidade, o radicalismo e a volatilidade das transformações sociais ocorridas no planeta nas duas ultimas décadas deixaram atónitos os especialistas, que por dever de profissão devem procurar compreendê-las e explicá-las. (...) Se consenso existe no campo das ciências sociais, ele reside na assunção de que a única certeza é a de que estamos a viver num mundo de incertezas" (Rodrigues, 1999, p.95).*

Partindo do exposto podemos afirmar que estamos perante uma nova fase de transição histórica na vida da humanidade que, para alguns autores, onde se destaca Giddens, se apresenta como um tempo de transição entre duas fases de uma mesma época, negando uma ruptura com a fase antecedente (designando os novos tempos como modernidade tardia, avançada, radical ou reflexiva), enquanto que para outros (Crook, Pakulski e Waters, e Boaventura Santos) estamos a viver o momento de transição entre duas épocas, optando pelo uso do prefixo "pós" para designar o mundo actual (pós-industrial, pós-materialista, pós-moderno) (Dores, 1994).

Em finais dos anos 60, princípios dos anos 70, vários sociólogos ilustres[1] referiram de forma clara que o conjunto de transformações ocorridas no mundo contemporâneo operaram uma mudança rumo a uma nova sociedade, tão diferente da sociedade industrial como esta fora anteriormente da sociedade agrária. Nesta nova sociedade, o trabalho, a diversão, a educação, as relações familiares e as estruturas de opinião têm de se adaptar às pressões e oportunidades das novas forças técnicas. Aparecem novos movimentos sociais baseados em etnicidade, sexo e localidade (Kumar, 1997). A vida política, económica e cultural é muito influenciada por factos que ocorrem a nível global, seguindo uma lógica conhecida do desenvolvimento capitalista que procura "economias de escala" onde predomina a padronização e a homogeneidade. Apareceram as chamadas "cidades globais" que se assumem como centros controladores da circulação de imagens, informações, bens e serviços; surge também o que Boyer (1990) chama "um sistema de monotonia serial...", criando-se ambientes urbanos quase idênticos em diferentes cidades de diferentes países, influenciando o ritmo e os modos de vida das populações que tendem, também eles, a reproduzir-se e a seguir padrões bastante uniformes.

[1] Drucker (1969) "The Age of Discontinuity".; Toffler (1970) "Future Shock".; Bell (1970) " The Coming of Post-Industrial Society".

Atendendo ao que foi referido, estamos convictos que a complexidade da configuração do mundo social contemporâneo é em boa parte influenciado pelo que tem sido designado como processo de globalização. Por isso, estamos de acordo com a maioria dos autores referenciados, quando dizem que estamos a entrar numa nova era da história da raça humana denominada "Era Global".

2.1.1 – Despertar de um novo sistema – O reino da Globalização

A globalização é um termo muito em voga e corrente no nosso dia a dia, tanto pelo discurso científico (no campo de várias ciências, tais como a sociologia, a psicologia social...), político e jornalístico. Trata-se de um conceito que, na opinião de Rodrigues (1999), sofreu algum "desgaste" por um uso recorrente e, por vezes, é transformado numa espécie de panaceia que serve para encobrir todos os males ou todas as virtudes, nos actuais processos de mudança sócio-económica.

A globalização da actividade social é, de certo modo, um processo de desenvolvimento de laços genuinamente mundiais e relaciona um entrelaçar de eventos e relações sociais "à distância" com as contextualidades locais.

Rodrigues (1999) refere que quando se fala em globalização, é importante fazer uma análise com base em três pontos fundamentais de discussão:

- Num primeiro ponto, o autor refere que não se devem confundir os conceitos de globalização com os de internacionalização porque são coisas diferentes. Para Featherstone (1990), a internacionalização está relacionada com a troca inter-estados-nação, enquanto a globalização se apresenta como um processo mais complexo que não se circunscreve ao esbater das fronteiras nacionais e barreiras comerciais, exigindo uma reflexão sobre as transformações historicamente recentes do sistema económico capitalista;

- Um segundo ponto deriva de uma conexão quase exclusiva da globalização com a sua dimensão económica em detrimento das dimensões cultural e ambiental. O autor refere que a intensificação de mobilidade à escala global não se reduz à

mobilidade da economia e, muito menos, à mobilidade do capital. Lash e Urry (1994) referem que, para além da dimensão económica, é necessário levar em linha de conta a dimensão cultural, porque a crescente intensificação da capacidade de mobilidade dos objectos (capital, imagens e signos), e também das pessoas e suas culturas assume um papel fundamental na sociedade contemporânea. Por outro lado, também não devemos descurar a dimensão ambiental porque os problemas aí levantados repercutem-se ao nível do global, reflectindo-se na consciência e extensão dos riscos potenciais de uma crise ecológica planetária que induzem práticas e estilos de vida, e desse modo, novas formas culturais que, tanto podem contribuir para novos alinhamentos sociais, como para reforçar processos de individualização na inserção social dos indivíduos.

- Num terceiro ponto Rodrigues (1999) refere que a globalização foi muitas vezes confundida com um processo de crescente homogeneização cultural e social, como se ela pudesse resultar na aniquilação das diferenças e heterogeneidades de todo o tipo. É importante que a dimensão cultural da globalização não seja confundida com uma qualquer tendência de homogeneização global, pois a tendência homogeneizante, reside necessariamente na circulação global de signos, imagens, ideias e estilos, resultando a apropriação dos mesmos pelos indivíduos em complexos processos que heterogenizam práticas, valores, identidades e estilos de vida.

A globalização implica novos problemas que ultrapassam em larga medida as lógicas e capacidades de acção nacional ou local, o que não quer dizer que a globalização económica, cultural ou ambiental anule as especifícidades locais, ou que as influências contextuais da globalização sejam homogéneas e uniformes. Como respostas às influências e problemas, assim como às vantagens e novos desafios, os contextos locais de acção e decisão política, económica, social, cultural e identitária reagem de forma muito diversificada. Sobre este assunto Giddens (1994) refere que a globalização não diz respeito apenas aos fluxos globais das grandes escalas planetárias, mas também aos contextos locais e mesmo pessoais de

experiência social, a que alguns autores chamam de microglobalização. Com o processo de globalização, a sociedade tende a tornar-se progressivamente um espaço aberto, onde as estruturas e as representações sociais se tornam permeáveis por osmose às mudanças, adquirindo um maior grau de variabilidade (Fernandes 1994).

2.1.2 – Urbanidade, mudanças sociais, emergência de novos estilos de vida

Nesta "era global" de grandes transformações, alguns podem ser os factores apontados como geradores das mudanças económicas, políticas, sociais e culturais que influenciaram directa ou indirectamente o dia a dia das populações. Autores como Drucker (1969), Bell (1980a) e Castels (1989) que dedicaram os seus estudos às sociedades contemporâneas referem que são indiscutivelmente as novas tecnologias da informação o factor mais importante e aquele que mais influiu nas grandes transformações operadas na sociedade. Kumar (1997) reitera esta afirmação, tomando por base as palavras de Wiener quando diz que

> *"A informação como conceito chega ao mundo trazendo consigo nuvens de glória apresentando-se como um requisito para a nossa sobrevivência. Permite o necessário intercâmbio com o ambiente em que vivemos e faz parte da essência da nossa vida interior na mesma medida em que faz parte da nossa vida em sociedade " (Wiener, 1968, p. 19).*

Toffler (1981) considera também a "revolução da informação" como o passo mais progressista, na sequência de mudanças que vêm transformando a sociedade humana desde os tempos mais remotos e, tal como as anteriores revoluções (agrícola e industrial) tiveram por base novas técnicas, novos tipos de energia e novas formas e forças de produção, as novas tecnologias determinam em toda a parte e de forma mais ou menos regular novas formas de vida e novas formas de estar na vida.

Hoje em dia parece não haver dúvidas sobre a importância e influência que as novas tecnologias da informação tiveram sobre a vida social, económica e cultural.

Alguns autores nos seus estudos[2] demonstraram o impacto que estas novas tecnologias têm sobre o mundo contemporâneo, afirmando que na maioria das áreas aceleraram e facilitaram a implementação de certas estratégias na administração das empresas, modificaram a natureza do trabalho em muitas profissões, contribuíram para a reestruturação das cidades, alteraram certas tendências ao nível do lazer e do consumo influindo de forma mais ou menos directa na vida diária das populações. A combinação de satélites, televisão, telefone e micro computadores contribuiu para um sistema unificado de conhecimentos que permite compartilhar todo um conjunto de informações ao nível do global. O aumento do conhecimento é qualitativo e não apenas quantitativo porque os novos meios de comunicação permitem não só a "irradiação" mas também a concentração (Bell, 1980a). A informação opera nos dias de hoje num contexto global, podendo o indivíduo ter acesso a uma rede electrónica de bibliotecas arquivos ou bancos de dados a qualquer momento através do computador pessoal sem ter necessidade de sair de casa. O autor citado salienta ainda a importância das telecomunicações, afirmando que

> *"O computador por si só, poderia transformar muitas das operações da sociedade industrial, mas o que gerou a sociedade da informação foi a convergência entre o computador e as telecomunicações. Esta união acabou com a antiga distinção entre processamento e disseminação do conhecimento" (Bell, 1980 a, p. 513).*

A sociedade da informação, tal como todas as ideologias, atende a algumas necessidades e expressa determinados aspectos importantes do dia a dia das populações nas sociedades contemporâneas. Webster e Robins (1989), reflectindo sobre as mudanças sociais, referem que a tecnologia da informação dirigida por interesses empresariais tem sido posta cada vez mais ao serviço do consumo interno das pessoas, modificando as suas rotinas diárias :

[2] Castells (1989) "*The Informational City : Information Technology, Economic Restructuring and the Urban-Regional Process*"; Sassen (1991) "*The Global City: New York, London, Tokio*" ; Lash e Urry (1994) "*Economies of Signs and Space*".

"Os meios electrónicos interferiram de forma directa no modo de vida das pessoas, "empurrando-as" ou "retendo-as" dentro de suas casas" (Webster e Robins,1989, p. 75)

Kumar (1997) partilha da opinião expressa anteriormente, acrescentando que os computadores e a televisão passaram a controlar grande parte do entretenimento e informação das pessoas, levando mesmo à necessidade de reconfigurar a organização espacial na habitação, que se tornou para além de local de repouso, um local de descoberta e de encontro com o mundo exterior. Os passeios familiares ou as idas a um bar, ao cinema ou ao teatro passaram muitas vezes a ser substituídos pelo visionamento de programas televisivos (colectiva ou individualmente), onde a oferta é cada vez maior (a videocassete, a TV por satélite e a TV por cabo). Os computadores caseiros fornecem acesso a um número infindável de jogos electrónicos, permitem estabelecer relações, conhecer novas pessoas e trocar ideias (através da Internet). Para além do entretenimento, os meios electrónicos permitem ainda um grande leque de opções às pessoas sem que estas tenham necessidade de sair de suas casas, por exemplo o "telebanking" permite que se realizem determinadas operações bancárias a partir de casa. O mesmo se poderá dizer do "telechoping" que permite a compra de uma série de produtos mostrados através do televisor. Podemos ainda acrescentar a "Tele-educação" que permite aprender sem ter necessidade de ir à escola. Toffler (1981) acrescenta ainda que o facto de hoje em dia muitos trabalhadores nas economias de serviço das sociedades industriais produzirem ou manipularem informações e não mercadorias, lhes permite trabalhar em casa ou a partir de casa, evitando desta forma as muitas vezes dispendiosas e demoradas deslocações para o escritório localizado no centro congestionado das cidades. A concentração no interior de casa denominada por Toffler (1981) "cabana electrónica" é, desta forma, o resultado de um certo número de tendências intelectuais e sociais convergentes surgidas no final deste século, tendo por base a ideia de sociedade da informação. As novas tecnologias proporcionaram a força ideológica propulsora para o retorno ao lar, após séculos de industrialização que

desmantelaram o lar pré-industrial e obrigaram as pessoas a procurar fora de casa trabalho e diversão.

Associado ao desenvolvimento tecnológico, o crescimento explosivo da população mundial e a concentração populacional em meios urbanos (a população urbana actual engloba cerca de 40% da população mundial total e estima-se que no início do século XXI superará os 50 %) são considerados como os traços mais evidentes da evolução do mundo moderno, contribuindo para uma reconfiguração da cidade contemporânea. Já Marx (1967) dizia que "a história moderna consiste na urbanização dos campos e não na ruralização da cidade, como acontecia anteriormente".

No mundo contemporâneo há processos sociais e fenómenos específicos da urbanidade (Rodrigues, 1992) que por serem aí gerados a partir de condições muito particulares, adquirem um significado muito próprio. O conceito de urbanidade aparece na maioria das vezes ligado aos habitantes da cidade, associando-lhe valores como "civilidade, cortesia e afabilidade, que se adquirem através do convívio social" e um modo de vida que resulta do acesso a determinados equipamentos e recursos aí disponíveis (Cunha, 1997, p. 45). O fenómeno urbano constitui-se também como um dos factos importantes para a compreensão da situação social, isto, porque a cidade, para além da estrutura espacial que a delimita, representa uma "ordem moral" da qual fazem parte todos os indivíduos que lá habitam (Rodriguez, 1987). A cidade assume-se como um fenómeno global de grande importância histórica e psicossocial, uma vez que é responsável pelo surgimento de novas formas de vida e de relação, novas formas de compreender e actuar na sociedade. Estas novas formas de vida urbanas são caracterizadas, como refere Cruz (1997), pela mudança da actividade, da especialização sectorial, pela mudança de residência, mas sobretudo por uma alteração profunda do estilo de vida, dos hábitos do uso do tempo, formas e conteúdo dos consumos das populações.

A estrutura económica, urbanística e social das cidades resulta também ela num processo de mudanças várias (transformações ao nível dos transportes e vias de

comunicação, do planeamento urbano, da actividade laboral, da família, da educação e mesmo a nível demográfico) e de múltiplos efeitos. O desenvolvimento dos transportes e vias de comunicação foi uma das grandes inovações dos nossos tempos, permitindo uma nova visão do espaço e dos lugares. O automóvel generalizou-se e apresenta-se como uma inovação que permite, para além de uma nova forma de percorrer o espaço (permite vencer maiores distâncias em tempos menores) uma nova forma de apropriação do espaço (Pinto, 1995). O automóvel ou os transportes colectivos passaram na nossa sociedade a ser um "companheiro diário", isto porque o urbanismo moderno fez com que houvesse uma especialização espacial, separando a habitação dos diferentes locais que fazem parte do mundo interno diário das pessoas, tais como, o local onde desenvolvem a sua actividade profissional, a escola dos filhos, o local de prática desportiva (...) passando por isso a verificar-se grandes migrações entre estes diferentes lugares. A rua perdeu a pouco e pouco a sua importância como zona privilegiada de contactos sociais (Arez, 1998), sendo conquistada por um crescente número de automóveis quer parados, quer em circulação assumindo-se por um lado como um bem precioso, mas por outro como uma entropia ao sistema urbano devido ao grande número existente.

O planeamento urbano foi um dos grandes responsáveis pela alteração e reconfiguração do espaço neste final de século. Aumentou de forma acentuada o número de habitações, estradas, parques de estacionamento, zonas comerciais e industriais em detrimento dos espaços livres e abertos de outrora. As habitações evoluíram quer na sua dimensão, quer no que diz respeito ao número de divisões e conforto, dando azo a uma maior especialização funcional, uma maior privacidade modificando interna e externamente os quotidianos das pessoas, fazendo emergir novas práticas, relações espaço/temporais e sociais (Arez, 1998).

O mundo laboral sofreu também ele nestes últimos anos grandes transformações (Prost, 1991), passando da esfera privada para a esfera pública, devido a necessidades externas (dificuldade de competitividade ao nível dos preços praticados e ao nível da quantidade produtiva) e a necessidades internas

(necessidade de melhores salários e de forma mais regular, necessidade de limitar as horas dedicadas à actividade laboral e possibilidade de acesso a uma vida privada, que, de alguma forma, era "vetada" pelo trabalho domiciliário). A conquista de um horário laboral de quarenta horas e a concessão de férias aos trabalhadores foi, segundo o autor, uma outra conquista que, associada à automação e desenvolvimento tecnológico, aportou um novo conceito para a vida quotidiana das pessoas (o tempo livre). Este tempo passa a ser um tempo vivido pelas populações de todas as classes e categorias sociais, despertando desta forma um novo estilo de vida (Neto e Pereira, 1994). O tempo livre passa a ser considerado por alguns autores (Sue, 1991 p. 174) como "um elemento fundamental da ruptura com a modernidade", considerando-o mesmo, como um símbolo das sociedades pós-industriais. Um outro aspecto que teve grande impacto nas mudanças sociais e estilos de vida das populações contemporâneas foi, sem dúvida, o acesso da mulher ao mundo laboral fora de casa. A mulher que durante muitas gerações se ocupou principalmente das actividades domésticas, passa a trabalhar fora, lado a lado com o marido, em igualdade de circunstâncias, tornando-se este fenómeno um sinal claro de emancipação. A vida no lar transforma-se, passa a haver necessidade de um auxílio mais directo por parte dos maridos nas tarefas domésticas e educação dos filhos, melhora a capacidade económica das famílias passando a dispor estas de um melhor poder de compra que se vai reflectir na aquisição de bens e serviços que, de outra forma, lhe estariam vetados.

O desenvolvimento tecnológico de produção de bens acelera a quantidade e qualidade de produtos a consumir, o que conduz à emergência de uma cultura de consumo que, como esfera de actividade económica (Rodrigues, 1992), provoca profundas alterações ao nível da própria lógica do desenvolvimento urbano, reconvertendo progressivamente a chaminé da fábrica (marco da sociedade industrial) num espaço de grandes dimensões (hipermercados e centros comerciais), onde o consumo é rei. Nas grandes cidades os centros de consumo são também cada vez mais centros culturais, onde associado às diferentes ofertas de bens materiais

(objectos de vestuário, artigos de decoração, comida...), aparece também a oferta de bens ligados à arte, à cultura e ao espectáculo (cinema, teatro, pintura...), proporcionando uma grande diversidade de oferta. A cultura torna-se desta forma omnipresente na vida quotidiana, sendo colocado ao dispor da sociedade um complexo de referências para a construção de estilos de vida que caracterizam os actuais contextos de urbanidade. Os novos estilos de vida são "uma componente das formas culturais emergentes nas sociedades contemporâneas e das suas metrópoles ou megalópoles" (Rodrigues, 1992, p. 105). As ruas comerciais, estrategicamente vetadas ao trânsito, os grandes centros comerciais, bem como a reabilitação do património histórico criaram também uma nova forma de lazer, deslocando-se as pessoas a esses locais muitas vezes apenas como meros observadores de imagens e não como consumidores de bens.

Se às transformações enunciadas juntarmos as que ocorreram a nível demográfico e na educação entre muitas outras ocorridas na textura social, cultural e económica, então podemos afirmar que o mundo contemporâneo é realmente um mundo de grandes transformações que influenciaram de forma profunda os modos de vida e as formas de estar na vida das populações. Toffler (1981) refere mesmo que estamos perante uma nova ordem social que vai gerar novos desafios e novos constrangimentos sociais.

Mas afinal quais são os constrangimentos sociais a que se refere Toffler e muitos outros autores que estudam as sociedades contemporâneas ?

Nesta nova sociedade muitos parecem ser os constrangimentos sociais. A experimentação ao nível da medicina, em consequência dos avanços verificados nas biotecnologias e engenharia genética, traz consigo uma nova forma de encarar o corpo humano. Vivemos na era da clonagem, da comercialização do corpo e dos seus órgãos, da alteração do património genético e da transexualidade, vivemos na era das mães de aluguer, dos embriões congelados e da fecundação in vitro

(Fernandes 1994). Por outro lado, passou-se de uma concepção orgânica de sociedade para uma concepção mais individualista, onde "começa a despontar a sociabilidade mediada pelas máquinas interactivas, sociabilidade telemática e informática", que faz emergir novas tendências (Rodrigues, 1992). Na opinião de alguns teóricos ligados à sociedade da informação (Bell, Stonier e outros) o lar como lugar é diferente do lar como família ou como centro de actividades comuns. O lar que até há poucos anos atrás funcionava como local de encontro familiar em torno da lareira, onde se relatava as vicissitudes da jornada laboral, ou se contavam as histórias aos mais pequenos, transformou-se profundamente com o aparecimento das novas tecnologias, principalmente o computador, que permite colocar nas mão de um indivíduo isolado um mundo de conhecimentos e de informação que não contribui para a socialização, uma vez que não sente necessidade de actividade colectiva ou grupal (pelo menos como as que poderiam ocorrer no lar em conjunto com outros familiares). Desta forma o lar torna-se muitas vezes o local preferido de actividades individuais, não gerando por isso finalidade colectiva, nem senso de valores familiares compartilhados (Kumar, 1997).

A família como uma das unidades orgânicas que maiores transformações sofreu, trouxe também ela à tona vários constrangimentos sociais, passando a valorizar o presente em detrimento do futuro devido às incertezas que este acarreta. O mundo contemporâneo favorece o modelo familiar que dá prioridade ao imediato, à satisfação dos prazeres momentâneos, o que muitas vezes leva à perda, dos compromissos definitivos, tornando-se a família estruturalmente instável. Nos últimos anos deu-se um abaixamento das taxas de nupcialidade, passando o casamento a ser menos frequente e cada vez mais tardio (reflectindo-se este facto nos baixos valores das taxas de natalidade), houve um aumento na fragilidade no casamento (aumentou a percentagem de casais divorciados), cresceram os grupos domésticos monoparentais e o número de pessoas que vivem sozinhas e institucionalizaram-se formas de conjugalidade distintas daquelas que eram defendidas tradicionalmente, passando a procriação e educação dos filhos a ser

encarados como secundários em prol da relação entre o casal (Fernandes, 1994). Uma outra grande transformação que veio modificar a vida familiar foi, sem dúvida, (tal como foi referido anteriormente) o acesso da mulher ao mundo laboral, que fez com que se alterasse quer a relação, quer os poderes dentro da própria estrutura familiar. Associado a este facto, verifica-se uma valorização da liberdade e independência próprias da juventude e o reconhecimento de que a identidade pessoal e social é hoje, mais uma produção individual do que o resultado da herança familiar como acontecia em tempos passados. Os filhos passam cada vez mais tempo fora de casa e em instituições, havendo desta forma uma partilha entre a família e outras instâncias públicas na educação dos mesmos. Constantino (1994) refere que o quadro de transformações ocorridas assim como os constrangimentos daí surgidos, leva a que as populações apresentem padrões cada vez mais elevados de fragilização face ao envolvimento.

As grandes migrações ocorridas para as cidades (cerca de 40% da população mundial total) onde a especulação ao nível do solo, congestionamento ao nível do tráfego, escassez de habitação, desintegração social e o desemprego assumem valores cada vez mais elevados, o que conduz a um aumento ao nível das taxas de desvio social (criminalidade, tráfico e consumo de estupefacientes) que fizeram aumentar os níveis de insegurança. O universo urbano tornou-se altamente instável e condicionando de forma profunda os estilos de vida das populações que aí habitam.

2.1.3 - Envolvimento físico/social como regulador de actividade humana

A actividade humana é "fruto" de um conjunto de circunstâncias que têm por base características intrínsecas e extrínsecas ao indivíduo. Esta constatação é corroborada por Feio (1985) quando diz que o desenvolvimento humano na sua individualidade é inculcado por um conjunto de variáveis internas e externas que marcam de forma significativa a sua evolução como ser social. O autor refere que, para além de variáveis étnicas, geográficas, antropológicas, sociológicas e psicológicas movidas pelo peso da história própria, o indivíduo sofre também uma influência profunda das transformações ocorridas na estrutura social, principalmente nas relações que emergem dentro dessa mesma estrutura (relações familiares, de vizinhança, escolares, profissionais...), o que demonstra que o envolvimento se assume durante o desenvolvimento humano como um forte regulador social.

O envolvimento tem sido um conceito nuclear estudado por diferentes áreas científicas, principalmente ao nível da psicologia. De von Uexkull a Lewin, de Vygotski a Bartlet, de Janet a Wallon..., o indivíduo viveu numa relação de proximidade com o envolvimento (Del Rio y Alvarez, 1994). Hoje em dia parece não haver dúvidas que a relação estabelecida entre o ser humano e o seu meio envolvente é activa e transaccional, isto porque o indivíduo é por natureza um ser dinâmico que se move, restrutura e recria progressivamente o seu envolvimento, existindo entre ambos uma reciprocidade de influência.

2.1.3.1 - Modelos teóricos de ambiente no desenvolvimento humano

Na segunda metade do século XX apareceram vários modelos teóricos que procuraram fazer uma abordagem ao papel exercido pelo ambiente no desenvolvimento do ser humano. Malpique (1995) no seu estudo apresenta quatro modelos teóricos :

- Modelo de ambiente como fonte de estimulação sensorial.

Um dos primeiros autores a dar ênfase à importância da estimulação sensorial nas experiências precoces do organismo, no decurso do desenvolvimento do indivíduo foi Hebb (1949) no seu livro *The Organization of Behavior*, afirmando que os efeitos da estimulação são produzidos por simples exposições do indivíduo a essa estimulação independentemente da sua resposta a ela. A teoria de Hebb salienta o papel fundamental do "input" sensorial, principalmente a nível visual, para desenvolvimento do sistema perceptivo, e também de formas mais elevadas de comportamento, tais como, explicar problemas de atenção e respostas emocionais de adaptação (Silva, 1992). A partir da década de 60, aparecem alguns autores que colocam em causa a perspectiva deste autor, por ela ser de alguma forma reducionista e incompleta. Deutsch (1964) afirma que mais importante que a quantidade é a qualidade dos estímulos. Wachs (1977) como um dos defensores da corrente do envolvimento como fonte de estimulação, vai mais longe do que a anterior visão simplista que considerava apenas duas categorias extremas (estimulação do envolvimento de privação e de enriquecimento). Este autor diz que é importante o facto de haver um nível óptimo de estimulação[3] relativamente ao desenvolvimento do organismo. Silva refere que a discussão desta concepção tem tido maior relevância em estudos sobre o crescimento de crianças em condições de envolvimento desfavoráveis, onde sofrem de algumas privações.

- Modelo de ambiente como fonte de "Feedback"

Os defensores deste modelo afirmam que os ambientes são constituídos por pessoas e outros seres vivos que estabelecem entre si diferentes interacções contínuas e interactivas que se influenciam reciprocamente, formando-se desta forma um verdadeiro feedback interactivo. A aprendizagem perceptiva é neste modelo mediada pelas respostas motoras. Conjuntamente com os interlocutores (animados) cabe também salientar a presença de objectos (inanimados) que, de igual

[3] Para Wachs (1985) um nível óptimo de estimulação refere-se à quantidade de estimulação que um indivíduo consegue assimilar, para alem da qual qualquer estimulação interfere com o comportamento.

forma, participam neste entramado de relações proporcionando também eles algum feedback como produto directo e imediato da interacção que o indivíduo com eles estabelece.

Wohlwill e Heft (1987) referem que alguns autores, tais como Harris (1965), Held (1965) e mais tarde Hein (1980), procuram construir com este modelo uma alternativa teórica ao modelo de Hebb (onde o indivíduo apresenta alguma passividade), isto porque, na sua opinião, à aprendizagem das acções individuais corresponde um efeito sensório-motor que é calibrado através do comportamento individual de cada sujeito. No que respeita ao conceito de "feedback", o que resulta de acções directas de características físicas pode estar em contraste com as respostas obtidas no ambiente social (Silva, 1992), isto porque o envolvimento físico é estritamente contingente ao comportamento do indivíduo, o mesmo não acontecendo relativamente ao feedback com origem no envolvimento social, uma vez que este é de natureza interactiva. O autor refere ainda que, quer o feedback com origem no envolvimento físico, quer o feedback com origem no envolvimento social, têm sido amplamente estudados[4].

- Modelo de ambiente como um conjunto de "affordances"[5]

Gibson (1979, p. 127) no contexto da sua "Teoria da Percepção" refere que as "affordances" são recursos ecológicos do ambiente, numa perspectiva funcional (objectos do dia a dia com significado para quem os interpreta). O autor acentua a importância dos movimentos do observador na sua percepção sensorial (sistemas perceptivos que tendem a evoluir em cada espécie). Para Wohlwill e Heft (1987, p. 285) "as affordances são reais e não representações mentais do ambiente" e como características físicas e psicológicas do indivíduo mudam ao longo da sua vida,

[4] Relativamente ao feedback envolvendo objectos inanimados são apontados os estudos desenvolvidos por Yarrow, Rubenstein & Pedersen (1975);Wachs (1976) Wachs & Grue (1982). Quanto ao Feedback com origem no comportamento social são apontados os estudos de Ainsworth & Bell (1974), Wachs & Grue (1982) e Wachs (1985).

[5] Morais (1966, p. 31) refere que o termo affordances foi um neologismo criado por Gibson a partir do verbo Inglês "to afford" que significa dar, conceber, proporcionar...

havendo uma reciprocidade de mudança ao longo do tempo entre o desenvolvimento do ambiental e o desenvolvimento pessoal, sendo a relação entre o homem e o ambiente de complementaridade.

Concluindo, pode dizer-se que neste modelo os recursos ecológicos de determinados contextos (aquilo que o envolvimento proporciona ao sujeito) podem ser consideradas como as condições propiciadoras do ponto de vista funcional, enquanto que do ponto de vista conceptual as condições propiciadoras compreendem o nicho ecológico do indivíduo e constituem um conjunto de aspectos físicos bem definidos e com significação própria para ele ao nível das possibilidades oferecidas. É ainda importante salientar que quer as características inerentes ao próprio indivíduo (físicas, psicológicas...) quer as características dos envolvimentos se encontram em constante mutação, alterando-se assim as interligações entre estes dois pólos.

- Modelo de ambiente como "cenário comportamental"

Barker e Wrigth são dois autores ligados a este modelo, assim como os seus percursores da Escola do Kansas. Defendem que não existe diferenciação entre ambiente físico e social. O "cenário comportamental é o conceito central desta perspectiva de encarar o ambiente. Aqui o indivíduo tanto pode ser observado individualmente ou em grupo, em cenário único como em diferentes cenários. Bronfenbrenner foi um dos autores que maior contributo deu para o desenvolvimento deste modelo de ambiente.

Com o aparecimento da psicologia ecológica, o ambiente e os sistemas sociais com ele relacionados começaram a ser vistos e interpretados de forma diferente[6], acarretando consigo este facto novas definições de ambiente. Rapoport (1978, p. 24) diz-nos que Lawton (1970) descreve o ambiente como um sistema ecológico que é composto por cinco componentes, onde o indivíduo (1ª componente) se apresenta como actor principal e à volta do qual giram as outras componentes que são: o

ambiente físico onde estão incluídos os factores geográficos, climáticos e humanos que facilitam o comportamentos e os "recursos" do meio ambiente; o ambiente pessoal do qual fazem parte as pessoas que funcionam como centro de referência para o comportamento e que se encontram mais próximas do sujeito (família, amigos...); o ambiente suprapessoal onde se incluem as características do ambiente originadas pelas condições pessoais dos indivíduos em função de determinados parâmetros (idade, classe social, estilo de vida...) e finalmente o ambiente social que é definido pelas normas sociais e instituições.

Após uma breve apresentação de alguns modelos teóricos que procuraram fazer uma abordagem ao papel exercido pelo ambiente no desenvolvimento do ser humano e da nova forma como é visto o ambiente pela psicologia ecológica, pensamos ser importante, antes de fazer uma abordagem à relação que a criança estabelece com o seu espaço no decurso da sua evolução, "mergulhar", embora de forma breve, na história e procurar compreender como foi visto o conceito de espaço, para de seguida procurar compreender o seu significado.

2.1.3.2– Conceito de espaço – Evolução e significado

O termo "espaço" aparece na literatura como objecto de amplas discussões ao longo de vários séculos, tendo sido objecto de uma longa elaboração filosófica que, de alguma forma, revela uma mudança progressiva do lugar concêntrico aristotélico para a topologia axiológica actual.

Na antiguidade vários filósofos como Parménides, Demócrito e Leucipo (Sec. IV e V A. C.) afirmavam que o espaço era inexistente, porque o ser é único e está contido em si mesmo, havendo no entanto um vazio onde circulavam átomos. Platão (Sec. IV A. C.), por sua vez, contrapõe estas ideias e afirma que não se pode falar de vazio propriamente dito, mas sim de uma matéria que é composta por corpos

[6] Podemos observar este facto nas palavras de Stokols (1977) quando diz que "a psicologia ecológica olha para o ambiente de uma nova forma, partindo dos princípios de extensão bioecológica e orientando-se para o

geométricos agitados por um movimento que os separa uns dos outros. O espaço é assim visto em função dos objectos que nele existem. Mais tarde Aristóteles (Sec. III A. C.), no seu tratado *Physis*, vem assumir uma atitude crítica relativamente aos seus antecessores dizendo que o vazio não existe e que o espaço é finito, nomeando-o de lugar (Malpique, 1995).

Séculos mais tarde Decartes (Sec. XVII) afirma que o espaço entra no absoluto, isto é, domina os sentidos e os corpos nele contidos, daí se possa afirmar que existe antes da experiência (Serres, 1961). No século XVIII, triunfam as ideias de Newton, afirmando que o espaço é absoluto e vazio, é infinito, móvel, idêntico a si mesmo e independente dos objectos que nele se situam, é euclideano, explicado a partir da geometria com recurso a três dimensões absolutas. Para Kant (Sec. XVIII) o espaço é uma noção subjectiva e apriorística, não é um conceito mas sim uma intuição, isto é, assume-se como uma representação singular que apenas podemos conhecer como formas originárias da experiência externa e interna, assumindo-se como formas cognitivas com as quais se pode construir a geometria. Na perspectiva deste filósofo o espaço deriva da mente e é estruturado por ela de determinada forma, dando a ideia, tal como afirma Richards (1986), que é a mente que constrói um esquema espacial que tem um fim análogo ao da retícula de um mapa de projecção. A nossa mente parece estruturar as relações dos objectos no espaço em função do mundo "plano" em que vivemos interligando linhas verticais e horizontais, ângulos e figuras geométricas, o que leva muitos autores a considerarem que a geometria espacial da mente é euclideana (Bonito, 1994). O cosmos grego é assim substituído pela geometrização do espaço. Em Hegel (Sec. XVIII / XIX) o espaço aparece estreitamente ligado ao tempo, é pura exterioridade em si mesma e por isso só se concretiza graças ao tempo e vice versa (Malpique, 1995).

Entre a segunda metade do século XIX até meados do século XX, a lógica de lugar sofre as influências das várias ciências modernas. Lefebvre (1981) diz mesmo que o espaço passa a ser do domínio dos matemáticos, tendo estes de uma maneira

estudo de sistemas sociais de relação com esse mesmo ambiente" (Pol i Urrútia, 1981,p. 47)

paradoxal inventado uma infinidade de espaços (os espaços euclideanos, com curvas, de diferentes dimensões, abstractos, topológicos...). A partir da segunda metade do século XX, o espaço e as questões consigo relacionadas passaram a ser objecto de estudo de diferentes ciências do saber (Biologia, Psicologia, Geografia, Antropologia, Física, Ciências Sociais, Ciências Políticas...), contribuindo esta diversidade de abordagens do espaço para uma convergência de conhecimentos que, pelas significações e variáveis que comporta, apresenta uma infinidade de dimensões que, de alguma forma, contribuem para o seu melhor entendimento.

Mas afinal o que é o espaço?

Etimologicamente, Costa e Melo (1987, p. 672) referem que o termo "espaço" provém do Latim, da palavra "Spatiu". Quanto à noção de espaço, podemos dizer que acompanha o ser humano desde as suas origens, começando a delinear-se, tal como refere Cunha (1997), a partir do momento em que o homem teve necessidade de se deslocar e retornar aos locais de origem. A nível conceptual o termo "espaço" é em si um conceito de difícil definição pois pode ser visto mediante várias dimensões que comportam diversas concepções que têm por base a visão própria dos seus utilizadores ou daquelas ciências ou abordagens que nele se suportam podendo assumir diferentes significados[7]. Um outro aspecto que dificulta a compreensão do termo prende-se com o vasto campo semântico que abarca, podendo ser visto de várias formas, tais como: uma extensão indefinida, uma área, duração, intervalo, um lugar (...)[8]. Para Boardeman (1986) "o espaço é um conceito no conhecimento, na inteligência, uma ideia que permite a estruturação das relações entre objectos, sendo por isso subjectivo, relativo e dependente do modo ou da forma como é estruturado pela inteligência numa ocasião particular". Partindo do

[7] Segundo Cunha (1997)) cada ciência cria e evidencia os seus próprios espaços, isto é : a matemática cria os seus próprios modelos, a sociologia evidencia os espaços sociais que arrastam consigo toda a carga simbólica e política, a economia salienta os espaços de índole económica, a geografia procura identificar a distribuição dos recursos...

[8] Augé (1992) corrobora a opinião expressa, afirmando que o termo espaço é eminentemente abstracto porque o emprego que dele se faz se pode aplicar indiferentemente a uma extensão, a uma distância entre dois pontos ou a uma grandeza temporal.

pressuposto que o espaço não é objectivo nem absoluto, então teremos de admitir a existência de variações no conceito tendo em conta diferentes épocas, contextos, e também diferentes perspectivas na sua abordagem[9].

Se por um lado as diferentes abordagens científicas dificultam a definição do conceito de "espaço", por outro, também se pode afirmar que elas têm contribuído para enriquecer esse mesmo conceito, concretizando as ciências biológicas e psicológicas os seus subsídios pela estruturação progressiva e contínua do espaço que cada indivíduo origina em função do seu comportamento e vivências; as ciências geográficas explicam a relação homem/território como expressão de um projecto cultural próprio da sociedade a que pertence; as ciências económicas procuram no espaço propriedades que vão para além dos seus atributos físicos e as ciências sociais acentuam a significação do espaço com base nas relações estabelecidas entre os indivíduos e os diferentes grupos sociais (Cunha, 1993).

Embora as diferentes perspectivas científicas olhem para o espaço de forma diferente, é bom não esquecer que o homem e os seus espaços constituem um só e único sistema (Hall, 1971). A organização do espaço pelo homem cria laços místicos que permitem realizar uma íntima adaptação do social e do espacial, criando-se entre ambos uma simbiose (Isnard, 1982). O autor diz mesmo que

> *"A sociedade cria-se, criando o seu espaço, formando ambos conjuntamente, um todo indissociável que sofre a mesma evolução. (...) O homem constrói todas as peças que formam a complexidade do mundo em que vive; criando este mundo ele determina de facto o seu futuro" (Isnard, 1982, p. 85 e 86)*

[9] Cunha (1993) apresenta 4 perspectivas que contribuem para a definição do termo: *Perspectiva Psicológica* onde o espaço é definido tendo por base o indivíduo. É a partir de si próprio que ele vai organizar e apropriar-se do espaço que, por sua vez, influencia as suas diferentes actividades, vivências, comportamentos e atitudes, ajudando a encontrar uma ordem e identificar aspectos que contribuem para a caracterização e diferenciação desse mesmo espaço; a *Perspectiva Geográfica* onde o espaço está directamente relacionado com a noção de território e é visto pela relação existente entre o indivíduo e o território por ele habitado. A posse de um espaço torna-se desta forma uma necessidade vital de qualquer sociedade; a *Perspectiva sociológica* onde o espaço se apresenta essencialmente como uma fonte de regulação social, onde os diferentes indivíduos e

2.1.3.3 – Conhecimento espacial – Um complemento evolutivo

Os trabalhos sobre o conhecimento espacial têm uma grande tradição, principalmente ao nível da filosofia e da psicologia. Já Anaximandro (filósofo Grego Pré-Socrático, 610-587 A.C.) falava da existência de uma imagem mental do universo. Ao longo do tempo muitas têm sido as investigações que estudaram a incidência de distintos factores ou variáveis sobre o conhecimento espacial de diferentes grupos de pessoas[10]. No entanto e embora muito se tenha escrito e reflectido sobre as questões relacionadas com o espaço, Espinosa e Ochaíta (1997, p. 6) referem que "ainda sabemos muito pouco sobre a forma como os seres humanos constróem ou elaboram o seu conhecimento espacial". Segundo estas autoras, muitos dos problemas e controvérsias existentes entre os diferentes investigadores sobre este tema, deve-se ao facto de terem tentado resolvê-lo de uma forma geral e definitiva, utilizando explicações unidireccionais para tratar um fenómeno que é de natureza multicausal. Com base nas afirmações anteriores, é importante, ao falar de conhecimento espacial, ter em conta o contexto geral onde ele ocorre, isto é, o conhecimento que um indivíduo tem de um contexto concreto num determinado momento depende de muitos factores[11]. A utilização desta perspectiva contextualista ou transaccional leva a que seja importante esclarecer alguns aspectos relativamente ao conhecimento espacial.

grupos sociais interagem; a *Perspectiva Económica* onde o espaço se encontra directamente ligado ao processo produtivo, sendo organizado em torno da procura económica representada nos mercados.

[10] Ochaíta e Espinosa (1997) apontam que Beck e Wood (1976), Hart (1981) e Cousin, Siegel e Maxwell (1983) estudaram o efeito de factores relacionados com o sujeito; Warren e Kocon (1974), Lockman, Rieser e Pick (1981) e Hollyfield e Foulke (1983) estudaram a modalidade perceptiva com que se recolhe informação; Cornell e Hay (1984), Gale, Colledge, Pellegrino, e Doherthy (1990) e Torrell (1990) estudaram a familiaridade que se estabelece com o espaço; Presson, DeLangue e Hazelrigg (1984) e Hirtle e Hudson (1991) estudaram a influência de determinadas características da tarefa, como por exemplo a forma como se aprende o espaço; Arias (1987), Birnbaum, Anderson e Hynan (1989) e Blades e Medlicott (1992) estudaram o modo como se exterioriza o conhecimento espacial.

[11] Entre estes factores é importante considerar, para além do indivíduo, o espaço, a cultura e também as complexas ligações que mantêm entre si estes diferentes factores.

O termo "conhecimento espacial" é, na opinião dos autores clássicos, "um conceito interligado ao conjunto de conhecimentos que supõem uma interacção de tipo cognitivo e simbólico entre o sujeito e o ambiente" (Espinosa e Ochaíta, 1997, p. 6), fazendo eles uma clara distinção entre o conhecimento que se refere ao conteúdo e/ou significado dos estímulos ambientais e o implicado na elaboração de representações espaciais. Relativamente à definição anterior, concordamos com os autores citados quando referem que ela está incompleta, uma vez que parece esquecer um aspecto fundamental que tem a ver com o conhecimento prático ou conduta real mediante a qual o indivíduo se move num determinado ambiente. Podemos ainda acrescentar que, na perspectiva contextual, a percepção subjectiva do espaço não se pode dissociar da representação espacial que se elabora com base no mesmo. Os gostos, interesses, motivações... interagem de forma complexa e multidimensional com a forma de recolher, processar e elaborar a informação procedente do espaço, devendo por isso, distinguir-se dois níveis de conhecimento espacial, um prático ou de conduta e outro de nível simbólico ou representativo, que inclui tanto as representações espaciais como a percepção subjectiva que se tem sobre um determinado envolvimento.

Trevarthen (1978) faz de alguma forma a confluência das ideias expressas anteriormente, quando afirma que para um bom conhecimento espacial é importante a fusão entre o conhecimento prático e simbólico, iniciando-se este conhecimento com a recepção dos estímulos pelos órgãos sensoriais, que os conduzem ao centro de tratamento (cérebro) onde irão sofrer um processamento que culminará numa resposta comportamental, cujos contornos estão na dependência da importância conferida pelo sujeito a esse conjunto de estímulos.

Porque o nosso estudo olha para o espaço como um espaço habitado, um espaço vivido que toma dimensões físico/sociais, à medida que se forma no decurso do desenvolvimento humano, vamos agora fazer uma incursão social, com o objectivo de aclarar o conhecimento de uma realidade (a infância) que passou por diferentes etapas de reconhecimento ao longo do seu processo histórico.

3 – O MUNDO DA INFÂNCIA COMO CAMPO DE ESTUDO

3.1 - A infância no contexto sócio-histórico das sociedades ocidentais

3.1.1 – Do passado ao presente da infância – Em busca de um conceito

Os historiadores, apontam grandes transformações quando se referem aos modelos e lugar social da infância ao longo dos tempos na sua estreita relação com as mudanças de atitude dos adultos face às crianças. Daí que a forma como tem sido encarada a infância tem sofrido grandes transformações. De Mausse (1991) refere que a infância na sua história percorreu um caminho com grandes atribulações e quanto mais recuarmos nessa história, mais nos apercebemos dos problemas e conflitos que marcaram esse percurso.

Se recuarmos à Antiguidade Clássica (Postman, 1982), verificamos que na Grécia não existia nenhuma palavra que designasse exclusivamente a criança. No entanto os dados existentes demonstram-nos que os Gregos foram ambivalentes no que respeita à natureza da infância, pois atribuíram importância à educação. Platão escreveu três propostas acerca da forma como se deviam educar os jovens. Pode também atribuir-se aos Gregos a ideia de escola (a palavra que a representava, significa tempo livre), o que de alguma forma pode reflectir a crença de que uma pessoa se dedicaria a aprender e a pensar durante o seu tempo livre. Segundo De Mausse (1991) foram os Gregos que estiveram na génese da ideia de infância, surgida dois milénios mais tarde.

Os Romanos retomam a ideia de educação dos Gregos e desenvolvem ideias sobre a infância. No entanto, o nascimento não confere uma existência legal à criança, pois era necessário ser reconhecido como tal pelo pai, pela cidade ou pelo estado (Morel, s.d.). Durante os séculos II e III d.c., deu-se uma mudança: o casal começou a adoptar uma dimensão psicológica e moral, tornando-se o seu vinculo e os filhos sagrados (Aries, 1986). No final do Império Romano a sociedade valoriza a

família e as suas crianças, sendo estas ideias acentuadas pelo cristianismo. Nos séculos X e XI, o nascimento de um filho era considerado como uma riqueza, pois os laços de sangue constituíam o fundamento do ordenamento sócio-político feudal.

Mais tarde, durante a idade média, ocorrem grandes transformações que vão afectar a forma como é encarada a infância. O conceito de família contribuiu para esse facto, pois não havia uma delimitação muito marcada entre a família e os outros membros da comunidade. Segundo Ariés (1981) não existia aqui nem o conceito de família nem o conceito de infância. Flandrin (1979) refere que a brutalidade das relações conjugais eram características da época e as relações entre pais e filhos eram baseadas no dever absoluto da obediência. Nas classes sociais mais elevadas as mulheres entregavam os seus filhos a plebeias para que os amamentassem e tomassem conta deles, tendo estas uma responsabilidade acrescida, pois, para além das tarefas produtivas e criação dos seus próprios filhos, tinham ainda a responsabilidade de criar os filhos de outras simultaneamente (Babinter, 1981). A desresponsabilização na criação dos filhos, evidenciava a existência de um fraco instinto maternal.

Tuchman (1978) refere que a falta de interesse dos adultos pelas crianças é a maior diferença existente entre a época medieval e a época actual. A razão apontada para esta constatação tem a ver com o facto de haver uma elevadíssima taxa de mortalidade infantil que comprometia a falta de apego entre o adulto e a criança. Postman (1982) refere que os adultos não tinham uma relação afectiva forte para com as crianças devido ao temor da sua perda. A criança começava a ser tratada como um adulto logo que adquiria autonomia suficiente, passando a participar nas suas actividades e divertimentos. O ensino da leitura e escrita, assim como a educação, perderam também a importância que tiveram na cultura clássica, passando as interacções sociais mais importantes a ser efectuadas através da oralidade. Tuchman (1978) refere que esta ocorrência é responsável por ser atribuído o final da infância por volta dos sete anos, pois a partir desta altura "a criança já é um ser falante", podendo exprimir-se e compreender tal qual como um adulto. A criança

passa assim a ser encarada como um adulto em miniatura que trabalha, come e dorme no meio de adultos. No entanto Ariès (1981) salienta que a não existência de um sentimento de infância não significa que as crianças fossem negligenciadas, desamparadas ou tratadas com desprezo. O que se passava era que, logo que a criança atingia um certo grau de discernimento de si e do mundo, se ia incorporando gradualmente na sociedade adulta.

O aparecimento da imprensa, um marco importante para a vida das populações, deu lugar a um mundo simbólico que depressa levou ao aparecimento de um novo conceito de adulto (com maior capacidade de pensamento conceptual e força intelectual) que, por definição, excluía as crianças, levando por isso à necessidade de encontrar uma outra categoria que as representasse. Serra e Viguer (1998) apontam este facto como o ponto de partida para o reconhecimento do conceito de infância dois séculos mais tarde. A imprensa assumiu-se também na opinião dos autores como um momento determinante que contribuiu para um novo despertar pela educação infantil, permitindo a publicação de muitos livros de pediatria e boas maneiras.

Após os séculos XVI e XVII reconheceu-se a existência da infância como uma ordem natural das coisas (Serra e Viguer, 1998). A partir deste momento, começou a considerar-se a criança como um ser de natureza e capacidades distintas, que devia ser separado e protegido do mundo adulto. À medida que a infância se convertia numa categoria social e intelectual, a família, enquanto núcleo restrito e privado, começa também a ter uma importância social crescente, assumindo funções educativas e religiosas (Ariès 1988). A aparição de uma classe média que surgiu de uma melhoria económica foi também um factor favorável para o desenvolvimento do conceito de infância como uma etapa diferenciada da vida adulta, começando os pais a investir dinheiro na educação e vestuário dos seus filhos de modo a proporcionar-lhes um maior papel social.

A ideia moderna de infância como fase autónoma só começa no entanto a adquirir pertinência na sensibilidade e na prática social a partir dos finais do século

XVII e especialmente no século XVIII, inicialmente nas classes mais elevadas e posteriormente nas classes mais baixas (Ariès 1988). Dois autores importantes que contribuíram de forma marcante para uma nova visão sobre a infância nesta época, foram Coménio (propôs uma nova educação, uma nova didáctica, uma nova política educativa e defendeu que essa educação devia iniciar-se a partir do nascimento e ser dirigida a todos sem excepção) e Locke que apresentava a criança como uma pessoa informe que através da alfabetização, da educação, da razão e de um domínio de si mesmo, se pode converter num adulto civilizado. Na opinião deste teórico, a melhor maneira de educar a personalidade da criança seria incutir-lhe, desde cedo, bons hábitos e boas maneiras num ambiente rígido, passando paulatinamente para um clima de confiança reciproca. O seu programa educativo baseia-se numa trilogia educativa que pode ser resumida em educação intelectual, moral e física (Delgado, 1998).

Com o século XVIII, época das luzes e da razão, emergiu uma maior preocupação com a criança e sua educação. Este interesse parece ter as suas origens, por um lado, na descoberta e tomada de consciência da especificidade psico-biológica da criança despoletada, por um lado, pelo aparecimento das filosofias naturalistas e, por outro, pelos conhecimentos emergentes que vão modificar a visão do homem relativamente ao mundo. Ferreira (1993) refere que, aliado aos factores transcritos, não se podem esquecer o despontar de uma consciência demográfica (de onde surge a crença de que é preciso aumentar a população), os avanços ao nível da higiene e da medicina, e também a dimensão política ao nível da beneficência que incidiu principalmente na organização de hospitais e asilos que recolheram e educaram as crianças abandonadas. A influência de humanistas e eclesiásticos teve um papel importante na impulsão dada à institucionalização da escola, apresentando-se esta como estrutura educativa para a formação separada da infância, deixando de ser uma instituição de formação apenas eclesiástica, para passar a ser um local onde as crianças aprendiam a disciplina da vida. A separação entre adultos e crianças que a filosofia das luzes veio consagrar, traduziu-se principalmente para

as crianças de classes mais elevadas na frequência da escola em regime de internato, enquanto as de classes sociais mais baixas teriam de trabalhar desde tenra idade durante ainda algum tempo (Pinto, 1985).

Um autor que marcou de forma profunda as ideias sobre a infância neste século foi Rousseau com a publicação da sua obra *Emile*, onde apresenta um novo modelo de educação. Delgado (1998) refere mesmo que a forma de encarar a infância sofreu uma grande transformação depois desta publicação:

> *"A importância desta obra foi transcendental no âmbito da pedagogia ocidental. É justo afirmar que na história da educação há um antes e um depois da publicação de Emile. O modo como se começou a encarar a educação e, sobretudo, o esforço de aproximação à personalidade infantil, teve a sua origem nesta obra" (Delgado, 1998, p. 141).*

Rousseau na sua perspectiva romântica, apresentava a criança como um ser bom e puro, sendo por isso merecedor de protecção, amor e piedade. Assenta as suas ideias no princípio de que o homem é diferente da criança e vice-versa.

Um facto que teve de igual modo um grande impacto para a pedagogia da época, e que aportou muitos conhecimentos sobre a infância foram as denominadas "crianças selvagens" a mais famosa das quais foi Victor, "o selvagem de Aveyron" transcrito nas memórias científicas do médico Itard.

Em finais do século XVIII, inícios do século XIX acontece revolução industrial de Inglaterra que rapidamente se expandiu a outros países marcando e modificando significativamente o mundo da família e da infância, principalmente nas classes mais desfavorecidas. Morel (s.d.) diz-nos que a necessidade de mão de obra barata nas novas cidades industriais levou a mulher a trabalhar fora de casa, levando consigo os filhos que vão executar também eles tarefas de acordo com as suas capacidades. As crianças das classes mais baixas passaram a ser introduzidas no mundo laboral desde tenras idades, enquanto os filhos das classes média e alta

Inglesas continuavam a frequentar a instituição escolar mantendo-se as ideias e suposições relacionadas com o conceito de infância.

A Revolução Francesa trouxe também ela, novas mudanças ao nível da instituição escolar (Chombart de Lauwe, 1991), foram instituídos a partir de dada altura programas que apresentam a escola laica como obrigatória para todas as crianças de ambos os sexos, com base em pressupostos que referem que os pais não são nem proprietários, nem credores dos filhos, mas sim seus devedores. A escola passa desta forma a ser um local de aprendizagens para as crianças em geral, o que demonstra um crescente interesse por elas e pelo seu futuro no desejo de as proteger e levar a alcançar uma certa felicidade social (Gonçalves, 1986).

Após avanços e retrocessos, principalmente ao nível da educação das crianças mais desfavorecidas, parece que finalmente chegou o momento de encarar a infância e tudo o que representa. Aparece o movimento Europeu para um concepção humana da infância devido a um crescente sentido de responsabilidade governamental pelo bem estar das crianças. Serra e Viguer (1998, p.82) referem mesmo que " a ideia de que o estado tinha direito a actuar como protector das crianças era nova e radical". Outros factores que muito contribuíram para fomentar e difundir a ideia de infância foi indiscutivelmente, por um lado o clima intelectual que se viveu em finais do século XVIII (Goethe, Voltaire, Diderot, Kant, Hume...), e o desenvolvimento da imprensa que permitiu a expansão de livros, notícias, comentários literários, científicos, médicos e pedagógicos, influenciando de forma profunda o conhecimento e o sentimento sobre a infância.

No século XIX cabe realçar a sensibilidade demonstrada acerca do mundo infantil por Pestalozzy e mais tarde por Frobel. Assume particular importância o método de educação infantil desenvolvido, onde sobressai o papel do jogo infantil espontâneo e livre, as dramatizações, a música e outros tipos de actividade para o desenvolvimento da criança, no qual se apoiam mais tarde os jardins de infância de Montessori, Decroly, Adler, e outros que, pela primeira vez ao longo da história,

consideram a criança como o "actor principal", passando o professor a ter um papel secundário (Buenaventura Delgado, 1998)

Em finais do século XIX, as descobertas de Pasteur e os progressos da medicina e da higiene fazem decrescer consideravelmente a mortalidade infantil. Apareceram outros dois autores (Freud e Dewey) cuja obra marcou a estrutura do discurso que iria ser empregue nas avaliações de infância a partir desse momento. O primeiro, deixou clara a ideia de que a criança quando nasce está dotada de um aparelho psíquico e possui impulsos instintivos e capacidades que lhe vão permitir ultrapassar alguns obstáculos. Salienta ainda a existência de uma sexualidade infantil possuindo as crianças complexos e impulsos psíquicos instintivos que devem superar, perder e sublimar, de modo a poder alcançar a fase adulta. Dewey defendeu que era necessário abordar as necessidades psíquicas da criança em função do que ela é, e não do que se espera que ela será no futuro. Ambos os autores defenderam o paradigma básico da infância, que havia estado em processo de formação desde o aparecimento da imprensa (Serra e Viguer, 1998).

A primeira metade do século XX apresenta-se como um momento alto, no que concerne ao interesse pela infância. Postman (1982) considera este período como "a idade de ouro da infância", pois foi durante esta fase que mais se demarcaram as diferenças entre o mundo infantil e o mundo adulto. Aparecem algumas leis onde se oferece protecção às crianças, considerando-as qualitativamente diferentes dos adultos. Começa a despontar um mundo infantil, onde se pode encontrar roupas, mobiliário, literatura, jogos e muitas outras coisas que demarcam de forma clara esse mundo dos adultos. É também um período onde se projecta o estereótipo de família moderna, onde os pais desenvolvem mecanismos psíquicos que permitem uma plenitude de empatía, ternura e responsabilidade para com os seus filhos, passando a infância a ser considerada como categoria biológica. Apareceram muitos teóricos que desenvolveram os conhecimentos tidos sobre as crianças através da publicação de um grande número de teorias. No inicio do século, cabe realçar a importância de dois médicos (Montessori e Decroly) que procuraram resolver problemas na escola,

contribuindo também eles para o desenvolvimento do mundo infantil. Montessori estudou os métodos pedagógicos que foram utilizados anteriormente por Itard e Seguin e aplicou-os a crianças "normais". Mais tarde a autora defendeu que estes princípios pedagógicos poderiam ser aplicados com sucesso a crianças com ou sem deficiências. Decroly, através de filmagens procurou analisar as reacções e conduta de crianças com e sem deficiências. Delgado (1998, p.192) refere que "o principio da globalização e dos centros de interesse utilizados por Decroly na sua prática pedagógica encontraram eco profundo na metodologia pedagógica contemporânea, tendo tido uma grande influência nos ambientes académicos psicopedagógicos".

O século XX foi também um século de grandes avanços ao nível da saúde pública, houve uma grande redução de doenças, epidemias e da mortalidade infantil. Foram promulgadas leis respeitantes à melhoria das condições de higiene das pessoas quer em casa, nos locais de trabalho e nas escolas. Aparecem os médicos escolares e os especialistas em doenças infantis (Pediatras). Desenvolve-se a industria farmacêutica e são lançadas muitas campanhas de prevenção de doenças infantis.

A Segunda metade do século XX marca de forma clara uma nova etapa no conceito de infância. Autores como Postman (1982), Pinto (1995), Serra e Viguer (1998) entre outros, referem que o principal responsável por esta alteração se deve, sem sombra de dúvidas, ao ambiente cultural criado pelos meios de comunicação electrónicos que começam a despontar com o telégrafo (primeiro meio de comunicação que permitiu que a velocidade de transmissão de uma mensagem superara a do corpo humano), passando pela rádio e atingindo o seu ponto máximo com o aparecimento da televisão a partir de 1950, e mais tarde o computador.

Nos últimos anos os avanços tecnológicos foram de tal forma acentuados que muitos autores (Castells, 1989; Sassen, 1991; Lash e Urry, 1994...) dizem ter havido uma nova revolução, denominada "revolução tecnológica da informação" que veio causar grandes transformações na vida social e económica das populações, permitindo o acesso a uma infinidade de conhecimentos despoletando um novo

paradigma de estrutura social que veio modificar profundamente os modos de vida da infância e juventude. A cultura do livro entre os séculos XVI e XX, que fez despontar um monopólio de conhecimentos que contribuiu para a separação entre o mundo da infância e do adulto, é posto em causa pelo aparecimento da televisão e do computador, apresentando-se estes como meios de comunicação igualitários que eliminam o conhecimento baseado na experiência e permitem o acesso fácil a todo o tipo de segredos que fazem parte do património cultural e social dos adultos. Os autores referem mesmo que, desde a idade média, que as crianças nunca souberam tanto sobre a vida dos adultos como actualmente, e que os jovens têm hoje em dia ao seu alcance um novo repertório de conhecimentos que os aproxima e identifica cada vez mais com os adultos. Sobre este assunto, Postman (1982) vai mais além, referindo que :

> *" Hoje em dia a infância está ameaçada, uma vez que o comportamento, as atitudes, a linguagem, os desejos e inclusivamente o aspecto fisico cada vez se distinguem menos dos adultos. (...) O acesso ao fruto anteriormente proibido relativamente às informações sobre os adultos, fez com que fossem expulsos do jardim da infância" (Postman, 1982, p. 161).*

Autores como Suranski, (1982) e Winn (1983) partilham as ideias de Postmann referindo que as grandes mudanças pelas quais passa a sociedade moderna, pode levar ao desaparecimento do conceito de infância, correndo as crianças o risco de voltarem de novo a ser olhadas como "adultos em miniatura" (Giddens, 1995).

Será que está a desaparecer de novo a infância, tal como apontam os autores citados anteriormente ou estaremos a caminhar para uma nova infância ?

Uma breve análise sobre a vida quotidiana poderá ajudar na resposta a esta pergunta, senão vejamos: as agendas políticas tratam cada vez mais de problemas relacionados com os direitos das crianças, a delinquência juvenil, leis protectoras de menores (...), as televisões dedicam inúmeras horas diárias a programas infantis,

aparecem canais temáticos para a população infantil na TV cabo, os telejornais e jornais diários apresentam muitas vezes como notícias de 1ª página assuntos relacionados com o mundo infantil. Ao nível da investigação, como referem Pinto e Sarmento (1997), passou-se a analisar a infância como uma categoria social autónoma nas suas relações com a acção social, ultrapassando-se desta forma os limites da investigação que até há pouco tempo estavam confinados aos campos da medicina, psicologia do desenvolvimento ou pedagogia. Aparecem diariamente novos livros e publicações, novas leis e novas estruturas sociais que, para além de dar a conhecer cada vez melhor as crianças, lhe conferem uma maior protecção (...).

Pelo exposto anteriormente, parece-nos que tem havido uma crescente valorização dos aspectos relacionados com a infância. Por isso não concordamos que se esteja a assistir ao desaparecimento da infância, mas sim, a caminho de uma nova infância. Uma infância que se aproxima mais do adulto, que procura reproduzir o seu aspecto físico, linguagem, comportamentos, atitudes e desejos. Uma infância aberta à mudança, que procura acompanhar as importantes modificações demográficas, económicas, culturais e tecnológicas que ocorrem na nossa sociedade e que lhe criaram novos desafios e novos constrangimentos. O novo modelo de infância está directamente ligado às grandes transformações sociais especialmente ao nível dos contextos de vida das crianças, deixando a infância de ser considerada apenas como uma etapa regulada pelo crescimento biológico para passar a ser determinada pelos requerimentos convencionais, sociais e políticos do desenvolvimento psicossocial. Caminhamos para um modelo de infância que se prepara para enfrentar as dificuldades e vicissitudes de um novo modelo social, que, este sim, se pode assumir como veículo transformador. Estamos por isso convictos que a infância já ganhou o seu espaço próprio e, embora sofra adaptações face às novas realidades sociais, continuará a ser olhada como um grupo social específico de grande importância na história e futuro da humanidade.

3.1.2 – Infância – Um conceito em permanente transformação

Ao longo da história, "a infância" apresenta-se como um conceito variável em função da definição dominante em cada época, podendo também variar entre diferentes sociedades, diferentes culturas e diferentes comunidades. O historiador Ariès (1988) argumenta que a infância como fase separada do desenvolvimento não existia na Idade Média e que, nas pinturas da Europa medieval, as crianças eram retractadas como "pequenos adultos" com rostos maduros, com o mesmo estilo de vestuário, desempenhando as mesmas tarefas e actividades que os adultos. Sarmento (1999) afirma mesmo que ao longo do tempo se podem observar várias imagens de infância, desde a "infância inexistente" (idade média), passando pela "infância romântica" (característica dos iluministas), "infância operária" (da sociedade industrial), "infância abandonada delinquente" (referenciada no Sec. XIX), até à infância cidadã (membro de pleno direito de uma sociedade do bem estar característica do Séc. XX). O aparecimento da infância na Europa está correlacionada, segundo Pais (1996), com importantes tendências demográficas, podendo ser encarado como um processo de construção social que poderá assumir um maior relevo nas sociedades ocidentais, devido ao facto de atravessarmos uma fase da história da humanidade onde se observa um aumento da esperança de vida e uma regressão das taxas de fecundidade. Daí a importância crescente da infância como grupo social específico.

A palavra "infância", tão corrente na nossa linguagem, encerra uma rica e singular história conceptual (Sarmento e Pinto, 1997), podendo significar realidades distintas com diferentes níveis de abstracção. Pais (1996) afirma que, a nível semântico, o conceito de infância pode ser vista mediante dois prismas, isto é, por um lado, como particular ou como aparente unidade por reflectir a totalidade de uma geração (quando nos referimos a uma determinada fase da vida dentro de certas balizas de natureza etária, com características muito particulares) e, por outro, de um modo colectivo ou como diversidade de características heterogéneas, por nela

coexistirem vários estatutos, atributos e papeis sociais que permitem distinguir as crianças umas das outras. As alterações e evolução do conceito arrastaram consigo novas ideias e novas perspectivas que, por vezes, geraram algumas controvérsias entre os diferentes autores, assumindo esta controvérsia maior relevo quando se refere aos intervalos que abarca a infância (Sarmento e Pinto, 1997). Os autores apontam como justificação para este facto questões de ordem política e social, assim como os contextos em que se coloca e os factores espaço-temporais em que decorre, como se pode ver na sua afirmação :

> *"Os limites etários da infância constituem antes de mais uma questão política e social, não sendo indiferente ao contexto em que se coloca, nem ao espaço ou ao tempo da sua colocação (...) Uma coisa temos pelo menos uma certeza, que é a de que todas as realidades têm uma referência comum "as crianças". (Sarmento e Pinto, 1997, p. 17).*

A análise bibliográfica revela que as "idades da infância" como lhe chama Sarmento e Pinto (1997), pode também ser entendida de várias formas, muitas vezes de acordo com diferentes comunidades, etnias ou culturas a que pertencem:

- Pode ser vista como um período de vida de uma criança medido através de um intervalo de idade convencional, diferindo por isso relativamente aos anos que abarca. A maior longevidade atribuída à idade da infância foi confinada pela Convenção Internacional dos Direitos da Criança das Nações Unidas, considerando-a no intervalo que vai do nascimento até aos dezoito anos, salvo se nos termos da lei atingir a maioridade mais cedo, tal como refere o artigo primeiro da convenção. Os limites etários da infância podem também ser considerados no momento da entrada na puberdade que acarreta consigo novos direitos e deveres. A idade legal de entrada no mercado de trabalho poderá ser outra fronteira demarcadora dessa mesma idade (em Portugal a partir dos 16 anos). A instituição escolar poderá também demarcar esses limites. Qvortrup (1995) refere que muitos autores apontam o fim da escolaridade compulsiva como a fronteira para as idades da infância.

- Pode também ser entendida como "conceito demográfico" tal como refere Casas (1992), isto é: quando nos referimos ao conjunto da população de um território com idade compreendida no intervalo convencional aludido anteriormente.

- Pode ainda ser entendida como um conjunto de características psicosociobiológicas de sujeitos em desenvolvimento, até alcançarem certas características próprias da etapa posterior de desenvolvimento. Neste caso a "idade cronológica" é considerada como um referente e não como um bom indicador do desenvolvimento por etapas. Esta última perspectiva potenciou importantes investigações psicológicas, médicas e psicossociais na procura de medições indicadoras de desenvolvimento infantil, tal como refere o autor:

> *"A infância como objecto de conhecimento científico, foi aumentando progressivamente as suas perspectivas, conduzindo-nos por um lado, aos mesmos fundamentos filosóficos da aquisição do conhecimento sobre a infância, tradicionalmente "adultocêntricos", isto é, até à necessidade de elaborar uma "epistemologia da infância" e por outro lado situando-nos ante a necessidade de aproximações interdisciplinares no nosso objecto-sujeito de conhecimento" (Casas, 1992, p. 28)*

- Uma outra perspectiva (esta com maior nível de abstracção) apresenta a infância como uma representação colectiva que vai evoluindo historicamente, isto é, perante a palavra "infância" os cidadãos de um dado território ou de determinado grupo social ou cultural desenvolvem uma série de ideias que configuram um conjunto de conhecimentos "lógicos", partilhados pela maioria dos membros dessa comunidade (Moscovici, 1976). As representações sociais que uma determinada comunidade tem sobre a infância constituem deste modo um conjunto de saberes quotidianos resistentes à mudança (sejam falsos ou verdadeiros do ponto de vista de qualquer disciplina científica) e apresentam um "corpo de realidade social" pois não só existem, mas também geram dinâmicas que impõem e condicionam às crianças limitando a possibilidade de experiências ou perspectivas de análise futuras.

A delimitação das idades da infância apresenta-se enfim, muito complexa e difícil. Partilhamos por isso a opinião de Franklin (1995) quando diz que:

> *"a infância não é uma experiência universal de duração fixa, mas sim diferentemente construída, exprimindo as diferenças individuais relativas à inserção do género, classe, etnia e história. Distintas culturas, bem como as histórias individuais, constróem diferentes mundos da infância" (Franklin, 1995, p. 7).*

3.2 – Teorias da infância - Confluência para um modelo ecológico

Ao longo do tempo o desenvolvimento infantil tem sido explicado por diferentes teorias que procuram cada uma por si e na sua inter-relação explicar esse mesmo desenvolvimento e a importância dos envolvimentos onde ocorre. O século XX coloca-nos perante um modelo de análise comportamental que evoluiu para perspectivas mais alargadas no que aos comportamentos diz respeito, e atendendo à interacção com os vários contextos onde eles ocorrem.

Bronfenbrenner e Crouter (1983) fizeram uma sistematização dos modelos que relacionam o desenvolvimento em contexto durante o século XX, e distinguem três etapas na sua evolução :

- Até 1930, os paradigmas são essencialmente implícitos ou explícitos de carácter estrutural descritivo-comparativo da criança em diferentes meios geográficos ou sociais;
- De 1930 até 1970, aparecem teorias explícitas sobre o desenvolvimento dos processos evolutivos, podendo aqui destacar-se os trabalhos de Freud, Piaget, Lewin, Hull e Vygotski.
- A partir dos anos 70, tendo por base uma combinação entre os modelos estruturais e as teorias explícitas sobre os processos, dá-se uma evolução dos paradigmas latentes para definições mais operacionais e cada vez mais complexas entre as diferentes áreas do envolvimento e a pessoa em

desenvolvimento, incluindo também as interacções existentes com os outros indivíduos.

Segundo Barker e Wrigt (1951), as mudanças ocorridos na psicologia ocidental a partir da década de quarenta e que conduziram a um progressivo abandono da tradição de trabalhos observacionais e em situação natural desenvolvidos fundamentalmente no campo da psicologia infantil, começaram a ser postos em causa por diferentes autores uma década mais tarde, "batendo-se" estes, por recuperar a análise descritiva da conduta humana em meio natural:

> *"A psicologia tem sido predominantemente nos últimos anos, uma ciência experimental onde a fase descritiva ecológica foi praticamente esquecida. Este facto fez com que surgissem várias lacunas ao nível do conhecimento psicológico uma vez que se omitiu quase por completo, um procedimento científico que é fundamental para a percepção de alguns dos problemas cruciais da conduta humana" (Barker e Wright, 1951, p.1)*

Relativamente às tendências teóricas do desenvolvimento, Krebs, Vieira, Vieira e Beltrame (1996) referem que:

> *"Enquanto as teorias mais tradicionais procuraram destacar a importância dos factores internos ou externos, as teorias mais contemporâneas mostram já uma maior interacção entre esses dois factores. Por outro lado, as tendências teóricas que irão nortear o estudo do desenvolvimento humano no próximo milénio, apontam para a necessidade de o entender como um sistema ecológico, onde o indivíduo é ao mesmo tempo produto e produtor das condições para o seu desenvolvimento" (Krebs, Vieira, Vieira e Beltrame, 1996, p. 22).*

A partir da década de 50, o desenvolvimento humano passou a ser visto de uma forma diferente, isto é, deixou de ser encarado apenas do ponto de vista unidireccional, explicado apenas como resultante da maturação de mecanismos endógenos e passou a considerar-se nesse seu desenvolvimento a importância e influência decisiva dos mecanismos exógenos. Brunswick (1952) e Kurt Lewin (1951) foram dois autores que tiveram um papel relevante nesta nova forma de

encarar o desenvolvimento humano, sendo apontados por alguns autores[12] como os grandes percursores da psicologia ecológica. Brunswick preconizou uma amostra cuidadosa de situações ambientais, atribuindo-lhes a mesma importância já reconhecida no caso de amostras de sujeitos individuais para conseguir um desenho experimental aceitável, de modo a que a investigação psicológica mantivesse um certo grau de "naturalidade" ou representatividade situacional que posteriormente se denominou "validade ecológica". O facto de ter acreditado que o envolvimento é vivido pelo sujeito de forma desordenada e por vezes caótica, sustentou que apenas eram possíveis leis probabilísticas que liguem a conduta ao envolvimento e que o método de investigação tem de assentar numa análise correlacional multivariada. Quanto a Lewin, as suas preocupações centraram-se numa linha distinta, acentando quase exclusivamente na dimensão que os antropólogos denominam "émica", isto é, tal como existe psicologicamente para o sujeito num determinado momento. Lewin definiu *o Life Espace* (ou espaço vital), como sendo a totalidade dos factos psicológicos, que determinam a conduta de um indivíduo num momento preciso, incluindo nele a pessoa e o envolvimento tal como esta o percepciona. Para o autor o comportamento do indivíduo não devia ser estudado desligado nem do sujeito, nem das condições concretas e significativas em que ele se desenvolve e de cuja interacção é resultante, isto porque o comportamento do indivíduo é sempre subjectivo, na medida em que ele não está isolado em si mesmo, mas sim em contínua interacção com o mundo que o rodeia, sendo o mundo por si constituído e por todos os outros que o envolvem, assim como também, pelos objectos e acontecimentos presentes ou não, com os quais entra, entrou ou deseja entrar em interacção (Portugal, 1992).

Inspirados na conceptualização de Lewin do espaço vital (one boy´s day: a specimen record of behavior), e da primeira tentativa de descrição das condutas e seus cenários numa cidade (Midwest and its children) desenvolvida por Barker e

[12] Soczka (1980) *A Perspectiva Ecológica em Psicologia.* Del Río e Alvarez (1985) *La Influência del Entorno en la Educación: la Aportación de los Modelos Ecológicos.*

Wright em 1955, um grupo de investigadores pertencentes a uma linha investigativa denominada "Escola de Kansas" elaboraram mais tarde um entramado metodológico e conceptual, por eles denominado "nova perspectiva de aproximação à conduta humana", que esteve na base de muitas investigações descritivas que lhe sucederam sobre o desenvolvimento dos indivíduos num determinado envolvimento, incorporando novas ideias e conceitos aos postulados iniciais e demonstrando a importância e necessidade de um enfoque pluralista (Del Río y Alvarez, 1985).

Em finais do século XX, desenvolveram-se novos campos de pesquisa e de intervenção para dar resposta à multiplicidade de problemas levantados pelas consequências de um grande desenvolvimento industrial, um crescimento dos centros urbanos, uma concentração dos capitais e dos meios técnicos, uma evolução exponencial das populações, um esgotamento acelerado dos recursos naturais não renováveis, uma perturbação dos ecossistemas através das várias formas de poluição ambiental e do desgaste das áreas verdes do planeta e dos solos aráveis. É no contexto desta crise que se fez sentir e desenvolve a partir dos anos 60, particularmente nos Estados Unidos, uma nova forma de olhar o desenvolvimento humano, começando-se a considerar os contextos onde ocorre esse desenvolvimento como uma das valências mais importantes para a sua compreensão, colocando a reflexão, o estudo e a investigação numa nova perspectiva.

Um dos autores recentes onde podemos encontrar fortes influências de Kurt Lewin, e que se enquadra nesta nova forma de estudar o desenvolvimento humano, é Urie Bronfenbrenner. O seu modelo teórico tem uma dinâmica e sensibilidade distintas e extremamente ricas entre as diferentes componentes que o integram, ao nível dos diferentes sistemas (Tavares, 1992). A sua concepção contrasta com a dos modelos mais clássicos que empregam frequentemente uma perspectiva que obscurece a visão do investigador acerca das características ambientais e do potencial humano para agir construtivamente face ao meio, o que tem como resultado uma desvalorização das capacidades e potencialidades humanas (Portugal, 1992). O modelo Ecológico de Bronfenbrenner fornece-nos um quadro conceptual

que nos permite compreender a interacção existente entre o sujeito e o mundo que o envolve, defendendo o autor uma perspectiva teórica que considera o desenvolvimento humano directa ou indirectamente relacionado com o contexto onde ocorre, compreendendo este, não apenas o indivíduo, mas também um conjunto de sistemas contextuais dinâmicos, modificáveis e em constante desenvolvimento no seu interior e que se vão relacionar com diferentes contextos mais ou menos vastos, mais ou menos próximos. Esta nova forma de olhar o desenvolvimento humano está expressa de forma clara numa expressão do autor, quando diz que :

> *"... Eu apresento uma nova perspectiva teórica sobre a pesquisa em desenvolvimento humano. A perspectiva é nova nas suas concepções sobre o desenvolvimento da pessoa no seu envolvimento, especialmente na interacção entre os dois" (Bronfenbrenner, 1979, p. 3).*

O modelo ecológico permitiu, neste final de século, encarar a criança e o meio ambiente onde ela se desenvolve de uma forma diferente, implicando, como refere Portugal (1995), o estudo científico da interacção mútua e progressiva entre o indivíduo activo em constante crescimento, e as propriedades do meio imediato onde ele vive em constantes transformações, sendo este processo influenciado pelas relações entre os contextos imediatos e os contextos mais vastos onde aqueles se integram. No seu modelo, o autor diz que é importante ter em conta três factores:

- A criança, que é encarada como um sujeito dinâmico em desenvolvimento, que se move, restrutura e recria progressivamente no meio que o envolve;
- A relação criança/mundo que é caracterizada pela reciprocidade, havendo uma interacção mútua com o seu ambiente;
- O envolvimento que é importante para o desenvolvimento, englobando para além do contexto imediato, as inter-relações entre vários contextos.

A análise do modelo ecológico permite-nos verificar que tem como ponto fulcral a criança (com as suas características intrínsecas) que se vai desenvolver com base na participação em padrões de actividades cada vez mais complexos, e que têm

como pano de fundo as relações por ela estabelecidas com as pessoas com as quais interage positivamente dentro de um determinado ambiente. Segundo Bronfenbrenner (1992) é um modelo que tem por base um conjunto de sistemas aninhados ou estruturas que se encaixam e se interligam umas nas outras em torno da criança em desenvolvimento, apresentando-se ela, simultaneamente produto e produtor de mudanças que possam ocorrer no seu envolvimento. Quanto aos principais pressupostos que dão suporte ao modelo, eles estão estruturadas em torno de quatro dimensões às quais o autor adicionou mais tarde uma quinta dimensão[13].

O microssistema, é a dimensão mais próxima da criança onde ela estabelece as suas relações mais directas experienciadas num determinado ambiente (contexto imediato) com características físicas e materiais particulares, contendo outras pessoas com características distintas das suas, quer em termos de temperamento, personalidade e sistemas de crenças (Bronfenbrenner, 1992). O autor diz também que nesta dimensão o ambiente não é diferenciado por variáveis lineares, mas sim explicado com base em três pressupostos teóricos relativamente aos seus elementos constituintes:

- A natureza e função das actividades molares;[14]
- As estruturas interpessoais como contextos do desenvolvimento;[15]
- Os papeis como contextos no desenvolvimento do indivíduo.[16]

[13] Inicialmente Bronfenbrenner em 1979, preconizou quatro dimensões (o microssistema, o mesossistema, o exossistema e o macrossistema). Mais tarde em 1986, o autor apresenta uma quinta dimensão que denominou de cronossistema.

[14] As actividades molares são entendidas pelo autor como diferentes formas de comportamento humano que têm influência no comportamento, devendo apresentar uma certa persistência temporal e ter significância para o indivíduo em causa (ex : a fala intencional no desenvolvimento da criança).

[15] A estrutura básica de análise é a díada (sistema de duas pessoas) que Bronfenbrenner (1979) considera como a estrutura interpessoal mais simples e consequentemente, como contexto mais imediato do desenvolvimento. Para o autor uma relação é obtida sempre que duas pessoas participem conjuntamente nalguma actividade ou quando uma delas presta atenção ao comportamento da outra, por isso pode ser observacional, de actividade conjunta ou primária (continua a existir após a separação).

[16] Um papel é uma actividade pertinente bidireccional (expectativas dos diferentes membros da sociedade relativamente ao indivíduo e vice versa).

As actividades molares, as relações interpessoais e os papeis são por isso o contexto social que caracteriza o microssistema (Krebs, 1995).

O mesossistema, constitui a segunda dimensão do modelo ecológico, e diz respeito às inter-relações entre contextos em que a criança participa activamente no decurso do seu desenvolvimento, podendo ser entendido como um conjunto de microssistemas. Bronfenbrenner (1979) refere que, dentro do mesossistema, entre dois ou mais ambientes nos quais o indivíduo participa activamente, podem existir quatro tipos de inter-relações :

- Participação multiambiental;[17]
- Laços indirectos;[18]
- Comunicação interambiental;[19]
- Conhecimento interambiental.[20]

Segundo Krebs (1995) as forças existentes ao nível do mesossistema são as mesmas utilizadas na análise dos elementos do sistema precedente, ou seja, é composto também ele por actividades molares, estruturas interpessoais e papeis.

A terceira dimensão que constitui o modelo ecológico é o exossistema e diz respeito a um ou mais contextos, que não implicam a participação activa da criança em desenvolvimento, mas onde ocorrem situações que afectam ou são afectadas pelo que ocorre no contexto imediato onde ela se movimenta. Segundo Portugal (1992), para demonstrar a influência do exossistema no desenvolvimento da criança é necessário estabelecer-se uma sequência causal que envolve duas fases : uma liga os

---

[17] Ao longo do seu desenvolvimento, o indivíduo vai conhecendo e participando em diferentes ambientes, e sempre que participa num ambiente até então desconhecido, diz-se que houve uma transição ecológica. O indivíduo que participa em mais que um ambiente dentro do microssistema é caracterizado por Bronfenbrenner como laço primário, enquanto as outras pessoas que também participam nesses mesmos sistemas são considerados laços secundários.

[18] Os laços indirectos prendem-se com pessoas que não participam activamente em nenhum dos ambientes, mas que têm influência sobre as pessoas que aí participam.

[19] A comunicação interambiental é toda a informação ou mensagem que é transmitida entre dois ambientes e pode ser unilateral (televisão) ou bilateral (telefone)

[20] O conhecimento interambiental diz respeito às informações que existem num ambiente em relação a outro.

acontecimentos do exossistema com os processos ocorridos no microssistema e outra liga os processos do exossistema com as modificações que ocorrem ao nível do sujeito, podendo este durante o seu desenvolvimento desencadear processos, ao nível do microssistema, que têm repercussões a nível de contextos mais amplos.

A quarta dimensão do modelo ecológico denomina-se macrossistema e diz respeito, não a contextos específicos, mas sim a protótipos gerais existentes na cultura ou sub-cultura que têm influência nas estruturas e actividades que ocorrem nos níveis mais concretos. Esta dimensão é vista como algo em permanente movimento, que ao modificar-se, confere movimento a todos os seus sistemas, até ao nível do sujeito. O processo de desenvolvimento ocorre desta forma no seio de um sistema ecológico dinâmico que se manifesta na continuidade de formas e conteúdos que se podem encontrar em toda a extensão da cultura. Bronfenbrenner (1979) diz que o macrossistema engloba o sistema de valores, crenças, maneiras de ser e estilos de vida de uma sociedade, veiculados ao nível dos subsistemas (exo, meso e microssistemas).

Para completar o seu modelo ecológico, o autor juntou em 1986 mais um elemento que denominou de cronossistema e que permitia investigar a influência no desenvolvimento da pessoa, de mudanças (e continuidades) ao longo do tempo, dentro do ambiente no qual ela vive. As formas mais simples de cronossistema estão relacionadas com os processos de transição,[21] pelos quais a criança passa ao longo da vida e que também eles podem influenciar de forma profunda o seu desenvolvimento.

Atendendo ao exposto, podemos dizer que o desenvolvimento infantil é interpretado à luz do modelo ecológico, não como um sistema estático, mas sim como um sistema dinâmico, que não resulta apenas da soma de atributos de ordem psicossomática ou sociocultural, mas sim tendo por base o entrecruzar de todos os

[21] Bronfenbrenner identificou dois tipos de transição: a normativa que engloba a entrada para a escola, puberdade, início da vida profissional, casamento e aposentadoria e a não-normativa onde se inclui a morte ou doença grave de um membro da família, divórcio, mudança de residência, acertar na lotaria etc.

atributos inerentes à pessoa em desenvolvimento, onde ela se apresenta simultaneamente como produto e produtor da sua própria evolução.

3.2.1 - O modelo ecológico como fundamento do desenvolvimento infantil

Interpretar o desenvolvimento infantil com base no modelo ecológico permite-nos, de alguma forma, perceber a capacidade de adaptação, versatilidade, interacções e persistência dos comportamentos das crianças em desenvolvimento. Isto porque, durante o seu dia a dia, a criança desenvolve e participa activamente em diferentes actividades, estabelecendo todo um rol de relações directas com diferentes intervenientes que fazem parte do seu ambiente.

A explicação do desenvolvimento infantil com base no modelo ecológico está centrado numa estrutura que tem por base os elementos do microssistema onde a criança vai interagir e desenvolver actividades conjuntas com outros agentes que lhe estão mais próximos e que fazem parte do seu envolvimento (adultos ou outras crianças). No seu dia a dia a criança vai participar activamente em diferentes microssistemas (família, escola, amigos do bairro, clube...). Inicialmente essas actividades conjuntas tendem a ser diáticas, mas, com o passar do tempo, ela alarga os seus horizontes, tornando-se apta a lidar com várias pessoas e a desenvolver vários comportamentos simultaneamente. Para uma criança em fase de desenvolvimento, as actividades diáticas oferecem-lhe oportunidades de aprendizagem e vivências com diferentes relações de poder (Krebs, 1998). Esta aprendizagem contribui para o desenvolvimento cognitivo e social, uma vez que a relação de poder caracteriza tanto os fenómenos físicos, como os sociais com os quais ela se confronta numa variedade de ambientes ecológicos ao longo do curso do seu desenvolvimento.

A expansão e diferenciação do campo psicológico da criança reflecte um importante princípio da ecologia do desenvolvimento que tem a ver com o facto de se tornar capaz, não apenas de participar activamente nesse ambiente, mas também

de o alterar (Portugal, 1992). Este facto reflecte a evolução e complexidade na percepção do mundo, no interior e na interface do contexto imediato, e reflecte a capacidade crescente da criança para lidar e alterar o seu ambiente, de acordo com as suas necessidades e desejos. O desenvolvimento é assim organizado em função da extensão e complexidade das actividades desenvolvidas pela criança e pelos que a envolvem e que fazem parte do seu campo psicológico. Dentro dos microssistemas em que está directamente envolvida ela vai participar nas mais diversas actividades, desempenhar diferentes papeis e estabelecer uma grande diversidade de relações interpessoais com outras pessoas com características diferentes das suas. As relações interpessoais sob a forma de díada podem assumir várias formas no decurso do dia a dia da criança, uma vez que ela, nas suas interacções, pode apresentar-se como uma observadora atenta e directa dos comportamentos dos sujeitos que fazem parte do seu meio envolvente (diada observacional), pode ser um interveniente directo nas acções desenvolvidas (díada de actividade conjunta) ou pode manter um vínculo afectivo com o outro quando este deixa de estar presente, tal como acontece relativamente ao amigo da escola com o qual mantém os laços de amizade mesmo depois de voltar a casa (díada primária). A abordagem ecológica salienta de igual forma, tal como já foi referido anteriormente, a variedade de papeis desempenhados directa ou indirectamente pela criança em cada um dos microssistemas em que participa, estando cada um deles associado às actividades e estruturas interpessoais em que participa.

Dentro do mesossistema, a criança em desenvolvimento vai mover-se no decurso do seu dia a dia e interagir activamente em ambientes diferenciados, tendo uma participação multi-contextual (vida familiar, escola, vizinhança, clube...). A participação nos vários contextos pode considerar-se uma rede social directa ou de primeira ordem, porque todos eles fazem parte do mundo da criança em desenvolvimento. Bronfenbrenner (1979) refere que esse desenvolvimento é intensificado em função do número de contextos diferentes em que ela participa ao nível das actividades conjuntas e relações primárias estabelecidas com indivíduos

mais experientes. Durante o seu desenvolvimento a criança vai tendo acesso a novos contextos e ambientes até então desconhecidos, fazendo aquilo que Bronfenbrenner (1979) chamou de transições ecológicas (entrada para o infantário, entrada para a escola ou para o clube...). Em cada um dos ambientes em que participa de forma directa, a criança é considerada como sendo um laço primário, enquanto que os outros personagens que participam nesses mesmos sistemas sem serem os principais sujeitos são considerados como laços secundários.[22] Dentro do mesossistema podemos ainda encontrar participações multiambientais que se observam quando duas pessoas participam de forma directa em mais que um ambiente (amigos que frequentam simultaneamente a escola e o clube).

O exossistema é compreendido como uma extensão do mesossistema, e engloba estruturas sociais específicas, formais e informais, onde o sujeito em desenvolvimento não participa directamente, mas que influenciam os contextos imediatos em que este se encontra, determinando o que aí se passa. Esta estrutura é também importante uma vez que o desenvolvimento infantil é perspectivado neste modelo em função das modificações progressivas que vão acontecendo ao longo do tempo. Por isso a criança em desenvolvimento torna-se membro activo da sociedade a que pertence, interagindo com os membros significativos que a rodeiam, sendo esta interacção mediada por estruturas que se situam para lá do seu envolvimento imediato. Dentro do exossistema, para que as suas forças possam ter impacto sobre a criança em desenvolvimento, é fundamental que estejam interligadas a um ou mais microssistemas onde ela participa ou que tenham uma relação directa com a mesma (pode ser dado como exemplo a família extensa, os amigos da família ou a vizinhança...). A criança também poderá exercer influência sobre algum elemento que faz parte do exossistema (por exemplo o emprego da mãe, onde uma doença prolongada da criança pode levar à necessidade de uma redução do seu horário laboral ou mesmo à sua interrupção durante um certo período temporal).

[22] Bronfenbrenner dá como exemplo a criança que frequenta a escola (laço primário) e tem a sua vida familiar com os pais em casa (laço secundário) que participam nos dois ambientes com a criança.

O macrossistema que diz respeito a contextos mais gerais, tais como atitudes e ideologias dentro de uma sociedade, está sempre por detrás e influencia indirectamente o desenvolvimento da criança uma vez que envolve todos os sistemas anteriores. Quanto aos elementos do cronossistema eles também têm uma influência directa no desenvolvimento do indivíduo, uma vez que podem alterar significativamente as suas rotinas e actividades diárias. Podemos dar como exemplo a mudança de residência por parte da família o que vai provocar uma nova necessidade de adaptação por parte da criança relativamente ao seu ambiente principalmente ao nível de muitos dos microssistemas em que participa (escola, amigos, clube...)

Para concluir diremos que é fundamental para o bom desenvolvimento da criança uma participação que lhe permita observar ou envolver-se activa e directamente em actividades conjuntas (orientadas e não orientadas) e significativas, com padrões de complexidade cada vez mais elevados, quer com indivíduos da sua idade quer com adultos, devendo essas actividades contribuir não apenas para o seu desenvolvimento saudável, mas também que lhe garantam uma participação mais activa nos problemas e tarefas da sociedade da qual fazem parte. Autores como Hendrick, (1990); Constantino, (1994); Neto, (1987, 1992, 1994); Portugal, (1992, 1995) entre outros, afirmam que estas condições de desenvolvimento são cada vez mais difíceis de realizar, devido às grandes transformações sociais ocorridas, principalmente ao nível de algumas forças desorganizadoras que surgem, não no interior das famílias, mas especialmente, nas circunstâncias em que elas se encontram e no tipo de vida que lhes é imposto por essas circunstâncias,[23] sendo as

[23] As circunstâncias apontadas pelos autores, dizem respeito a necessidades sócio-económicas e a tensões existentes ao nível do emprego (quantas vezes se torna difícil a conciliação entre o trabalho e a família, devido às limitações na carreira profissional e realização pessoal), associado a este factor aparece a falta de tempo por parte dos adultos (o que faz com que as crianças tenham necessidade de procurar os jovens da mesma idade, interagindo com eles de forma profunda e quantas vezes desadequada). Por outro lado as condições das escolas (cada vez maiores e mais impessoais e muitas vezes sem condições para que o professor possa desempenhar a sua missão de uma forma adequada), a presença de uma única figura parental (muito em voga nos nossos dias), várias crianças partilhando um mesmo espaço (na maior parte das vezes de dimensões reduzidas) e também a falta e desadequação dos espaços para que as crianças possam desenvolver as suas actividades (especialmente com outras crianças)

condições de desenvolvimento referidas cada vez menos satisfeitas nos principais contextos microssistémicos onde ocorre o desenvolvimento (família e escola), e que o envolvimento das crianças e dos adultos na vida uns dos outros na resolução de problemas, tarefas e actividades de cada um é cada vez menor, assim como, o envolvimento social entre eles. Quanto às razões que determinam o não cumprimento destas condições de desenvolvimento da criança ao nível dos contextos imediatos, (micro e mesossistemas) vamos apoiar-nos na opinião de Bronfenbrenner (1996) quando afirma que têm as suas raízes nos contextos mais vastos (exo e macrossistemas),[24] apresentando-se estes sim como determinantes. As crianças e jovens crescem por isso, hoje em dia num contexto social e cultural complexo e incerto, muito influenciado pelas forças externas, que exercem uma grande influência na organização da sua vida quotidiana e que se reflecte de forma profunda no seu desenvolvimento pessoal e social.

3.3 – Desenvolvimento sócio-espacial da criança – um alicerce para o futuro

As crianças no decurso do seu desenvolvimento[25] passam por processos psicossociológicos e biofisiológicos que interferem nas suas relações sociais com o meio que as rodeia. Estas mudanças passam-se a diferentes níveis (afectivo, cognitivo, moral e social), e à medida que se vão estabelecendo novas interacções com o meio as relações sociais alteram-se, suscitando este novo campo psicológico e social, o desenvolvimento de uma rede de aquisições que, de algum modo, vai interferir nas suas rotinas de vida (Vala, França e Barros, 1986).

---

[24] Bronfenbrenner dá o exemplo das instituições familiar e escolar afirmando que ambas reflectem as condições da sociedade em geral que muitas das vezes não permite que aconteçam actividades e atitudes conducentes a um desenvolvimento saudável do indivíduo em desenvolvimento.

[25] O termo desenvolvimento tem um significado de crescimento e de progresso (Vayer e Roncin, 1993, p. 15), se aplicado à evolução da criança significa que quando a observamos no tempo, constatamos um desenvolvimento das estruturas somáticas, um aumento das possibilidades pessoais de agir sobre o meio e, por conseguinte, progressos na capacidade de compreender e de se fazer compreender.

O desenvolvimento sócio-espacial é, assim, e fundamentalmente, o desenvolvimento da inter-relação, interacção e partilha entre pessoas num determinado envolvimento. Desde que a psicologia se interessou pela criança, a relação por ela estabelecida com o meio onde se move e orienta passou a assumir um papel relevante (Malpique, 1995). Este facto pode confirmar-se na proliferação de estudos ao longo dos últimos anos[26] e que tiveram como campo de observação os ambientes onde as crianças se movem e interagem realçando a grande interligação existente entre os dois pólos. Esta afirmação parece confirmar-se nas palavras de Ajuriaguerra (1977) quando diz que :

> *"Não existe desenvolvimento compreensível da criança fora do seu meio ambiente" (Ajuriaguerra, 1977, p. 114)*

Portugal (1992) vai mesmo mais longe no vincar da relação existente entre a criança e o seu envolvimento, afirmando que :

> *"O ser humano para realizar todo o seu potencial de desenvolvimento necessita de um contexto adequado que lhe permita interagir com os outros, construindo um conjunto de relações mais ou menos complexas que lhe possibilitem dar resposta às diferentes solicitações que lhe são feitas a partir da sua personalidade, quer sejam determinadas por dimensões do tipo fisico-biológico, psicológico, social ou contextual. As experiências do contexto constituem um novo potencial de desenvolvimento do sujeito, que se junta ao património hereditário, aumentando desta forma a interligação entre os contextos que envolvem a criança" (Portugal, 1992, p. 9).*

[26] Relativamente a estes estudos, Malpique (1995, p. 319) aponta os nomes de Proshansky; Ittelson; Rivlin (eds) (1976); Korosec-Serfaty (éd.)sci) (1976); Chombart de Lauwe, M.J. (1976, 1979); Neperud (1977); Bronfenbrenner (1979, 1981); Muntañola y Thornberg (1973, 1976, 1980); Mussen (eds.) (1983); Lurçat (1982, 1984); Derouet- Besson (1984); Karguer (sci.) public.) (1985); Levy-Leboyer (1987); Altman; Stokols (eds.) (1987); Caride Goméz (coord.) (1991)... aos quais poderia-mos acrescentar os estudos desenvolvidos por Herkowitz (1984 b); Hottinger (1984 a; 1984 b); Lockart (1984 a; 1984 b); Malina (1984 c); Meinel (1984); Gallahue (1985); Neto (1984, 1987, 1989); Serrano e Neto (1996)

Klein e Liesenhoff (1982), reforçam também eles a importância dos factores ambientais durante a infância, justificando que nesta fase a relação com o espaço assume valores determinantes em termos evolutivos, uma vez que a criança vai sofrer um processo de construção e definição da sua identidade que encontra fundamentação na interacção estabelecida com o seu meio envolvente. É com base na organização e estruturação do espaço que existe uma determinação selectiva das actividades e relações sociais que nele são possíveis de estabelecer, havendo desta forma entre o indivíduo e o espaço que o rodeia uma simbiose em que um e outro se reforçam reciprocamente. A criança diferencia-se do mundo que a envolve, ao mesmo tempo que se integra nele como interlocutor por inteiro, assimilando os aspectos relacionais e informacionais que lhe permitirão reconhecer-se e reconhecer esse mundo.

Malpique (1995) refere que um dos problemas que se colocam às diferentes áreas científicas que estudam o desenvolvimento sócio-espacial do indivíduo é precisamente o de saber como se constróem as estruturas que permitem à criança conhecer-se a si mesma, conhecer o mundo que a rodeia e interagir com ele. Na procura de respostas para este problema, têm sido vários os investigadores que se têm preocupado em estudar esta interacção entre a criança e o seu envolvimento durante a fase da infância. Nalguns deles particularmente, nos reencontramos. No entanto aquele com o qual mais nos identificamos em termos sistémicos é, sem dúvida, o modelo desenvolvido por Bronfenbrenner em 1979 e denominado "Perspectiva Ecológica do Desenvolvimento Humano". Tal desenvolvimento é visto pelos ecologistas como um processo pelo qual o indivíduo adquire um concepção mais alargada, diferenciada e válida do ambiente ecológico e se torna motivado e apto a desenvolver actividades que permitam descobrir, manter ou alterar as propriedades desse ambiente ecológico (Portugal, 1995).

> *"A natureza envolvente e a percepção da realidade, faz emergir e expandir na criança um conhecimento da importância do envolvimento fisico e social activo" (Bronfenbrenner, 1979, p. 9).*

Olhando para a criança tendo por base uma perspectiva ecológica, parece não haver dúvidas que, desde o microssistema até ao macrossistema, muitos são os factores que se entrecruzam, contribuindo cada um por si ou em conjugação para o seu desenvolvimento sócio-espacial. A maioria dos autores (Malpique, 1995) apontam como determinantes os seguintes factores: a relação mãe/filho, a constelação familiar, a natureza da vizinhança, as crianças da mesma idade que vivem nas redondezas, o círculo de amigos, a totalidade do grupo cultural em que a criança cresce e que actua sobre ele, principalmente através dos meios de divulgação de massa, outras instituições existentes no exterior da família, e também diferentes organismos públicos e privados que, de uma forma mais indirecta, também têm a sua participação. Alguns destes agentes, principalmente os que fazem parte do microssistema da criança, actuam muito directamente a nível diático, seja em casa, na rua ou na escola, desempenhando um papel mais ou menos importante, dependendo da fase da vida em que a criança se encontre.

Malpique (1995) afirma que a interligação entre a criança e o seu meio começa mesmo antes do nascimento :

> *"O bebé é o habitante do dentro (...) O corpo da mãe é a sua primeira casa (...) A mãe é nos primeiros tempos de vida e depois do nascimento o seu ambiente privilegiado" (Malpique, 1995, p. 272)*

Durante o primeiro ano de vida a criança regista já um número considerável de dados espaciais. Torna-se, como refere Denner (1979, p. 46), "um leitor do espaço de alta qualidade, uma vez que qualquer objecto é susceptível de uma chamada de atenção". Lurçat (1976) refere que a criança, numa primeira fase, apreende o espaço de forma directa (através da manipulação de objectos) e de forma indirecta (através da linguagem, nomeando objectos e lugares). Esta primeira fase de acção espacial não implica necessariamente por parte da criança o conhecimento do espaço (Malpique, 1995), pois este conhecimento do corpo, dos objectos e dos lugares

constroi-se com o tempo e está muito dependente das possibilidades e condições que o meio oferece. Cada contexto oferece recursos, antecipa e retarda, limita e estimula a descoberta e a aprendizagem. O desenvolvimento da criança vai assim depender da qualidade das relações que estabelece com o seu mundo social (mãe, pai, irmãos...) e da qualidade das estruturas materiais no seio das quais desenvolve as suas experiências.

> *"O meio é um prolongamento do Eu, impregnando-o profundamente de modelos, de conceitos e valores que influenciam todos os desenvolvimentos posteriores da criança" (Vayer e Roncin, 1993, p. 22).*

Durante o 1º ano de vida (Richards 1983) a criança transforma-se de um incompetente social, totalmente dependente da boa vontade dos adultos, num operador social qualificado que é capaz de se manter por si próprio numa grande variedade de situações sociais[27]. À medida que evolui, vai estando cada vez mais adaptada ao ambiente que a envolve, emergindo e desenvolvendo-se com base nas interacções e inter-relações que estabelece com esse mesmo ambiente, através de sistemas de trocas cada vez mais diferenciadas. A criança, a partir de uma determinada fase do seu desenvolvimento, começa a estabelecer relações de tipo bipolar com as pessoas e objectos, integrando-as numa definição mais alargada do seu "Eu" (Rosa, 1992).

Um dos marcos importantes para o desenvolvimento sócio-espacial da criança, está ligado ao aparecimento e reconhecimento da linguagem verbal (as palavras vão ser associadas a acções e objectos). A capacidade para compreender a linguagem oral, pensar situações e acontecimentos em contextos diferenciados dos quais não tem um conhecimento directo (a escola, o trabalho dos pais, os amigos da família...), assumem um valor determinante na sua evolução sócio-espacial. A visão que tem do

[27] Inicialmente, a criança apenas tem consciência dos acontecimentos que se desenrolam no contexto imediato, apercebendo-se só mais tarde das relações que se estabelecem entre acontecimentos e pessoas que lhe dizem respeito de forma directa. Ela, a pouco e pouco, vai-se apercebendo da continuidade de pessoas através dos contextos, e da relação entre esses diferentes contextos.

mundo estende-se para além da situação imediata, passando a incluir outros elementos e contextos, inter-relações nesses contextos, natureza e importância de contextos externos onde não participa directamente, a organização social, o sistema de valores e de crenças, os estilos de vida específicos da sua cultura e de outras culturas.

Vayer e Roncin (1993) afirmam que é com base na interacção estabelecida com o "mundo dos outros" que a criança descobre o faz de conta, o que a leva a imitar os modelos dos adultos e identificar-se com este ou aquele objecto. Estes jogos preludiam a descoberta e a compreensão das linguagens socializadas, exprimindo o real através das imagens, dos sons ou dos gestos. O controlo sobre o meio vai-se tornando cada vez mais organizado começando a dominar um repertório cada vez mais alargado de comportamentos sociais e das formas de organizar as suas acções no espaço.

No seu desenvolvimento sócio-espacial a criança vai sofrer influências de diferentes agentes que poderão interferir de uma forma mais ou menos acentuada, dependendo da fase e grau de desenvolvimento em que se encontre o indivíduo. Segundo Pereira e Jesuíno et al. (1985) os pais e os irmãos tendem a exercer um maior efeito durante os primeiros 6 anos de vida da criança; os amigos de brincadeira e os professores têm usualmente uma maior influência na pré-adolescência, enquanto que os meios de comunicação social prevalecem na fase inicial da adolescência[28].

[28] Na opinião dos autores, os pais, como agentes importantes no desenvolvimento dos seus filhos, podem modelar-lhe o comportamento através de acções destinadas a provocar, manter e aperfeiçoar atitudes, e limitar ou extinguir certas acções. Fora das influências que visam mais ou menos consistentemente estes objectivos, os pais servem também como modelos comportamentais. As relações com os irmãos e com os companheiros de brincadeira fornecem à criança oportunidade de relacionar-se com os outros, de tomar contacto com o problema do controlo social do comportamento e de desenvolver capacidades e interesses. Iniciam a aprendizagem de papeis sociais nestas interacções (fundamentalmente grupais), aprendendo a viver em grupo, no interior do grupo e nas relações com outros grupos, sendo esta também uma importante oportunidade de fazer uma avaliação de si própria na aceitação que lhe é feita nesse mesmo grupo. Ao atingir a idade escolar, passa a estar submetida à acção de uma nova instituição social, também ela um poderoso agente de desenvolvimento sócio-espacial à qual se juntam os meios de comunicação social que também assumem um papel importante neste processo evolutivo.

Apesar de termos destacado alguns agentes, pensamos ser importante referir que, quer intervenham no plano da formação da criança, ou respeitem o conjunto dos processos integradores que continuamente se exercem sobre todo o indivíduo membro de uma sociedade, os agentes influentes no processo de evolução sócio-espacial são múltiplos e diversos. Piaton (1977) refere mesmo, que eles constituem a trama de todas as actividades colectivas, derivam delas e induzem-nas sem que se tenha consciência da sua acção. Assim parecem determinantes, para além da influência da família, o impacto da urbanização, dos "lugares de vida" e complexidade das relações que os unem. O processo de desenvolvimento sócio-espacial deve funcionar como um todo, não podendo os agentes que o suportam e estabelecem ser dissociados ou divididos. É importante considerar a escola ligada aos meios de comunicação de massas, à instituição familiar, e às estruturas sociais que a definem histórica e economicamente. Do mesmo modo, os meios de comunicação de massas, a família e o ambiente sócio-económico global são solidários e reciprocamente dependentes.

3.3.1 – Principais agentes de desenvolvimento sócio-espacial da criança

3.3.1.1 – A instituição familiar

A família, enquanto contexto de mediação, comunicação e transmissão de valores e normas, é unanimemente reconhecida, fundamentalmente durante os primeiros anos de vida, como já referimos anteriormente. Dentro das interacções estabelecidas com o ambiente imediato, a presença de pessoas que servem de referência afectiva, desempenha um papel essencial. O desenvolvimento sócio-espacial da criança é por isso nas sociedades modernas, desde que nasce, um processo precoce de independentização (a criança está predisposta para se tornar num ser social) relativamente aos seus progenitores e família de origem. Vandenplas-Holper (1983) diz mesmo que:

" O desenvolvimento social consiste numa restruturação do Eu, nas suas relações com o conceito do outro, situados um e outro no quadro das normas sociais de um mundo social comum (...). O desenvolvimento do Eu social reflecte, por conseguinte, mudanças paralelas na concepção do mundo social" (Vandenplas-Holper, 1983, p. 27).

O mundo protegido da família assume-se como a primeira estrutura social de base, aquela a partir da qual se vão desenvolver todas as relações. Além da satisfação das necessidades afectivas, o ambiente familiar fornece à criança dados materiais que lhe permitem fazer a experiência do mundo que a cerca (espaços, objectos...). Nos primeiros anos de vida, a interacção com os pais e outras pessoas que a rodeiam, são para a criança o maior contexto social, estando na base das aprendizagens e valores para a vida social. Piaton (1977) diz mesmo que é com base na família que a relação da criança com o mundo se especifica, tornando-se num modo de vida que inflecte os seus comportamentos e determina por continuidade e oposição o que ela será no futuro. O pai, os irmãos e as pessoas mais próximas vão ser associados a actividades particulares, que lhe permitirão desenvolver o seu campo social, ao mesmo tempo que diversificar o uso dos diferentes meios de comunicação. As interacções com a realidade do mundo material que as pessoas focadas anteriormente lhe vão proporcionar permitem-lhe desenvolver o seu universo social.

São vários os autores que nas suas obras se debruçam sobre o papel de desempenhado pela família no desenvolvimento sócio-espacial da criança, ressaltando em todos eles a importância por ela assumida nesse mesmo desenvolvimento. Portugal (1990) apresenta-a como sendo o principal núcleo de desenvolvimento (um contexto educativo por excelência), conferindo-lhe a responsabilidade legal e moral na educação e desenvolvimento das suas crianças; Frost (1966) vai mais longe dizendo que é uma instituição fundamental de educação em qualquer cultura (a primeira instituição de educação no tempo e a mais importante em muitos casos na sociedade), podendo aí encontrar-se

simultaneamente educação formal e informal, e que os pais, pelo simples facto de coabitar com os filhos, se apresentam como uma fonte e modelo de educação. Piaton (1977) complementa a afirmação anterior referindo que é pelo seu exemplo e segundo os tipos de pressão que exerce que a sua relação com o mundo se especifica, torna-se "um estilo de vida", que inflecte os seus comportamentos e determina, por continuidade e oposições o que a criança será. Horton e Hunt (1981) acrescentam que a família, para além do aspecto educativo, é ainda responsável pela satisfação de outras necessidades humanas, permanecendo como o grupo mais importante ao longo da evolução das crianças, uma vez que elas precisam sentir que podem confiar noutras pessoas para satisfazer as suas necessidades, fornecendo-lhes esta confiança uma base segura que permitirá alcançar e explorar o mundo com confiança. Piaton (1977) refere ainda que todos os estudos sobre o meio familiar sublinham a função integradora da família, assumindo esta funções de nutriente, organização da personalidade e impregnação cultural.[29]

A estrutura familiar é desta forma essencial para o desenvolvimento do ser humano e é a partir dela que se criam redes de comunicação e diálogo, nem sempre fáceis de entrelaçar, pois há vários tipos de condições que podem interferir, limitando-a e adulterando-a.

À medida que a criança avança em idade e em capacidade de autonomia, o contexto dentro do qual ela vive amplia-se e diversifica-se. Estabelece com a sua família uma relação ecossistémica que é baseada em dependências que possibilitam mas que também condicionam a sua independência relativa. A forma como for estabelecida a relação com a família influencia o desenvolvimento de outras relações de autonomia/dependência face à sociedade. Chombart de Lauwe et al. (1976), referem que para uma criança de seis anos a família é vista ainda como uma protecção. Fernandes (1992) afirma que os pais exercem uma profunda influência

[29] A função de nutriente diz respeito, segundo o autor, para além da satisfação das necessidades físicas, ao amor, afeição e segurança que a criança necessita; relativamente à organização da personalidade, a família impregna aqueles que a constituem e moldando o seu psiquismo e a sua afectividade; Quanto à impregnação

sobre a actividade dos filhos, e que a margem de mobilidade física e de controlo exercido sobre a criança enquanto joga varia de uns pais para os outros. A este respeito Cratty (1986) aponta um estudo elaborado por Sears, realizado com crianças de 5 e 6 anos, onde se comprova que 50% das mães as mantêm sob a sua vigilância imediata, 11% limitam o espaço das suas actividades ao pátio da casa, e apenas 1% dos pais não impunham restrições quanto ao seu espaço de jogo. Neste mesmo estudo foi também verificado que 50% dos pais impunha restrições de movimento à criança dentro do espaço habitacional. A partir dos oito anos dá-se uma mudança, começando a criança a querer ser mais independente e a ter outros modelos para além dos pais. Quando a dependência directa dos adultos começa a desvanecer, as crianças comprometem-se mais com o ambiente, testando-o, investigando as suas possibilidades e experimentando coisas nunca antes experimentadas (Moore, 1986).

As profundas mudanças sócio-económicas, culturais e políticas que se têm verificado ultimamente interferem, no entanto, e de uma forma directa, quer na relação que a criança estabelece com o envolvimento, quer no seio das próprias famílias. A formação, estrutura, dimensões, condições de vida e necessidades, relações entre os membros da família e os seus vínculos com o conjunto do corpo social, assim como as suas funções variam no tempo e no espaço de acordo com os sistemas de sociedades e as formas de civilização. Segundo Bronfenbrenner (1974) a família reflecte as condições de uma sociedade que nem sempre acalenta actividades e atitudes conducentes a um desenvolvimento saudável da personalidade. Relativamente a esta ideia, Neto (1994) diz mesmo que as grandes transformações sofridas pela estrutura familiar implicam soluções na gestão do tempo de vida das crianças, por vezes demasiadamente problemáticas, o que faz com que passem muito tempo isoladas ou em espaços previamente organizados, tendo elas muitas vezes no seu dia a dia actividades repetitivas e de rotina sem retirarem daí qualquer prazer.

cultural o autor refere que é na família que se faz a aprendizagem dos usos, costumes, normas de comportamento, das hierarquias, como a dos valores admitidos ou proscritos pela uma sociedade.

Face a estas constatações, pode dizer-se que hoje em dia o modo de vida onde a família se insere afecta por vezes a relação de confiança e segurança emocional entre os seus membros, tendo os pais dificuldades na criação e educação dos seus filhos (falta de reconhecimento exterior do papel de pais), implicando o tempo gasto com a criança muitas vezes limitações em termos de progressão na sua carreira profissional e realização pessoal.

Um aspecto que muitos autores apontam como fundamental na vida das crianças e que pode condicionar o seu desenvolvimento sócio-espacial tem também a ver com o estatuto sócio-económico da família à qual pertencem. Relativamente a esta constatação, Lopes (1992) refere que as práticas educativas dos pais e o estatuto sócio-económico da família são determinantes e normalmente decorrem lado a lado, estando o segundo de alguma forma dependente do primeiro, isto é, geralmente a um estatuto sócio-económico baixo estão associadas práticas educativas mais permissivas, enquanto que a um estatuto sócio-económico mais elevado estão associadas práticas educativas mais restritas. Autores como Herkowist (1980) e Malina (1988) apontam também que o estatuto social é determinante no desenvolvimento da criança, influenciando o seu processo de socialização e, por conseguinte, a forma como ela se apropria do espaço social que a envolve, apresentando as de classes mais baixas uma maior liberdade em termos da exploração do espaço da sua zona de residência e maior interacção com os vizinhos. (Malina, 1980b).

Concluindo, poderemos dizer, face ao exposto, que o envolvimento social que rodeia a criança, nomeadamente o estatuto sócio-económico da família, é determinante nas suas rotinas de vida diária e na forma como ela se apropria do espaço que a envolve. Embora cientes das limitações impostas pela sociedade contemporânea, é evidente que uma das principais preocupação dos pais é desenvolver nos seus filhos um conjunto de capacidades que lhes permita responder da melhor forma às solicitações da sociedade onde estão inseridos. Daí que possamos afirmar que a família continua a deter, embora com muitos obstáculos, um

papel de extrema importância no que diz respeito à apropriação sócio-espacial por parte da criança, uma vez que a entrada para a vida social é feita com base no caminho por ela traçado.

3.3.1.2 – A instituição escolar

Se até há bem pouco tempo a família era o lugar privilegiado de desenvolvimento sócio-espacial durante a infância, hoje em dia esse facto modificou-se, havendo uma participação mais activa de outras instituições que assumiram também elas um papel determinante nessa função. A instituição escolar, à semelhança da igreja, apresentam-se actualmente como agentes educativos nos quais o sistema social delega também a formação dos seus membros. As escolas são vistas pelas sociedades modernas como grandes agências de desenvolvimento social, que, para além de um currículo formal (onde se aprendem certas matérias) possuem um currículo a que alguns sociólogos chamam de "currículo oculto" onde se podem incluir os valores, as normas e as regras de conduta que influenciam e condicionam de forma profunda a aprendizagem das crianças para a vida (Giddens, 1995). A instituição escolar e as normas pelas quais se regula começa a exigir e determinar certos padrões de comportamento no indivíduo[30] abrindo-lhe um novo universo delimitado no tempo e no espaço, organizado e hierarquizado, que o ajudam a crescer como ser social. As inter-relações que se estabelecem na escola levam a que as crianças desenvolvam trocas de vária ordem, estabeleçam novas amizades, encontrem obrigações e prazeres diferentes dos até então sentidos, tenham acesso a uma grande diversidade de papeis e um alargamento progressivo do campo das suas relações interpessoais[31]. Ao relacionar-se com pessoas estruturantes (comunidade

[30] Na escola a criança aprende padrões de comportamento, tais como: esperar a sua vez para falar, a calar-se para ouvir os outros, a cooperar no trabalho de grupo, a respeitar regras de disciplina escolar, a ser pontuais, a respeitar a autoridade, a respeitar e aceitar as ideias dos outros, etc..

[31] Chombart de Lauwe et al. (1976) referem que, quando começa a participar na vida escolar, as relações da criança são ainda interpessoais, mas depressa aprende a situar-se num grupo. Giddens (1995) acrescenta mesmo que a forma como está organizada a instituição escolar reforça a relação entre pares, uma vez que as

escolar), ela aprende a viver num espaço regulado por certas leis e padrões de convivência onde os seus esforços para se adequar a essas formas de comportamento são geralmente incentivados e reconhecidas pelos adultos. Neste período a criança está, por isso, sujeita a pressões de socialização que procuram incutir-lhe muitas das regras sociais básicas.

Certos autores referem que a escola como agência de socialização pode ser vista como uma instituição reprodutora de desigualdades[32], na medida em que a cultura escolar dominante é uma cultura de classe média que tende a favorecer os alunos já socializados nessa cultura no quadro da família, correndo por isso o risco de ser considerada pelas crianças inadaptadas como um local hostil, onde desenvolvem tarefas com pouca relevância para as suas vidas presentes e futuras (Pinto, 1995). Apresenta-se, porém na vida de muitas crianças como uma instituição compensadora relativamente aos diferentes aspectos restritivos provocados pela sua origem social. A instituição escolar abre assim as portas de acesso a um conjunto de saberes que podem estar na base de uma oportunidade de ascensão na escala social e económica (caso tenham êxito) que lhes estariam vedados caso não houvesse na sociedade moderna uma escola de massas[33].

Para terminar podemos dizer que concordamos com Pinto (1995) e com Perinat (1998) quando afirmam que a escola pelo tempo que ocupa diariamente e no plano do ciclo de vida, constitui-se como uma instância de socialização formal e informal que desempenha um papel de grande relevância na vida de praticamente todas as crianças, exercendo-se este processo em duas direcções : "uma vertical", onde se

crianças são agrupadas em classes de acordo com a idade, o que faz com que se fortaleçam os laços de amizade pelo facto de as crianças terem interesses e actividades comuns.

[32] Giddens (1995) aponta duas causas importantes para justificar estas desigualdades que são o facto de as crianças dos bairros desfavorecidos poderem receber poucos estímulos por parte dos seus pais para terem sucesso na escola e o facto das escolas das zonas desfavorecidas terem piores instalações e menos professores por aluno.

[33] Giddens (1995) reforça esta ideia dizendo que a educação de massas nas sociedades modernas está vinculada aos ideais de igualdade de oportunidades alcançando as pessoas posições que correspondem às suas capacidades e talentos.

estabelecem relações educativas hierárquicas (professores/alunos) consideradas como um prolongamento especializado do desenvolvimento sócio-familiar com carácter formal[34]; outra "horizontal" que envolve as relações entre pares (grupo de amigos e amizades) que se caracterizam por actividades informais na sua espontaneidade. Os tipos de relações enunciadas (verticais e horizontais) têm funções diferentes a nível do desenvolvimento (Matos, 1993); enquanto as primeiras proporcionam à criança alguma protecção e segurança, através da transmissão de habilidades sociais básicas , as segundas permitem-lhe expressar essas actividades no contacto entre iguais.

A escola assume assim nesta sociedade de contrastes, um papel de relevo na formação integral do indivíduo, funcionando como um agente fundamental no seu desenvolvimento sócio-espacial.

3.3.1.3 - O grupo de pares

As mudanças sociais que obrigaram as mulheres a introduzir-se no mundo laboral trouxeram consigo a necessidade de arranjar alternativas de acolhimento das crianças antes do início da escolaridade. Este facto fez com que o relacionamento e interacção social com colegas da mesma faixa etária começasse a acontecer mais cedo, iniciando-se a partir desse momento uma nova forma de relacionamento com o "outro" na gestão do espaço pessoal.

Embora não tenha o mesmo carácter estruturado e institucionalizado da família ou da escola, o contacto com o grupo de pares[35] é mesmo assim nas sociedades ocidentais um meio privilegiado de desenvolvimento sócio-espacial. À medida que se desenvolvem e vão crescendo, as crianças vão alargando os seus mundos sociais, construindo um rede dinâmica e complexa de relações mútuas com os seus amigos.

---

[34] Assume um papel preponderante a autoridade do adulto, tendo a criança de desenvolver actividades específicas e papeis que lhe são propostos.

[35] Giddens (1995) diz que quando nos referimos ao grupo de pares, estamos a falar de um grupo de amigos da criança que têm a sua idade ou uma idade aproximada.

Segundo Vayer e Roncin (1993), as interacções que se estabelecem entre as crianças não se fazem por acaso, pois, se observarmos o seu comportamento, poderemos verificar a emergência e evolução de um certo número de fenómenos sociais, tais como:

- Ao encontrar-se com um grupo, ela rapidamente escolhe os seus companheiros, mesmo que não os conheça. Existem, portanto, sinais que orientam o seu comportamento.
- As mais pequenas têm tendência a dirigir-se às maiores, embora nem sempre sejam aceites. Este facto demonstra a atracção que os mais novos têm pelas actividades dos mais velhos.
- Uma criança, quando está sozinha ou se aborrece ou se mostra mais instável mesmo que tenha muitos brinquedos. Essa instabilidade ou aborrecimento tende a desaparecer quando entra em cena uma outra criança, levando no entanto esta relação dual facilmente ao conflito aberto entre ambas.
- Um grupo de brincadeira composto por várias crianças é sempre dinâmico, e o conflito aberto é muito raro.

Ao longo da infância as crianças desenvolvem as suas relações de amizade, apresentando características diferenciadas em cada etapa evolutiva. A criança que durante os primeiros tempos tende a brincar sozinha, começa a pouco e pouco a prestar mais atenção aos companheiros estabelecendo com eles contactos sociais, que no início são rudimentares, mas com o tempo se vão tornando cada vez mais estruturados. Durante os primeiros três anos de vida, o contacto e interacção com outras crianças, especialmente com as da mesma idade são difíceis devido à irritabilidade, inconstância nos desejos e necessidades e baixo nível de tolerância e frustração (Woodwoth e Marquis, 1975). Após os três anos começam a pouco e pouco a brincar lado a lado, mas cada qual a ocupar-se com os seus próprios brinquedos. Nesta primeira fase (Hartup, 1970) os amigos desempenham em comparação com os adultos uma escassa influência no desenvolvimento das crianças.

A partir da idade pré-escolar, as crianças influenciam-se mutuamente, apoiando-se quer em situações desconhecidas, quer em situações de perigo, servem de modelo, reforçam a conduta dos seus companheiros e estimulam o jogo complexo e imaginativo. Aos quatro anos começam a brincar em grupos, a falar uns com os outros durante o jogo e escolhem de entre os presentes aqueles com quem preferem jogar, começando-se a estruturar e a desenvolver o sentido de cooperação e divisão de trabalho (Woodwoth e Marquis, 1975). Os cinco anos marcam um reforço no interesse pelo jogo associativo e corporativo, aprendendo a relacionar-se com pessoas fora do seu envolvimento mais próximo, adquirindo uma maior facilidade de aproximação relativamente a outras crianças (Hurlock, 1982). A partir do momento em que desenvolve as suas brincadeiras dentro de um grupo, começa a tomar contacto e a desempenhar os mais variados papeis sociais que a vão tornando cada vez mais capaz de empregar estratégias adequadas à realidade e desenvolver actividades que lhe permitam reorganizar ou criar situações mais compatíveis com os seus anseios de desenvolvimento (actividades essas que até este momento, apenas faziam parte do seu mundo imaginário).

Com a entrada para a escola, começa a desaparecer o interesse pelas actividades familiares, os jogos individuais cedem o seu lugar aos jogos colectivos e o círculo de amigos aumenta progressivamente, produzindo-se um desejo crescente de estar com crianças fora de casa e ser aceite no grupo de pares (Hurlock, 1982). A partir dos anos intermédios da infância, a criança começa a estabelecer relações estreitas, geralmente com o seu melhor amigo. Nesta fase a solidariedade atinge o ponto máximo e a vida em grupo começa a ser muito valorizada pela descoberta do outro, como companheiro e como cooperante nas várias actividades desenvolvidas. É a partir deste momento que se organizam em grupos bem definidos, pois, este é o período das cabanas, das explorações e aventuras em grupo, dos segredos não comunicados aos adultos ou a outras crianças que não fazem parte do grupo (Chombart de Lauwe et. al. 1976). O grupo de amigos vai permitir partilhar sentimentos, temores e outras incidências da vida e é normalmente formado pelas

circunstâncias (a escola, o bairro, o acampamento). Em todos estes casos surge a diferenciação de papeis nas relações e aparecem valores e interesses comuns. O grupo de amigos tende a substituir gradualmente a família nas suas influências sobre as atitudes e condutas, procurando-se desta forma, uma sociedade própria que satisfaça as necessidades dos seus componentes. O grupo ajuda a criança a socializar-se, impulsionando-a a relacionar-se com os seus pares, a desenvolver uma consciência racional e uma escala de valores para complementar a dos seus pais, a aprender atitudes sociais adequadas e contribui para a independência pessoal.

Para além das instituições mencionadas como importantes no desenvolvimento social da criança, podemos ainda destacar outros agentes cuja dimensão socializante só surgiu recentemente, e que desempenham hoje em dia um papel de relevo primordial mesmo para esse desenvolvimento que são os mass media.

3.3.1.4 – Os meios de comunicação de massas

Os diários, semanários e revistas a que algumas pessoas, a partir do século XIX, tiveram acesso, começaram um século depois a fazer parte do quotidiano de milhões de pessoas, influenciando com alguma profundidade as suas atitudes, opiniões e formas de estar na vida[36]. A expansão dos meios de comunicação escritos, rapidamente se viu acompanhada pelos meios electrónicos que tiveram ainda maior impacto sobre as populações[37].

Dentro dos meios electrónicos, aquele que parece exercer maior influência nas crianças é, sem sombra de dúvidas, a televisão. Pinto (1995) aponta duas ordens de razões para que isto aconteça: por um lado, devido à sua taxa de penetração nos lares e na vida diária das pessoas atingindo praticamente o ponto de saturação (é residual a percentagem de pessoas que, de algum modo, não têm um contacto mais ou menos

[36] Giddens (1995) na sua obra *Sociologia*, refere mesmo que existem hoje em dia muito poucas sociedades, inclusivamente nas culturas mais tradicionais, que permaneçam isoladas dos meios de comunicação.

regular com este meio de difusão), por outro, por ser um meio electrónico de fácil aprendizagem ao nível do manuseamento, o que facilita o seu acesso por parte das crianças, que começam a consumir cada vez mais cedo, quer a programação a elas dirigida, quer aquela que é dirigida ao público em geral, nomeadamente aos adultos.

Embora haja alguma controvérsia quando se avaliam as motivações, os contextos e as consequências face à sua exposição (Pinto, 1995), praticamente todos os autores realçam a relevância desta experiência mediática (e mediatizada) no desenvolvimento das pessoas e principalmente das gerações mais novas. A televisão assume-se como uma fonte importante de aprendizagem social da criança face ao mundo que a envolve, permitindo-lhe iniciar-se na ideologia da sociedade global (através da aquisição dos seus saberes e valores), influenciando, entre muitas outras coisas, os seus progressos intelectuais, as conversas e brincadeiras com os amigos e outras pessoas com as quais interage, assim como também lhe permite conhecer outras culturas e alargar o seu conceito de espaço através de um contacto com mundos longínquos tão diversos e tão dispersos que sem ela permaneceriam no desconhecido (Chombart de Lauwe, 1976). Honig (1983) reforça esta ideia afirmando que:

> *"A televisão é o companheiro não silencioso e o professor das crianças na sociedade actual" (Honig, 1983, p. 18)*

Nos dias de hoje, devido à falta de tempo que muitas vezes os adultos têm para si próprios, a televisão assume também o papel de agente de desenvolvimento social autónomo dentro da própria casa, isto é, muitas vezes os pais exploram a facilidade de acesso ao televisor para manter os seus filhos entretidos, libertando-lhes assim algum tempo para desenvolver actividades do seu próprio interesse. No entanto alguns autores[38] salientam o papel relevante da família (principalmente dos pais) no

[37] Giddens (1995) reforça a afirmação dizendo que a comunicação electrónica está acessível inclusivamente para os analfabetos ou que se encontram em zonas isoladas do terceiro mundo.

visionamento de programas televisivos com os seus filhos, pois, para além do controle que podem e devem exercer sobre os horários e programas televisionados, podem igualmente fomentar posturas sensatas sobre o conteúdo específicos, quer sobre a forma de juízo moral relativamente às condutas observadas, quer sobre os desvios ou deformações da realidade desses mesmos programas. Os pais que vêem programas com os filhos e que comentam os conteúdos podem na opinião de Pereira e Jesuíno et al. (1985) influenciar positivamente aquilo que as crianças retêm.

Pelo exposto anteriormente, pudemos constatar que há diferentes agentes (cada um com as suas características particulares) que influenciam o desenvolvimento sócio-espacial da criança nas suas diferentes fases. No entanto, Pereira e Jesuíno et al. (1985) referem que, embora se saiba a importância que cada um por si exerce sobre as crianças, os seus efeitos conjuntos são ainda pouco conhecidos, não se sabendo se actuam de forma a reforçar-se mutuamente, ou se, pelo contrário, se neutralizam parcialmente e em que medida.

Uma constatação que ressalta quando da abordagem dos diferentes agentes que contribuem para o desenvolvimento sócio-espacial da criança é a de que, a actividade lúdica, independentemente do estatuto sócio-económico, da idade ou do sexo das crianças, parece estar presente e assumir também ela um papel relevante nesse mesmo conhecimento sócio-espacial.

3.3.2–A actividade Lúdica e o desenvolvimento sócio-espacial da criança

Ao abordar-se o desenvolvimento sócio-espacial da criança, seria uma grande lacuna se não fizesse-mos referência ao contributo que a actividade lúdica aporta a esse mesmo desenvolvimento. Isto porque, logo a partir do nascimento, o jogo assume-se como uma das formas mais importantes do comportamento humano, imprescindível para uma boa estruturação do processo evolutivo nos diferentes

[38] Relativamente aos autores que têm apontado a importância dos pais no acompanhamento dos filhos no visionamento de programas televisivos podemos destacar entre outros, Pereira e Jesuíno et. al. (1985) , Pinto

domínios (cognitivo, emocional, físico, social...) funcionando simultaneamente, como provocador e facilitador desse mesmo desenvolvimento.

Guedes (1965) vai mesmo mais longe quando afirma que:

> *"Estudar o mundo da infância sem analisar os seus jogos, seria esquecer aquele impulso irresistível pelo qual ela molda o seu próprio ser (...) Perguntar à criança porque joga, será perguntar-lhe porque é criança (...) É através do jogo que a alma e inteligência do ser humano crescem" (Guedes, 1965, p. 4)*

Se nos centrar-mos na literatura especializada, encontramos uma grande panóplia de vantagens do jogo para o desenvolvimento cognitivo, psicológico, físico e social do indivíduo. Ele encerra em si mesmo, o processo e o produto da actividade desenvolvida pela criança no seu dia a dia, conferindo-lhe um aspecto multidimensional com um valor próprio (Pessanha, 1995). É pelo jogo que a criança se engrandece, e é a partir dele que ela pode pôr em acção todas as capacidades que dimanam da sua estrutura peculiar, realizar as suas potencialidades virtuais (assimilando-as e desenvolvendo-as, unindo-as e complicando-as), conquistar a autonomia, a personalidade e os esquemas práticos necessários para a sua vida futura (Guedes, 1965, 1991, 1997). O jogo, permite-lhe uma aprendizagem das pessoas e de si própria, das suas capacidades e possibilidades através da interiorização, descoberta e exploração do seu ambiente (Curado, Neto e Van der Kooij, 1997), assumindo-se, ainda como um acto social e socializante que permite revelar habilidades, exercitar aptidões e realizar descobertas, para além de ser fonte de prazer e recompensa.

Durante os seus jogos a criança tem possibilidade de desempenhar vários papeis (que fazem parte do mundo dos adultos e que lhe são muitas das vezes interditos na realidade) de acordo com a sua experiência e imaginário (papel de pais,

(1995) e Perinat (1998).

médicos, professores, policias...), e ao mesmo tempo integrar vários modelos nessa imitação, que estão relacionados com o desenvolvimento da situação e com o seu desenlace. As crianças tornam-se desta forma, sujeitos e agentes activos da sua própria cultura (Chombart de Lauwe, 1976).

O jogo constitui-se também como uma das poucas actividades que cria situações onde as desvantagens e desigualdades se atenuam ou mesmo se dissipam (Sutton-Smith, 1981), permitindo à criança revelar forças e motivações que a animam e impelem a ir ao encontro do "outro" e do mundo, podendo assumir-se como uma actividade individual, um exercício de "solidão" (joga-se "contra" o outro) e ao mesmo tempo, um exercício de "cooperação" (joga-se "com" o outro), pode ainda funcionar como actividade onde se aprende a respeitar regras, seja associando-se aos companheiros ou defrontando adversários, que só o são naquele momento e dentro de determinados limites (Serrano, 1996).

Para o ser humano, o jogo apresenta-se com uma dupla valência, isto é, pode ser encarado como uma actividade essencial ligada à sobrevivência, mas também, funcionar como motor de aprendizagem e desenvolvimento (Vedeler, 1986). Ao longo do processo evolutivo são várias as formas de jogo que fazem parte das rotinas diárias das crianças, no entanto Neto (2001), salienta uma dessas formas que denomina "jogo de actividade física" (Physical Activity Play)[39], considerando-a fundamental na adaptação, conhecimento e apropriação por parte do indivíduo em relação ao seu meio físico e social. A evolução do "jogo de actividade física" durante a infância e até à fase da adolescência demonstra segundo o autor, uma simbiose com o desenvolvimento infantil, estando directamente relacionado com os reais interesses das crianças, e seguindo uma evolução progressiva que vai desde os "jogos de estereotipia rítmica" (ocorrem a partir do nascimento), passa pelos "jogos

[39] O autor entende "o jogo de actividade física" como "uma manifestação do comportamento motor de forma moderada ou intensa, que envolve uma actividade simbólica ou jogo de regras e que pode ser realizado individualmente ou de forma colectiva" (Neto 2001, p.202)

de exercício"[40] (sofrem uma evolução significativa até aos 6 anos de idade) e culmina com os "jogos de corrida e perseguição" também denominados "jogos de contacto e agilidade" (têm lugar durante a infância tardia até por volta dos 14 anos). O autor refere mesmo que estes últimos assumem um significado relevante a nível biológico e social para além de se constituírem como "rituais de passagem" de grande importância no início da adolescência. Pellegrini & Smith (1998) revelam total concordância com as ideias expressas anteriormente acrescentando, que "o jogo de actividade física" para além de exercitar funções imediatas durante a infância[41], e de se constituir como uma actividade relevante na transição para a adolescência apresenta também repercussões benéficas que se vão reflectir mais tarde na idade adulta.

Nessa sua evolução e em simbiose com a actividade lúdica, a criança através do "jogo de actividade física" toma contacto e apropria-se de todo um conjunto de microssistemas que se vão complementando, por forma a ampliar as suas capacidades de adaptação a um envolvimento que tenderá a tornar-se cada vez mais amplo e diversificado. A apropriação efectuada é fundamental e importante, uma vez que, este conjunto de estruturas que se interpenetram criam possibilidades de actuação diversificadas que contribuem de forma determinante para o desenvolvimento e estruturação das capacidades mentais da criança, tornando-a cada vez mais apta para responder adequadamente às solicitações que provêm do exterior e que são inerentes ao seu próprio processo evolutivo. O jogo funciona assim, dentro dos diferentes grupos como um elo de ligação entre várias dimensões, permitindo novos campos de interacção fundamentais na expansão sócio-espacial do indivíduo (Van der Kooij, 1986).

Neto (1994) demonstra concordância com a afirmação anterior referindo que:

[40] A fase característica dos "jogos de exercício" corresponde a um momento de grande exaltação física e motora, expressa em movimentos de corridas vigorosas, saltos e manipulações.

[41] Os autores salientam como dimensões importantes no desenvolvimento, a exercitação da função e a intencionalidade.

"O jogo é sempre um meio conducente à transformação do envolvimento da aprendizagem da criança – cria um futuro construtivo, vivência ecológica e percepção do equilíbrio do mundo que a rodeia" (Neto, 1994, p. 6).

Tendo em conta os apontamentos anteriores e tomando por base a opinião de diferentes autores que se têm dedicado à investigação sobre a actividade lúdica nos últimos anos[42], poderemos afirmar, que o jogo se apresenta na vida do indivíduo não apenas como um instrumento de desenvolvimento ou como uma actividade estructurante, mas também desempenhando um papel importante na ligação e interacção entre ele, e todo um conjunto de estruturas (microssistemas) que o envolvem e que fazem parte do seu meio ambiente, percepção e movimento. A interacção com os diferentes elementos que compõem esse envolvimento, favorecem a aquisição de uma grande diversidade de destrezas sociais que permitirão desenvolver um potencial de respostas cada vez mais adaptado às necessidades que o seu próprio processo de desenvolvimento lhe exige, tornando-o cada vez mais capaz de responder às solicitações do dia a dia. Este facto pode ser deduzido das palavras de Guedes (2001) quando afirma que:

"O jogo possui um elevado significado biológico e social que favorece a adaptabilidade, a flexibilidade, a estabilidade e a mudança, a harmonia, o risco e a segurança, bem como a adaptação social" (Guedes, 2001, p. 4)

Para concluir diremos que o sujeito como sistema complexo e organizado, tem na actividade lúdica um excelente "parceiro de caminhada" para a uma boa adaptação ao seu contexto sócio-espacial e cultural, devendo por isso ser assumida como uma das actividades mais importantes nos quotidianos e rotinas de vida durante a infância.

[42] - Entre estes autores podem destacar-se os nomes de Guedes (1965, 1991, 1997, 2001) , Neto (1979, 1984, 1992, 1994, 1997, 1998, 2001), Pessanha (1995), Suton-Smith (1981, 1983), Van der Kooij (1986, 1987)...

3.4 – Quotidianos e Rotinas de vida

Ao falarmos da vida quotidiana muitas questões poderiam ser levantadas, não só sobre o termo em si, mas de como se manifesta a sua visibilidade. A vida quotidiana não se constitui, como refere Pais (1986), como um objecto unificado por qualquer sistema conceptual e teórico coerente e próprio, mas sim como um termo que se tem imposto orientando reivindicações, atitudes e discursos. Javeau (1980) refere que é importante que a vida quotidiana contemple a actividade que o homem desenvolve de forma regular, dia após dia, no seio de determinados grupos, dentro de certas sociedades, mas também actividades não regulares, pois um casamento, uma doença, um acidente (...) fazem também parte dessa vida.

Nos últimos anos vários autores se têm preocupado em esclarecer aspectos relacionados com a vida quotidiana. Silverstone (1994) fez um apanhado sobre as teorias da vida quotidiana formuladas durante o séc. XX e encontrou duas perspectivas antagónicas: por um lado, a Escola de Frankfurt, segundo a qual a vida quotidiana é um espaço de dominação e alienação, alimentado e agravado pela racionalidade e pela cultura de massas, por outro, posições como a desenvolvida por Certeau (1980) para quem a vida quotidiana não pode ser determinada do exterior, mas tendo em conta a resistência relativamente aos actores no espaço social. Este autor procura articular de forma dinâmica os condicionalismos da estrutura e as margens de acção dos diferentes agentes. Assim, os significados produzidos, as representações apropriadas ou não, todas são a um tempo, e encontradas no quadro de um espaço social partilhado, muitas vezes disputado e sempre altamente diferenciado. O que é sugerido é que não é possível pensar a vida quotidiana sem pensar nas condições e nos processos da respectiva produção e reprodução. As circunstâncias impõem-se no sentido de que não são, pelo menos em parte, definidas e escolhidas pelos agentes, mas estes encontram múltiplas formas de se relacionar com elas, submetendo-se ou desafiando e recriando essas circunstâncias em função da respectiva posição, dos recursos e dos eventos (Pinto, 1995).

Será o quotidiano a mesma coisa que vida quotidiana ?

Para distinguir estas duas realidades, podemos pegar nas palavras de D`Epinay (1983) que apresenta o quotidiano como o objecto da vida quotidiana, isto é, na opinião do autor, estamos perante duas realidades diferentes, estando a primeira englobada dentro da segunda que, por ser mais vasta, engloba actividades que escapam ao âmbito da primeira. Esta distinção apresenta muitas dificuldades (Pais, 1986), uma vez que o quotidiano se assume como um lugar revelador por excelência de certos processos de funcionamento e transformação das sociedades e também de determinados conflitos que opõem os agentes sociais, sendo por isso, difícil isola-lo da realidade social de que faz parte. O quotidiano envia-nos, segundo Guerra (1993), para a esfera familiar e privada, para as actividades de lazer, práticas de consumo (...). D`Epinay (1983) refere ainda que as actividades produtivas e reprodutivas do quotidiano constituem um processo de dialéctica entre o acontecimento e a rotina.

Mas então o que é que se entende por rotina?

Será um hábito de fazer as coisas sempre da mesma maneira, tal como referem Costa e Melo (1987). Será uma espécie de "cunha" entre as acções "inconscientes" e aquelas que são levadas a cabo, de uma forma deliberadamente consciente, como refere Maffesoli (1985).

Giddens (1987) na sua análise da vida quotidiana, apresenta as rotinas como um conceito chave que congregam resumidamente as seguintes características: asseguram à vida social um carácter de familiaridade e de previsibilidade; são uma forma predominante de actividade social levada a cabo no dia a dia; mantêm uma relação estreita com a ocupação do espaço/tempo, e com as trajectórias individuais que se revestem essencialmente sob a forma de circuito; asseguram um carácter de familiaridade e de previsibilidade à vida social e representam traços institucionalizados dos sistemas sociais.

Para Pais (1993) a ideia de rotina é próxima da de quotidianeidade, expressando o hábito de fazer as coisas sempre da mesma maneira, por recurso a práticas constantemente adversas à inovação. Para o autor, o estudo das rotinas de vida permite conhecer dois pólos distintos mas altamente interligados, que são, os sujeitos dessas rotinas e a sua vida social. Guerra (1993) acrescenta que, para além dos dois pólos enunciados, as pesquisas mais recentes sobre as rotinas de vida a que a autora chama "modos de vida", permitem também analisar a relação entre as diferentes práticas quotidianas (vida familiar, consumo, lazer...) e ainda, as relações que o conjunto destas práticas estabelecem com as relações sociais mais gerais.

Pinto (1995) partilha das opiniões anteriores, dizendo que as rotinas constituem dimensões fundamentais da vida do dia a dia pelo facto de intervirem de forma significativa na estruturação temporal e espacial do quotidiano. Asseguram que os tempos auto e hetero-determinados, os tempos individuais e institucionais, os trajectos feitos e os lugares frequentados, as pessoas encontradas e as interacções ocorridas, o espaço público e privado, não se convertam numa experiência caótica e ameaçadora.

Além de "rotinas de vida" ou "modos de vida", há também autores que lhe chamam "estilos de vida":

> *"A forma de vida está constituída por um conjunto de costumes de vida quotidiana que se podem definir como o conceito muito geral de estilo" (Bernard-Becharies, 1984, p.187).*

O estilo de vida, segundo Garcia Ferrando, Barata e Otero (1998), pode ser definido tendo em conta variáveis psicológicas (por exemplo as motivações) ou variáveis sociais, podendo estas ser objectivas (condições de vida), simbólicas (opiniões, atitudes e linguagem) ou práticas (comportamentos reais). Cathelat e Allien (1984) complementam a afirmação anterior referindo que os estilos sociais descrevem condições objectivas de vida (físicas, geográficas, económicas e sociológicas) que permitem apreciar as condicionantes de pensamentos e

comportamentos que influenciam o grupo sociocultural. O conceito de "estilo de vida" entendido como forma particular de viver a vida quotidiana, relaciona-se de acordo com Garcia Ferrando, Barata e Otero (1998), com as características pessoais do indivíduo, tais como: a personalidade, as ideias e as crenças, com as atitudes do indivíduo relacionadas com os papeis por ele desempenhados, assim como com as atitudes gerais e a interacção estabelecida com os diferentes membros da sociedade que conduzem a determinadas opiniões e comportamentos[43].

Para Mendoza, Sagrera e Batista (1994) os estilos de vida correspondem a um conjunto de padrões de conduta que caracterizam a forma geral de viver de um indivíduo ou grupo. Neto (1994) refere que o conceito de "estilos de vida" quando relacionados com a saúde, deverá ser compreendido numa dimensão ampla, englobando os diferentes padrões de vida dos cidadãos, assim como, o contexto cultural onde vivem e as dinâmicas sociais, psicológicas e antropológicas que o caracterizam.

Matos et. al. (2000), com base em Who (1998), definem estilos de vida como:

> *"Modos de vida baseados em padrões identificáveis de comportamentos determinados pela interacção entre as características pessoais do indivíduo, as interacções sociais e as condições de vida socioeconómicas e envolvimentais"(*Matos, Simões, Canha e Fonseca,, *2000, p.22).*

Os padrões de comportamento mencionados na definição são, na opinião dos autores, frequentemente testados e interpretados em situações sociais, sendo por isso sujeitos a modificações frequentes.

Segundo Garmendia (1994), o termo "estilo de vida" apresenta-se um tanto difuso, porque coexistem diferentes escolas sociológicas que, embora partam de premissas homogéneas, apresentam diferentes abordagens :

[43] Os comportamentos expressos pelos autores são, segundo Dumazedier (1972), a expressão material do modo de vida, das ideias pessoais, das intenções e dos projectos vitais, em suma são o modo como cada indivíduo organiza a sua vida.

- A abordagem psicológico-evolutiva parte da ideia que os estilos de vida são determinados pelas necessidades básicas e suplementares, assim como, pelo entramado dos valores individuais cuja variação determinará a mudança social.
- *A abordagem quantitativa sócio-estrutural que estuda os estilos de vida* como formas de consumo onde predomina a sensação de liberdade de eleição no consumo dos diferentes bens e serviços.
- A abordagem qualitativa que fundamenta a sua análise na percepção da vida quotidiana do sujeito, atendendo à forma como o trabalho, o tempo livre, a família (...) determinam as suas opiniões, atitudes e conduta.
- A abordagem teórica baseada nas classes sociais que se fundamenta nas diferenças económicas e nas suas influências sobre os sistemas de valores e atitudes. Neste sentido destaca-se a existência de uma relação estreita entre a estrutura de classe, o conjunto de pautas culturais e também o modelo no qual se baseia a cultura para reproduzir a estrutura de classe das sociedades modernas, como refere Bordieu (1988).

Sobel (1981) refere no entanto que, embora existam diferentes abordagens sobre a forma de entender os estilos de vida, o importante é :

> *"olhar para os estilos de vida e conseguir ver todas as diferenças simultaneamente como algo pessoal e social com grandes doses de originalidade e privacidade mas antes de mais, como algo construído socialmente" (Sobel, 1981, p. 28).*

Atendendo à opinião expressa anteriormente, poderemos dizer que os estilos de vida podem ser vistos como algo individual e também grupal, podendo desta forma falar-se em estilo de vida de um indivíduo, grupo ou cultura. Após a tentativa de esclarecimento sobre a noção de rotinas, estilos ou modos de vida vamos agora apresentar alguns estudos desenvolvidos nos últimos anos e que têm procurado contribuir para o conhecimento dos estilos de vida diária durante a infância.

3.4.1 – Investigando os quotidianos e rotinas de vida das crianças

Desde que a psicologia e outras ciências se debruçaram sobre os estudos relacionados com a infância, a observação da criança no seu envolvimento natural (quadro de vida) tem vindo a merecer as atenções de diversas disciplinas científicas, pretendendo esses estudos abordar o mais possível as situações habituais de comportamento que ela manifesta nas suas actividades quotidianas e de acordo com as características sócio-espaciais que as envolvem.

O trabalho desenvolvido por Martha Muchow a partir dos anos vinte, quando procurou descrever mediante uma perspectiva global os ambientes de crianças que viviam numa grande cidade, pode ser considerado como o precursor da investigação contemporânea sobre as relações da criança com o ambiente, antecipando os trabalhos desenvolvidos pelos ecologistas do comportamento (Malpique, 1995). Alguns anos mais tarde Barker, em 1951, desenvolveu dois estudos que também eles marcaram a relação estabelecida entre uma criança e o seu envolvimento: *One Boys Day* e *Day in the life of Mary Ennis*. Nestes estudos o autor descreveu pormenorizadamente o comportamento de um menino e uma menina, registando os tipos de relação por eles estabelecidos com o envolvimento sócio-espacial, especificando o tipo, a qualidade da interacção, os indivíduos ou objectos com quem interagiram.

Malpique (1995) refere que as revisões bibliográficas dos estudos empíricos mais recentes neste domínio estão baseados em duas grandes orientações:

- A linha sociológica e antropológica, representada fundamentalmente pelo projecto da Universidade de Toronto "Child-in-the-city"[44], e pelos estudos desenvolvidos em França por Chombart de Lauwe e sua equipa (1976; 1979).

[44] O projecto "Child-in-the-city" centra-se essencialmente no impacto que os serviços comunitários urbanos exercem sobre a população, e em particular sobre os efeitos do processo de socialização e de desenvolvimento da infância e adolescência.

- A linha psicológica, onde se destacam os nomes de Simmel (1950), Milgram (1976) e, numa perspectiva ecológica, os trabalhos de Barker e Wright (1954), os desenvolvidos pela escola de Kansas (Gump e Edelberg, 1978) e, mais recentemente, os de Bronfenbrenner (1979, 1981).

Em Portugal, nos finais da década de oitenta, foram desenvolvidos dois estudos de grandes dimensões, encomendados ao Instituto de Ciências Sociais (ICS) da Universidade de Lisboa.[45] O primeiro destes estudos foi pedido pelo gabinete do Ministro da Juventude,[46] e tinha como principal objectivo fazer um levantamento nacional dos quotidianos dos jovens inquiridos. O segundo foi pedido pela Câmara Municipal de Loures, e tinha como principal objectivo investigar no Concelho de Loures a forma como os jovens utilizam os seus tempos quotidianos[47].

Na década de oitenta foi iniciado um estudo colaborativo da Associação Mundial de Saúde (OMS), "Health Behaviour of School-Aged Children" (HBSC), em vários países (Inglaterra, Finlândia e Noruega), aos quais mais tarde se associaram muitos outros, entre eles Portugal em 1995-1996 (Matos, Simões & Canha, 1999) e 1997-1998, através do projecto Aventura Social & Saúde (Matos, Simões, Canha e Fonseca, 2000) desenvolvido pela Faculdade de Motricidade Humana da Universidade Técnica de Lisboa. Nestes estudos procurou estudar-se as atitudes e comportamentos de saúde de jovens adolescentes Portugueses durante as suas rotinas de vida[48].

[45] Relativamente a estes estudos, embora se insiram no campo das rotinas de vida, não apresentamos os resultados porque não têm a ver com crianças mas sim com jovens adultos.

[46] Estudo desenvolvido por Pais (1989) "Juventude Portuguesa : Situações, Problemas, Aspirações. Usos do Tempo e Espaços de Lazer". Instituto de Ciências Sociais da Universidade de Lisboa.

[47] Estudo desenvolvido por Ferreira de Almeida, Pais, Torres, Machado, Ferreira e Antunes (1991) "Jovens de Hoje e de Aqui". Cadernos de Estudos Locais. Edição da Câmara Municipal de Loures.

[48] Relativamente a estes estudos, embora se insiram no campo das rotinas de vida, não apresentamos os resultados porque estão mais directamente relacionados com os consumos diários ligados aos aspectos de saúde dos adolescentes .

Nos últimos anos, cabe realçar também alguns estudos desenvolvidos no campo da infância, procurando todos eles contribuir para uma melhor percepção da relação existente entre a criança como um ser activo em desenvolvimento e o espaço que habita e do qual se apropria.

Sobral (1992) desenvolveu um estudo realizado na área do grande Porto sobre os estilos de vida de crianças e jovens com idades compreendidas entre os dez e os quinze anos, tendo concluído que a maioria dos inquiridos moravam nas proximidades da escola para onde se deslocavam preferencialmente a pé. Relativamente às actividades praticadas em casa, verificou que a mais apontada é o ver televisão, seguido de conviver com os amigos, ajudar nos trabalhos domésticos, ler e outros passatempos. Quanto às actividades praticadas fora de casa, verificou que aparece em primeiro lugar o conviver com os amigos, seguido de assistir a espectáculos desportivos, passear, ir ao cinema e frequentar um clube. O autor fez ainda uma análise sobre as actividades praticadas, tendo em conta os géneros masculino e feminino, e verificou que existem diferenças significativas nas ajudas nas tarefas domésticas, conviver com amigos e frequentar o café, definindo-se estas em prol das raparigas, enquanto que as actividades como jogar "flipper", assistir a espectáculos desportivos e frequentar um clube são predominantemente masculinas.

Serra (1992), no seu estudo sobre as rotinas de vida diária de crianças entre os seis e os nove anos, verificou que a maioria das crianças do meio urbano se desloca a pé ou de autocarro para a escola, sozinhos ou acompanhados por adultos, demorando no trajecto entre cinco a quinze minutos. Relativamente aos locais de brincadeira fora de casa, a rua é o local mais frequentado, sendo aí praticados principalmente jogos de perseguição, de dramatização e de locomoção. Dentro de casa a actividade à qual as crianças dedicam mais horas é o visionamento televisivo, seguido da leitura e ajudas à família.

Pereira (1993) procurou saber quais as práticas de tempos livres realizadas e preferidas pelas crianças, com idades compreendidas entre os três e os dez anos nos

meios rural e urbano do Concelho de Guimarães[49]. As conclusões demonstraram que os jogos mais praticados pelas crianças na rua foram os jogos de faz de conta, os jogos de perseguição e os jogos lúdico desportivos. Quanto às práticas que as crianças realizam em casa com maior frequência são ver televisão, brincar com brinquedos comerciais, jogos de motricidade aprendidos com as crianças mais velhas e brincar com materiais naturais. Gostaríamos de realçar que a percentagem de crianças que diz praticar uma actividade física regular é baixa.

Costa (1993) aplicou um questionário a 175 jovens do ensino secundário com o objectivo de conhecer o seu estilo de vida e actividade física habitual. As conclusões mostram que os espaços mais utilizados pelos jovens nas suas actividades físicas foram a rua, o campo ou baldio e as instalações escolares. As actividades mais praticadas na rua foram conviver com os amigos, ir ao cinema e passear. Quanto às actividades mais praticadas dentro de casa, foram ver televisão, conviver com os amigos e ajudar nos trabalhos domésticos (nesta actividade a percentagem de raparigas é bastante mais elevada).

Pinto (1995) aplicou um questionário a crianças do 1º Ciclo do Ensino Básico do Distrito de Braga e preencheu um diário de actividades semanais, procurando extrair alguns indicadores sobre o dia a dia das crianças. Relativamente às actividades desenvolvidas nos tempos livres, o autor verificou que são raros os momentos do dia que as crianças dizem não ter nada para fazer e que as actividades giram normalmente à volta do brincar[50], ver televisão, conviver, estudar, comer e dormir, aparecendo ainda, actividades de desenvolvimento expressivo e sociocultural. As crianças referiram participar com alguma regularidade nos trabalhos domésticos ou ajudas à família, apresentando as raparigas índices mais

[49] Neste estudo vamos apenas apontar os valores referentes às práticas de tempos livres das crianças no meio urbano.

[50] O autor concluiu que as crianças dedicam muitas horas à brincadeira principalmente fora de casa e uma participação muito reduzida dos pais nesta actividade.

elevados. Quando lhes foi perguntado quais as actividades mais desejadas e não executadas por algum impedimento, a grande maioria referiu actividades fora de casa tais como: praticar algum desporto, andar de bicicleta, com principal incidência de indivíduos do sexo masculino e de meio sócio-económico mais elevado. A maioria das crianças referiu também frequentar uma instituição de tempos livres.

Torres (1995), num estudo desenvolvido com alunos de uma escola municipal no Brasil, verificou que as actividades mais praticadas dentro de casa pelas crianças eram o visionamento televisivo, brincar/conversar com os amigos, ouvir música e ajudar nas tarefas domésticas, enquanto que fora de casa predominam as brincadeiras/conversas com os amigos e andar de bicicleta. A autora verificou que as raparigas detêm um papel fundamental nas tarefas domésticas e tomar conta dos irmãos mais novos. A prática desportiva é reduzida e os locais de prática são essencialmente a rua e o pátio de casa.

Malpique (1995) procurou, entre outras coisas, saber como é que as crianças com nove e onze anos se apropriam do seu envolvimento durante as suas rotinas de vida. As conclusões demonstraram que as crianças preferem desenvolver as suas actividades em espaços e locais de jogo não planificados, tendo preferência pelos locais que se situam no seu bairro (principalmente a rua) e o interior das suas próprias residências. Dentro de casa as crianças revelaram alguma liberdade na apropriação dos diferentes locais para desenvolverem as suas actividades, desenvolvendo aí jogos que a autora classificou em duas categorias: os jogos de regras ou de movimentação controlada que implicam um mínimo de actividade motora (jogos de mesa, computador, televisão...) (jogo do berlinde...) e os jogos simbólicos (carrinhos, bonecas, construções...). Os jogos praticados fora de casa são mais movimentados e de maior desgaste físico, principalmente pelas crianças do sexo masculino (jogos com bola, jogos de corridas e perseguições, jogo do mata...). Uma outra constatação era a de que as raparigas recorrem mais ao jogo simbólico onde privilegiam os papeis familiares, enquanto os rapazes diversificam mais os seus jogos, exploram mais os locais e privilegiam os papeis ligados à ficção.

Serrano (1996) procurou saber as rotinas de vida das crianças com idades compreendidas entre os 7 e os 10 anos no concelho de Castelo Branco[51], e verificou que a casa e a rua são os locais mais utilizado nos tempos livres das crianças e as actividades mais praticadas são, ver televisão/vídeo, brincar com brinquedos, realizar actividades ligadas à escola (pintar/desenhar, ler, fazer os trabalhos). As crianças referiram participar também com alguma regularidade nos trabalhos domésticos ou ajudas à família, apresentando as raparigas índices mais elevados. Quanto ao tipo de jogos mais praticados dentro de casa são essencialmente de mesa e de dramatização, enquanto fora de casa predominam os jogos dramatização, corrida e perseguição e de locomoção. As práticas desportivas das crianças e seus familiares mostraram níveis bastante baixos.

Kuhn e Weceslau (1998) desenvolveram um estudo com aplicação de questionário, entrevistas e observação directa de um grupo de meninos de rua no Brasil, procurando conhecer as suas rotinas de vida. A principais conclusões demonstraram que o tempo destas crianças é gasto a circular agitadamente pelos quarteirões, desenvolvendo um trabalho na arrumação de carros no centro da cidade. Não frequentam a escola e deslocam-se para casa apenas ao anoitecer para aí dormir e, eventualmente, para jantar. O Domingo é um dia livre que passam no seu bairro onde desenvolvem vários jogos (principalmente com bola).

Gaya e Torres (1998) aplicaram um questionário a crianças com idades compreendidas entre os sete e onze anos praticantes de actividades desportivas extra-escolares com o intuito de verificar se o estatuto sócio-económico e o sexo influenciavam os seus hábitos de vida. As conclusões demonstraram que as crianças pertencentes a um estatuto mais elevado se deslocavam com maior frequência a clubes desportivos e sociais e a centros comerciais, enquanto que as de estatuto mais baixo desenvolvem maior número de actividades dentro de casa e participam com maior frequência nas tarefas domésticas. As autoras encontraram também diferenças

[51] Neste estudo vamos apenas apontar os valores referentes ao meio urbano

ao nível da variável sexo nas actividades de lazer, assim como nos locais onde ocorrem essas práticas.

Vasconcelos (1998) aplicou um questionário a um grupo de jovens com idades compreendidas entre os onze e os dezassete anos e com diferentes envolvimentos na prática desportiva[52] com o objectivo de conhecer o seu estilo de vida e actividade física habitual. As conclusões mostraram que a maioria dos jovens não ajuda os pais nas suas profissões; no entanto são os jovens do grupo 3 que mais ajudam nas tarefas domésticas e os jovens do grupo 1 aqueles que vêem menos televisão, mas, em contrapartida, os que mais jogam computador. Quanto aos locais preferenciais de brincadeira não se verificaram diferenças entre os diferentes grupos, sendo os locais mais apontados a rua, e o jardim ou pátio da residência. Por outro lado, o grupo 1 é o que possui maior número de incentivos materiais à prática e o grupo 3 o que possui menor número.

Tercedor (1999) aplicou um questionário a um grupo de 284 crianças de 10 anos na cidade de Granada (Espanha) com o objectivo de conhecer as actividades mais frequentes no seu dia a dia. As conclusões mostraram que o dia a dia das crianças é particularmente ocupado com actividades de carácter sedentário, sendo a televisão e os jogos de computador ou electrónicos as actividades às quais dedicam mais horas quando estão em casa. Uma outra actividade quotidiana que ocupava muitas horas semanais nas rotinas da criança são os deveres escolares.

Monteiro et al. (2000) aplicaram entrevistas individuais a um grupo de 273 jovens com idades compreendidas entre os 11 e os 18 anos de São Paulo (Brasil) com o objectivo de conhecer as actividades realizadas durante os seus tempos livres fora do ambiente escolar. As conclusões mostraram que a actividade que absorve o maior tempo diário destes jovens é o visionamento televisivo e ouvir música. Pelo contrário a tarefa diária onde passa menos tempo são as tarefas escolares. As

[52] A autora estabeleceu 3 grupos : o grupo 1 era composto por 228 jovens que praticavam um desporto individual ou colectivo num clube; o grupo 2 era composto por 340 praticantes regulares de pelo menos uma actividade física e o grupo 3 era composto por 221 jovens sem qualquer tipo de prática desportiva.

actividades culturais como hábitos de leitura e ir ao teatro ou cinema entre outras raramente foram referidos.

Nos últimos anos alguns autores têm-se preocupado também com os factores que podem interferir nas rotinas de vida das crianças. Entre esses factores podem considerar-se as condições sócio-económicas e modos de vida familiares, as características étnicas e culturais, assim como outros aspectos de natureza psicossocial (Malina, 1980a). Lopes (1992) acrescenta que o local onde se situa a habitação (densidade populacional e de construção) pode também interferir no tipo de actividades que a criança pode desenvolver. Feio (1985) aponta um estudo desenvolvido pelo Centre D`Etnologie et de Psychologie em França, onde foram inquiridas várias famílias sobre os factores que podiam influenciar as actividades diárias dos seus filhos no meio urbano, e verificou-se que a maioria dessas famílias apontava a quantidade e qualidade dos espaços disponíveis. Neto (1984), refere que a economia de espaços e a falta de uma planificação sobre os espaços de jogo nas cidades modernas, tem limitado a população infantil no acesso a determinadas experiências corporais, deixando a criança de realizar jogos de aventura, organizados ou sociais.

Legendre (1986) desenvolveu um estudo sobre a influência dos suportes arquitectónicos sobre os comportamentos sociais das crianças em colectividade e concluiu que as zonas bem circunscritas, semi fechadas e apresentando um material pouco definido sobre o plano funcional, são aquelas onde as crianças se reagrupam e prosseguem trocas não conflituais.

Para além dos factores apontados como influentes nas rotinas de vida infantil, Trappe, Duda e Ehrnwald (1989) nos Estados Unidos verificaram que as novas tecnologias, as tensões motivadas pelo trabalho diário e os aspectos relacionados com factores sociais eram também importantes. Alguns estudos vêm confirmar as constatações anteriores. Cale (1992) refere que a unidade de pesquisas dirigida por Balding (HEA School Education Unit) realizou três questionários (1986, 1987 e 1988) onde procurou saber como é que as crianças britânicas passam o seu dia a

dia, concluindo que o seu passatempo favorito é a televisão e que o tempo gasto no visionamento de vídeos e jogos de computador atinge proporções alarmantes. Bronfenbrenner (1974 e 1975) confirmou de igual forma que as tensões motivadas pelo seu trabalho diário (principalmente o escolar) interferem nas rotinas diárias das crianças, uma vez que para obter bons resultados escolares elas são submetidas a exigências cada vez mais fortes ao ponto de reduzir os seus tempos livres, demonstrando este facto a relação directa entre o aumento do trabalho escolar e a redução do tempo dedicado aos seus interesses activos. Dumazedier (1988), nos seus estudos, pôde também constatar que os problemas que afectam a sociedade em que vivemos influenciam fortemente as actividades desenvolvidas diariamente pelas crianças. Afirma o autor que a violência que assola as ruas das nossas cidades, a taxa elevada de agressões a que assistimos, o abuso de drogas e álcool, o risco de assaltos e raptos, o aumento de tráfego e outros problemas, tornaram as ruas pouco seguras para as crianças aí desenvolverem os seus jogos e brincadeiras.

Os problemas enunciados entre outras contrariedades, fazem com que as crianças citadinas passem muito muitas horas de actividade dentro de casa, tal como se pode comprovar num estudo desenvolvido pela UNESCO sobre o jogo e o lazer (Santos, 1993). Este autor revela que neste momento é nítida a prevalência de actividades de interior no dia a dia das crianças, em pequenos grupos pouco activos fisicamente, com brinquedos comercializados e divertimentos pré-fabricados, o que veio alterar as práticas lúdicas das crianças. Johnson, Christie e Yawkey (s.d) defendem que o empenhamento da criança e o tipo de jogos que realiza depende do tipo de espaço que lhe é proporcionado. Os autores concluíram nos seus estudos que os espaços interiores estão mais aptos para o desenvolvimento do jogo simbólico e do jogo construtivo, enquanto que os espaços de jogo exteriores estão mais adequados para a actividade lúdico-motora. Uma outra conclusão foi a de que o interior da habitação, pela sua organização e dimensões, pode também influir positivamente ou negativamente nas actividades da criança, pois o facto de dispor de

um quarto individual onde possa brincar com alguma liberdade, constitui um aspecto importante para o seu desenvolvimento.

Fazendo uma reflexão sobre as evidências demonstradas nos diferentes estudos, poderemos dizer que parece haver bastantes consensos relativamente aos espaços ocupados e actividades desenvolvidas pelas crianças nas suas rotinas de vida. Pensamos no entanto que esta abordagem ficaria incompleta se não fizessemos uma reflexão mais aprofundada sobre a autonomia e mobilidade das crianças nessas mesmas rotinas, pois não interessa apenas saber quais são os factores que influenciam as actividades ou os locais onde elas se desenvolvem, mas também conhecer os meios e a forma como se chega a esses locais.

3.5 – A autonomia e independência de mobilidade

Ao longo dos séculos XIX e XX as crianças tornaram-se progressivamente objecto de uma solicitude e de uma atenção apaixonada no seio da família e fora dela (na arte, literatura, ciência...). A transição de um estado de dependência para um outro de autogoverno, apresenta-se como um padrão comum a todas as culturas, estando as características e vicissitudes da transição na dependência de um grande número de factores de ordem individual, familiar e social. Nas civilizações ocidentais contemporâneas que elegeram como um valor essencial a independência do indivíduo, o seu direito a uma identidade pessoal, livre e autónoma, é *culturalmente encorajado*[53]. A *"quantidade e qualidade" de autonomia requerida* (Fleming, 1993) difere de acordo com as expectativas relativas aos estereótipos dos papéis específicos de cada sexo e de acordo com o sistema de valores presentes em cada sociedade[54]. A autora acrescenta ainda que

[53] Todas as sociedades esperam que os seus membros jovens se tornem indivíduos cada vez mais autónomos das suas famílias de origem e venham a integrar a comunidade adulta, partilhando os seus valores básicos, tornando-se auto suficientes e com uma certa responsabilidade social.

[54] A nossa sociedade ocidental industrializada, erigiu como um dos seus valores centrais a liberdade individual e a possibilidade de todo o indivíduo atingir um estatuto que lhe garanta alguma autonomia, sendo

"A autonomia se assume como um processo desenvolvimental que começa a esboçar-se desde muito cedo no indivíduo, sendo a passagem de um estado simbiótico com a mãe numa primeira fase, para um estado de diferenciação e de autonomia, considerada uma invariante do crescimento humano, apresentando as condições em que essa passagem se processa uma grande variabilidade, consoante os diferentes contextos onde ocorre"(Fleming, 1993, p. 33),

No contexto das ciências empenhadas no estudo do desenvolvimento humano, a questão da autonomia começa a merecer um lugar de destaque, mostrando os teóricos de diferentes quadrantes unanimidade em considerar a autonomia e a mobilidade durante a infância como uma questão central para a compreensão da vida social do indivíduo nas fases subsequentes, sejam entendidas como constructo social, estádio ou tarefa desenvolvimental. Steinberg (1987) afirma mesmo que, de uma forma directa ou indirecta, explícita ou implícita, a autonomia e a mobilidade, porque ligadas ao processo de individuação, separação e à formação da identidade, encontram-se no seio da reflexão sobre a infância e juventude, tendo-se a investigação revelado contínua e sistemática principalmente nos últimos anos. Os estudos neste campo, segundo Fleming (1993), integram-se numa linha de investigação iniciada por McDill (1930) sobre a emancipação, e mais tarde com Murphey et. al. (1963) que estudam a questão da autonomia e proximidade relativamente aos pais. Porém Hill & Holmbeck (1986) referem que o "corpus" da investigação nesta área permanece largamente ateórico e não-cumulativo, encontrando como possíveis razões para esta constatação, por um lado, a dificuldade na definição e operacionalização do conceito de autonomia, e por outro, devido ao facto de existirem diferentes conceptualizações teóricas relativamente aos mesmos aspectos, tornando difícil derivar hipóteses claras e consistentes, pelo que as conceptualizações predominantes não se têm mostrado muito produtivas e úteis.

capaz de decidir sobre a sua própria vida. No entanto a forma como são preparadas as crianças e adolescentes para a sua autonomia diferem dentro da mesma sociedade tomando por base os valores de diferentes classes sociais que apresentam também elas diferentes expectativas de autonomia relativamente aos seus membros.

Relativamente à autonomia pessoal na infância ela tem sido tradicionalmente unida a uma perspectiva generalista (Serra y Viguer, 1998), mantendo-se como um conceito reduzido muitas vezes aos hábitos de higiene (ex: lavar os dentes), alimentação (comer sozinho), trabalho independente e socialização. Para alguns autores (Bornas, 1992), esta postura apresenta-se como reducionista, pois a autonomia pessoal, deve ser considerada numa perspectiva global que inclua, para além dos hábitos diários, outros factores entre os quais se pode considerar o conceito de auto-regulação[55], sendo também imprescindível considerar neste entramado o papel desempenhado pelo sistema cognitivo[56].

Na tentativa de esclarecer o conceito de autonomia, Bornas (1992) afirma que :

> *"Uma criança autónoma, é aquela cujo sistema de auto-regulação funciona de modo a permitir-lhe satisfazer com êxito tanto as demandas internas como externas a que se propõe" (Bornas, 1992, p.108).*

O autor acrescenta que, quando falamos de autonomia da criança, podemos referir-nos a um conjunto diversificado de áreas, entre as quais podem ser consideradas a autonomia da organização (escolar, doméstica, de tempo livre...), autonomia de critério (escolha de jogos, de roupa, de livros), autonomia de resolução de problemas pessoais (com familiares, amigos...), autonomia de relações interpessoais (escolha de companheiros...), ou autonomia de mobilidade, entre outras.

Após esta breve apresentação sobre o conceito de autonomia, vamos então centrar-nos na autonomia de mobilidade ou independência de mobilidade como lhe chamam alguns autores.

---

[55] A auto-regulação pode ser definida, como "o processo que permite responder a uma solicitação com êxito sem depender dos outros" (Bornas, 1992, p. 108). O autor parte do pressuposto que a criança que é capaz de auto-regular a sua actividade é mais autónomo do que aquele que não é capaz de o fazer.

[56] O autor considera que não se podendo reduzir o conceito de autonomia pessoal às habilidades basicamente motoras, porque ser autónomo é também pensar, planificar, decidir, escolher (...), isto é, ser capaz de desenvolver um amplo campo de actividades cognitivas.

São vários os investigadores que apontam que o acesso a experiências diversificadas de movimento na exploração e contacto directo com o espaço contribuem positivamente para o desenvolvimento harmonioso e saudável da criança. Espinosa e Ochaíta (1997, p. 5) referem mesmo que uma maior liberdade na apropriação do espaço torna-a mais autónoma e apta a lidar com situações quotidianas imprevistas, favorece o seu conhecimento espacial para além de lhe proporcionar uma melhor capacidade de adaptação. Arez (1998) acrescenta que as oportunidades exploratórias conferidas às crianças fazem com que desenvolvam em maior escala os seus "skills" motores, a sua criatividade e sociabilidade. Neto (2001) vai mais longe, afirmando que :

> *"A capacidade de autonomia de mobilidade face ao envolvimento físico, permitirá o desenvolvimento das suas representações cognitivas do espaço físico, o desenvolvimento da liberdade e autonomia em jogo, a descoberta do envolvimento e seu funcionamento, a descoberta das relações com o mundo adulto, o sentido da descoberta e a resolução de problemas, o desenvolvimento de hábitos saudáveis na vida activa e a prática do jogo e actividade física, essenciais para o equilíbrio emocional e psicológico" (Neto, 2001, p. 211).*

A independência de mobilidade assume-se, desta forma, como um vector fundamental no desenvolvimento de representações cognitivas do envolvimento, permitindo à criança organizar o seu sistema de referencias que é fundamental para a sua estimulação sensorial e motora. Bjorklid (s.d.) confirma esta constatação, quando diz que:

> *"A exploração independente do envolvimento permite à criança experimentar, investigar e resolver problemas, aprender a cooperar e conhecer melhor o seu modo de funcionamento, (...) as crianças relembram e descrevem melhor os locais onde brincaram e circularam livremente do que aqueles aos quais têm acesso na companhia de adultos" (Bjorklid, s.d., p. 11).*

Embora sabendo da importância da independência de mobilidade na vida das crianças, uma constatação apresentada por diferentes autores em diferentes países,[57] é a de que, hoje em dia, existem no envolvimento muitos constrangimentos sociais que influenciam de forma directa essa autonomia, principalmente nos meios urbanos, provocando este facto um atrofiamento nas possibilidades de expansão espacial da criança. Os principais constrangimentos apontados como limitadores da independência de mobilidade das crianças estão muito interligados com interesses económicos e sociais que, por sua vez, vão interferir na forma como está organizado o envolvimento. Assim, as ruas com passeios estreitos, a escassez de zonas verdes e espaços livres e protegidos, a densidade de tráfego, a desintegração e insegurança social, os problemas com os transportes, o aumento da poluição e o crescimento desordenado são entre tantos outros factores, aqueles que fazem das cidades um local difícil para as crianças circularem sozinhas pelo espaço envolvente. Malina (1980 a) acrescenta que os diferentes modos de vida, o nível sócio-económico da família, as condições da habitação onde vive com os pais, os companheiros com quem brinca, as características étnicas e culturais, o sexo, a ordem de nascimento na fratria, e os aspectos de natureza psicossocial podem também constituir-se como factores importantes na forma como as crianças se apropriam do seu espaço. Atendendo ás afirmações anteriores podemos concluir que os constrangimentos que influenciam a autonomia de mobilidade das crianças se situam em dois níveis, isto é, por um lado têm a ver com as características do espaço físico, e por outro com as características inerentes à própria criança.

Os constrangimentos físicos e sociais que se constituem como um freio à independência de mobilidade das crianças, fizeram despertar em muitos investigadores um interesse especial, que se traduziu numa grande proliferação de estudos sobre o papel do envolvimento físico da criança, planeamento urbanístico, qualidade dos bairros ou zonas residenciais e seus espaços exteriores e também

actividades desenvolvidas pelas crianças nesses mesmos espaços durante os seus tempos livres.

3.5.1. – Investigando o envolvimento e mobilidade espacial da criança

Os itinerários das crianças, assim como a independência de mobilidade, têm sido motivo de preocupação por parte de diferentes autores em diferentes países. Malpique (1995) refere que um aspecto que tem merecido a atenção dos investigadores tem sido o dos itinerários urbanos das crianças[58], relacionando distâncias (Andersen; Trindall, 1972), analisando percursos efectuados com ou sem acompanhamento por parte de adultos (Hart, 1979) ou a distinção entre percursos habituais, frequentados e ocasionais (Moore e Young, 1978). Ceia (1990) afirma que os itinerários urbanos revelam à criança o espaço urbano, valorizando determinados locais e trajectos (por se tornarem habituais), estimulando a sua percepção por ultrapassarem o simples reconhecimento. Neto (2001) vai mesmo mais longe, quando afirma que, a forma como a criança aprende o funcionamento do seu envolvimento, tendo em conta os lugares por onde passa, joga ou convive com os companheiros, tem permitido perceber melhor o desenvolvimento da sua capacidade de autonomia progressiva em relação ao espaço físico. Lurçat (1982), no seu estudo com crianças com idades compreendidas entre os 4 e os 6 anos, refere que estes trajectos constituem uma etapa básica para o conhecimento dos lugares, encontrando-se aí descritos mecanismos psicossociológicos da relação da criança com o seu espaço envolvente.

Um dos trajectos bastante estudado tem sido aquele que vai de casa à escola. As oportunidades de jogo e contactos com a cidade durante este trajecto (Derruet-Besson, 1984) são fundamentais para o desenvolvimento da criança. Ceia (1990) acrescenta que a criança, ao realizar este percurso, desenvolve um mapa mental

[57] Podem apontar-se os trabalhos desenvolvidos por Bjorklid (Suécia), Hilmann e Adams (Inglaterra), Kytta (Finlândia), Van der Spek e Noyon (Holanda), Huttenmoser (Suiça), Arez , Serrano e Neto (Portugal)...

(pessoal e construído) que assume um papel determinante no seu desenvolvimento sócio-espacial. O caminho casa/escola, pela sua repetição quotidiana, transforma-se num lugar familiar com particularidades locais que se tornam marcos de referência. Dias (1998) aponta um estudo efectuado na Inglaterra onde se conclui que as crianças que vão a pé ou de bicicleta para a escola se tornam aí mais atentas, receptivas e empenhadas, desenvolvem mais cedo a autoconfiança e o espírito de iniciativa e ficam mais sensibilizados para os perigos da estrada.

Van Der Spek e Noyon (1996); Neto (2001) e Guedes (2001) afirmam que quando falamos de independência de mobilidade, não nos devemos cingir apenas aos trajectos casa/escola, mas sim ter em linha de conta um campo mais abrangente, que permita uma visão mais aberta do fenómeno e não nos centrarmos apenas numa das suas partes constituintes[59]. Neto (2001) acrescenta ainda que o conceito de independência de mobilidade deve ser encarado numa perspectiva evolutiva, isto é:

> *"Deve levar em conta o modo como a criança desenvolve ao longo do tempo uma representação mais consistente do espaço físico (memória, percepção, identificação) bem como uma liberdade progressiva de acção no seu espaço quotidiano de vida" (Neto, 2001., p. 210)*

A nova forma de encarar a independência de mobilidade das crianças no meio urbano, aliada ao sentimento de que ela tem decrescido nos últimos anos, tem sido motivo de preocupação para diversos autores em diferentes países, o que levou ao aparecimento de várias investigações que procuraram estudar e perceber melhor o fenómeno.

---

[58] Gooney (1986) define itinerário urbano como sendo um circuito realizado por uma pessoa a pé ou utilizando um outro meio de transporte através dos quarteirões e bairros urbanos.

[59] Neto (2001) refere a este respeito, que a percepção das possibilidades de acção devem ir para além da liberdade concedida no trajecto casa/escola, isto é, ter em conta um nível de independência mais vasto, que considere a actividade lúdica nos espaços exteriores, as visitas aos amigos, a frequência de clubes e associações, os passeios a pé (...).

Hillman e Adams (1992) desenvolveram um estudo em Inglaterra, com o intuito de comparar as diferenças existentes ao nível da independência de mobilidade em crianças com idades compreendidas entre os sete e os onze anos em dois momentos distintos em termos temporais (1971 e 1990)[60]. Os resultados demonstraram que, entre os dois momentos se registaram diferenças acentuadas no que diz respeito à liberdade de atravessar as ruas sozinhas (75% podiam fazê-lo, em 1971, baixando para 50%, em 1990), realizar o trajecto casa escola a pé sozinhos ou com os amigos (80% podiam fazê-lo, em 1971 e apenas 9% em 1990), houve também uma diminuição na percentagem de crianças que podia ir sozinha a outros locais que não a escola e sair de casa depois de escurecer (98% não podia fazê-lo, em 1990) e embora tivesse aumentado o número de crianças a possuir bicicleta, a percentagem daqueles que a podiam usar na rua baixou entre os dois momentos estudados. Os autores concluíram ainda que a idade é um factor determinante nas restrições que são impostas às crianças ao nível da independência de mobilidade (com a idade aumenta a liberdade para atravessar as ruas, ir para a escola, andar de bicicleta nas ruas e visitar amigos sozinho ou com outras crianças). Foram também encontradas diferenças, tendo em conta a variável sexo, pois os rapazes têm uma maior liberdade para atravessar as ruas, andar de autocarro e sair à noite sozinhos. Um outro dado curioso é o de que as raparigas se importavam menos que os rapazes relativamente às restrições impostas. Após saberem os resultados relativamente às crianças, os autores, numa segunda fase, aplicaram um questionário aos pais com o intuito de saber as principais razões que estavam por detrás das restrições à mobilidade dos seus filhos, tendo os resultados demonstrado que elas se prendiam com o perigo relativo ao tráfego e medo de molestações.

Arez (1998) cita os estudos de Van der Spek e Noyon (1995), Kitta (1995), e Heulin-Norinder (1996), realizados em diferentes países, e que procuraram verificar também eles a independência de mobilidade das crianças no meio urbano:

Van der Spek e Noyon (1995) desenvolveram um estudo na Holanda, onde procuraram saber as causas que poderão explicar a diminuição da independência de mobilidade nas crianças. A recolha dos dados foi efectuada através de entrevista a pais de crianças em idade escolar, tendo estes manifestado que na sua infância havia uma maior liberdade de brincar na rua (a partir dos seis anos podiam sair sozinhos e deslocar-se até onde quisessem), quanto às restrições impostas aos seus filhos, apontam como principais causas o tráfego e a crescente insegurança nas ruas (molestações por parte de adultos e problemas com outras crianças). São ainda apontadas, embora com menor importância, causas como, incómodos que possam causar a terceiros, a inadequação dos espaços e também por preferirem estar em casa[61]. No estudo os autores verificaram ainda que a idade é um factor que tem influência nas distâncias que as crianças estão autorizadas a percorrer (os pais das crianças mais velhas dão-lhes maior liberdade) e que o sexo não revelou diferenças. Um dado relevante verificado neste estudo tem a ver com a nacionalidade; isto é, os autores verificaram que os filhos de emigrantes tinham maior liberdade ao nível da independência de mobilidade que os de famílias Holandesas.

Os estudos desenvolvidos por Kitta (1995) vêm confirmar estes dados, afirmando a autora que há diferenças na independência de mobilidade das crianças quando se toma em linha de conta a sua nacionalidade, referindo que as crianças Finlandesas parecem ter mais liberdade de acção que as da Europa Central e que a independência de mobilidade encontrada na Austrália é também inferior à encontrada na Inglaterra.

Outros autores procuraram saber a influência que o envolvimento físico tinha na independência de mobilidade das crianças. Heulin-Norinder (1996) desenvolveu um estudo na Suécia procurando saber até que ponto o planeamento do

[60] Os dados iniciais foram recolhidos através de um questionário em 1971 em cinco escolas, enquanto que a recolha da segunda fase dos dados foi efectuada nas mesmas escolas em 1990.

[61] No estudo os pais responderam que o pouco interesse demonstrado pelos seus filhos em sair de casa se deve às muitas alternativas surgidas, tais como: a quantidade e diversidade de brinquedos a usar dentro de casa, os programas televisivos cada vez mais aliciantes e diversificados, os jogos de computador, etc.

envolvimento físico afecta realmente a mobilidade das crianças. A autora aplicou um questionário a crianças de oito e onze anos e entrevistou vinte famílias de crianças que viviam em quatro tipos de envolvimento com planeamentos residenciais distintos, nomeadamente ao nível do tráfego e verificou que nas zonas onde os índices de tráfego eram mais baixos as crianças beneficiavam de maior liberdade de movimento. A autora verificou ainda que a idade é um factor determinante na independência de mobilidade das crianças (os mais velhos têm maior liberdade) assim como o sexo (os rapazes dispõem de maior liberdade que as raparigas).

Os trabalhos desenvolvidos na escola de Kansas por Adelberg (1977), Adelberg e Gump (1978) permitiram também concluir que o comportamento de jovens pré-adolescentes nos arredores de uma grande cidade relativamente à penetração é comparável ao observado numa pequena cidade.

Malpique (1995) desenvolveu um estudo em Portugal, onde procurou, entre outras coisas, saber como é que as crianças com nove e onze anos se apropriam do seu envolvimento. As conclusões demonstraram que a maioria das crianças do estudo se deslocavam para a escola a pé ou de automóvel e acompanhadas por adultos e que os rapazes exibiam um espaço territorial independente ao nível do tecido urbano superior ao das raparigas, revelando-se mais autónomos nos seus trajectos a pé ou de bicicleta.

Pinto (1995) aplicou um questionário e preencheu um diário de actividades semanais a crianças do 1º Ciclo do Ensino Básico do Distrito de Braga, e verificou que as crianças do meio urbano estudadas apresentavam alguma independência de mobilidade, demonstradas principalmente em actividades tais como ir à casa de um amigo, passear o cão, ir às compras ou fazer recados e brincar nas imediações da habitação. O autor aponta ainda que estas actividades constituíam experiências realizadas com alguma regularidade.

Serrano (1996) desenvolveu um estudo onde aplicou um questionário a crianças com idades compreendidas entre os 7 e os 10 anos, com o intuito de saber o

seu tipo de práticas diárias, tendo verificado que no meio urbano o limite geográfico de brincadeira dado à criança é restrito.[62] O autor verificou ainda que a idade e o sexo eram factores importantes nas possibilidades de exploração espacial, tendo as crianças mais velhas e do sexo masculino maior mobilidade e limites espaciais mais vastos e que a maioria das crianças se deslocava a pé ou de automóvel e era acompanhada pelos pais no trajecto casa-escola.

Arez (1998) desenvolveu um estudo também em Portugal, onde procurou saber se as características do envolvimento físico (rural e urbano) e o sexo influenciavam as rotinas de vida e a independência de mobilidade das crianças. A autora aplicou um questionário e uma entrevista a crianças de oito e nove anos e um questionário aos pais, tendo concluído que a independência de mobilidade é influenciada pelas características do envolvimento físico, uma vez que as crianças do meio urbano dizem realizar menos trajectos diários, participar em mais actividades e ir a locais mais diversificados que os do meio rural; por outro lado, as crianças do meio urbano saem menos sozinhas e com amigos e percorrem distâncias menores sem a companhia de adultos. Quanto ao sexo, a autora verificou que as raparigas realizam mais trajectos diários para além do trajecto casa-escola quando acompanhadas por adultos, que a sua independência de mobilidade é menor que a dos rapazes. Relativamente aos factores limitadores na independência de mobilidade das crianças, os pais apontaram os perigos do tráfego e o receio de assaltos e molestações por parte de adultos.

Serra y Viguer (1998) desenvolveram um estudo em Espanha onde procuraram investigar a autonomia pessoal de crianças com idades compreendidas entre os três e os dez anos. Para tal aplicaram um questionário que avalia a autonomia através de uma série de situações (Escala de autonomia personal en la infância – EAPI). As principais conclusões demonstraram que a autonomia aumenta com a idade e que o

[62] A maioria das crianças referiu poder brincar apenas até aos limites do quarteirão e a percentagem que só brinca em casa é elevada.

estatuto sócio-económico pode influenciar essa autonomia, apresentando as crianças de estatuto mais baixo níveis mais elevados de autonomia.

Serrano, Ferreira, Lourenço e Correia (1999) procuraram conhecer a independência de mobilidade de um grupo de 100 crianças com idades de 11 e 12 anos no meio urbano. Na recolha dos dados foi utilizada uma entrevista estruturada. As principais conclusões demonstraram que as crianças do estudo disseram ter alguma independência ao nível da sua mobilidade, uma vez que a maioria referiu poder brincar com amigos da mesma idade até lugares longe da sua casa, poder visitar amigos ou familiares sozinhos, a pé, e realizar o trajecto casa/escola sozinho ou com amigos da mesma idade. Uma outra constatação tem a ver com o facto de as crianças terem também referido que dispõem de bastante autonomia quando circulam com adultos na via pública, podendo atravessar as ruas sozinhos e que utilizam bastante a bicicleta nas suas deslocações, principalmente dentro do bairro onde moram.

Antunes, Duarte & Colla (2000) desenvolveram um estudo no Brasil, onde procuraram analisar o nível de independência nas actividades diárias de um grupo de crianças com idades compreendidas entre os sete e os onze anos. As principais conclusões demonstram que os pais detêm um papel importante e influenciam as actividades que os seus filhos podem desenvolver, assim como, o seu grau de independência. A idade e o sexo foram também factores influentes, verificando-se um aumento gradativo dos níveis de independência com o aumento da idade e maiores níveis de independência nos rapazes.

Wohlwill e Heft (1987) apontam também nas suas investigações que encontraram diferenças relativamente aos sexos nas competências ambientais, incluindo espaço territorial, jogo construído e habilidades espaciais, e ao nível da exploração ambiental e territorialidade, verificando, de igual forma, que estes factores aumentam com a idade.

Olhando agora para as principais conclusões dos diferentes estudos, poderemos dizer que parece haver bastantes consensos relativamente à independência de

mobilidade das crianças. Começamos por verificar que a independência de mobilidade tem vindo a decrescer nos países onde têm sido desenvolvidos estudos que comparam diferentes épocas, apresentando neste momento níveis mais baixos que há alguns anos atrás (Hillman e Adams, 1992; Van Der Spek e Noyon, 1995). Apesar do abaixamento nos diferentes países, a nacionalidade apresenta-se como um factor de diferenciação ao nível da mobilidade das crianças, tendo Van Der Spek e Noyon (1995) verificado que os filhos de emigrantes na Holanda tinham maior independência que os filhos de Holandeses, e Kitta (1995) que as crianças Finlandesas também apresentam níveis mais elevados de independência ao nível da mobilidade que as crianças da Europa Central, o mesmo se verificando entre as crianças Inglesas relativamente às Australianas.

O meio a que pertence a criança (rural/urbano), tal como demonstram os estudos desenvolvidos por Kitta (1995), Serrano (1996), Arez (1998), apresenta-se também como um factor de diferenciação, uma vez que no meio rural as crianças dispõem de uma maior liberdade de circulação. A idade da criança é também um factor decisivo, como demonstram os estudos de Moore e Young (1978), Van Vliet (1983), Schoggen e Schoggen (1984), Hillman e Adams (1992), Van Der Spek e Noyon (1995), Heurlin-Norinder (1996), Serrano (1996), Serra y Viguer (1998) e Antunes, Duarte & Colla (2000), apresentando as crianças mais velhas uma maior autonomia na exploração espacial. O sexo[63] é também um factor de diferenciação, tal como demonstram os estudos desenvolvidos por Hillman e Adams (1992), Heurlin-Norinder, (1996), Serrano (1996), Arez (1998) e Antunes, Duarte & Colla (2000), quando dizem que os rapazes parecem gozar de uma maior autonomia que as raparigas. O estatuto sócio-económico parece também ter influência, tal como demonstra Serra y Viguer (1998), concluindo as autoras que as crianças pertencentes a um estatuto sócio-económico mais baixo têm menores restrições ambientais e maior independência ao nível da sua mobilidade. Malina (1980b) vem confirmar estes dados, quando afirma que alguns estudos desenvolvidos nos Estados Unidos

demonstram que nas classes mais baixas as crianças têm maior liberdade de se movimentarem pela zona onde habitam.

Quanto às principais causas apontadas pelos pais para as restrições impostas aos seus filhos, e que interferem na sua independência de mobilidade, pudemos verificar, pela análise dos resultados evidenciados pelos diferentes estudos, que têm a ver fundamentalmente com o grande aumento da densidade de tráfego automóvel e a falta de segurança nas ruas, nomeadamente o perigo de molestações por parte de adultos (Hillman e Adams, 1992; Van Der Spek e Noyon, 1995; Heurlin-Norinder, 1996; Arez 1998). Há também outros autores (Neto, 1984; Feio, 1985; Legendre 1986; Lopes 1992) que referem que a quantidade de espaços próximos da habitação, assim como a qualidade desses mesmos espaços, podem também constituir-se como uma barreira à independência de mobilidade das crianças.

A emergência nas últimas décadas de diferentes correntes de investigação sobre os mundos da infância, estudando as relações que se estabelecem entre acontecimentos de ordem biológica, psicossocial e cultural têm evidenciado um grande interesse e preocupação sobre aspectos da vida diária das crianças que vão para além dos aspectos relacionados com a sua mobilidade, como sejam a forma como as crianças vivem os seus tempos livres e a importância das actividades físicas na ocupação dos mesmos.

3.6 – Tempos livres e actividade física – Reflexão sobre os conceitos

As grandes transformações sócio-económicas que se iniciaram com a revolução industrial e se acentuaram a partir da década de cinquenta nos meios urbanos, trouxeram consigo uma nova forma de estar e viver por parte das populações[64]. Com esta nova organização social, os horários de trabalho passam a

[63] Dos estudos apontados apenas Van Der Spek e Noyon (1995) não encontraram diferenças.

[64] Pereira e Neto (1997) referem que foi o grande fluxo migratório de pessoas dos meios rurais para os meios urbanos o grande responsável pela transformação dos modos de vida das pessoas .

ser colectivos e obedecem a um plano rígido pré determinado, resultando daqui o aparecimento de uma nova dimensão temporal por oposição aos tempos ocupados que tomou o nome de "tempo livre".[65]

Pereira e Neto (1997) afirmam que a definição de tempo livre apresenta algumas dificuldades:

> *" A persistente referência aos tempos livres como conceito científico, histórico e cultural, deixou sem saídas as tentativas empregues para simplificar a sua definição. Definilo desde as suas conotações etimológicas, tomando como suporte as palavras "tempo" e "livre" não reduz nem as dificuldades nem as ambiguidades: o seu significado é ao mesmo tempo substantivo e adjectivo, não permite uma significação inequívoca"(* Pereira e Neto, 1997, p. 220).

Pereira (1993) refere que o nosso tempo livre aparece geralmente definido por oposição ao tempo dedicado ao trabalho e às tarefas indispensáveis à sobrevivência. No entanto, o tempo livre autêntico, almejado por todos, não é apenas nem necessariamente um tempo em que não há trabalho por fazer, nem obrigações a cumprir, mas é sobretudo um tempo em que os limites que a realidade nos impõe são mínimos, ou bem aceites, e em que, simultaneamente, aumentam as nossas oportunidades de iniciativa, expressão e realização. O tempo livre assume-se também e cada vez mais como um tempo de realização dos desejos contidos pelo funcionamento necessário das instituições profissionais, familiares ou escolares.

O tempo livre que emerge associado ao mundo laboral dos adultos afecta o mundo da infância, surgindo como um espaço temporal que desempenha um papel fundamental no desenvolvimento sócio-espacial das crianças, permitindo-lhes o acesso a novas descobertas, fomentando uma maior autonomia e contribuindo para o desenvolvimento da sua personalidade. Pereira e Neto (1999) referem que nos

[65] O debate sobre a conceptualização do tempo livre teve, na opinião de Pereira e Neto (1999), como pressuposto a dicotomia trabalho versus tempo livre, sendo este considerado como um tempo residual que resta após o tempo laboral.

nossos dias existe um quadro crescente de motivações para introduzir os jovens em práticas institucionalizadas, bastante atraentes para eles, mobilizando estes programas estruturados actualmente muitos milhares de crianças. Como reflexo desta preocupação surgiram recentemente expressões tais como OTL (ocupação de tempos livres) e ATL (actividades de tempos livres) que vêm servir de complemento ao período escolar, tornando-se numa verdadeira escola paralela, podendo mesmo apresentar-se como um complemento das actividades , como refere Pereira (1993):

> *"Os tempos livres são um espaço onde é possível actuar de forma intencional ao nível do desenvolvimento global do indivíduo, ou mesmo ao nível cognitivo, em áreas não contempladas pela escola" (Pereira, 1993, p. 53).*

Embora concordando com a complementaridade relativamente às actividades escolares, alguns autores (Neto, 1994) questionam-se também sobre possíveis inconvenientes na institucionalização dos tempos livres das crianças, referindo que muitas vezes elas desenvolvem nas instituições uma prática de actividades repetitivas e rotineiras formais ou organizadas que lhes provocam alguma desmotivação, por restringir o seu campo de acção e a sua capacidade criadora dirigida para actividades por elas escolhidas. Assim, pensamos que o futuro dos tempos livres da criança deverá passar por uma maior e melhor relação com o meio que a rodeia, tal como afirma Neto (1992) quando diz que

> *"Os tempos livres deverão assumir uma dimensão ecológica, onde estejam presentes factores como a aventura e o prazer da descoberta do meio físico e social" (Neto, 1992, p.150).*

Quando se estuda os tempos livres na infância é importante prestar atenção à actividade física, uma vez que ela se assume como um dos pólos de maior importância no desenvolvimento integral da própria criança. Ora, numa sociedade marcada pela imagem desportiva, onde a democratização no acesso ao desporto se consagra como um direito dos cidadãos, observamos nos meios urbanos dos países

industrializados, fruto de uma acentuada evolução tecnológica, um estilo de vida das populações cada vez mais sedentário, invertendo as tendências de milhares de anos onde as actividades como correr, saltar e trepar faziam parte do quotidiano das pessoas (Corbin, & Lindsey, 1984).

O sedentarismo começa a assumir na sociedade contemporânea um dos principais papeis de risco (Duarte, 2000), manifestando-se numa maior predisposição para o aparecimento de um conjunto de patologias de natureza metabólica, endócrina e degenerativa.[66] A evidência deste facto fez despertar um grande interesse pela prática física principalmente nos países mais evoluídos, começando a actividade física e desportiva a ser vista como um meio ao alcance das pessoas para melhoria dos seus níveis de saúde, bem estar físico, mental e social (Carvalho, Carreiro da Costa, Diniz, & Sena Lino, 2000).

O termo "actividade física" está muito em voga nos nossos dias, no entanto pode levantar muitas dúvidas quando se trata de o definir de uma forma consistente. Calmeiro (1999) refere que um dos aspectos que dificulta essa definição se deve à quantidade variável de tipos de actividade física que constam na literatura. O termo "actividade física" (Maia, 1997) aparece por vezes associado ao de "exercício físico" ou "aptidão física", revestindo-se de um significado e representação com um carácter simultaneamente individual e plural[67]. Tanguen (1982, p. 64) diz mesmo que o termo "actividade física é um dos mais raramente definidos no campo das ciências do desporto". Júnior (1998) acrescenta que os conceitos disponíveis para

[66] Cachapuz (1998) aponta os estudos desenvolvidos por Sallis e col. (1985); Laporte e col. (1985); O'Brien Cousins (1995); Pols, (1996); Montoye e col. (1996) e Pereira e col. (1998), para demonstrar que nos países industrializados a relação existente entre estilos de vida menos activos e incremento de certas doenças tem alcançado um forte consenso.

[67] Pereira (1994, p. 32) diferencia actividade física de exercício físico. Para o autor "toda a actividade humana é actividade física, e apresenta movimento". A enorme gama de actividades humanas e suas variações só são consideradas exercícios físicos em determinadas circunstâncias e quando reunirem determinados objectivos (em especial objectivos prático pedagógicos). O autor acrescenta mesmo que apenas no âmbito da cultura física é que a actividade humana se converte em exercício físico. Junior (1999) também defende que a actividade física e exercício físico devem apresentar-se como denominações e conceitos distintos, sendo a primeira mais ampla e abrangente, integrando um projecto sócio-político, enquanto o segundo estará mais ligada à esfera médico-terapêutica.

além de restritos se apresentam muitas vezes de forma contraditória, por serem estudados tendo em conta diferentes perspectivas, nomeadamente sociocultural, psicológica e biológica[68]. Por outro lado o autor refere que a maioria restringe-se a um enfoque de cariz mais biológico. São disso exemplo os conceitos de Lange (1978) onde a actividade física é definida como "... o nível e padrão de consumo de energia durante actividades usuais da vida diária, incluindo trabalho e lazer"; de Bouchard, Shephard & Stephens (1993) que a consideram como sendo "todo o movimento corporal realizado pelos músculos esqueléticos que contribua para um aumento de energia dispendida em repouso" e de Caspersen, Powell & Christenson (1985), Kaplan, Sallis & Patterson (1993) ou Quinney, Gauvin e Wall (1994) que a consideram como "qualquer movimento humano produzido pelos músculos esqueléticos, resultando em substancial aumento do dispêndio energético ou calórico".

O dicionário especializado no âmbito do desporto de Anshel e colaboradores (Garcia Ferrando e Sanchez-Bañuelos, 1998), dá também uma definição de actividade física, apresentando-a como sendo "todo o movimento do corpo humano que produz um gasto energético mais elevado que o nível metabólico em repouso". A maioria dos autores referenciados afirmam também que esta definição está relacionada intimamente e interage constantemente com o envolvimento social e físico onde se produz, podendo ser desenvolvida tanto nas actividades laborais como de tempos livres e de lazer (nas quais se incluem as actividades lúdicas) ou ainda nas actividades domésticas. Horta e Barata (1995) confirmam a ideia anterior, vincando que, quando falamos de actividade física, devemos sempre ter em conta as actividades que vão para além da prática desportiva, de lazer ou competitiva, pois, actividades diárias tais como jardinagem, a marcha, subir e descer escadas, danças e

[68] Prista (1994) aponta diferentes autores que estudaram a actividade física nestas diferentes perspectivas. A nível sociocultural salienta os nomes de Gottlieb e Chen (1985), e Klesges et. al. (1986); a nível psicológico aponta os trabalhos desenvolvidos por Neale et. al. (1970) e a nível biológico, os nomes de Blair et. al. (1985 a) , Bar-Or (1987), Caspersen et. al. (1985), Malina (1989) e Rowland (1990).

jogos, entre outras, são também actividades físicas importantes no dia a dia das pessoas, por isso devem ser consideradas como fazendo parte da actividade física.

Concordamos, por isso, com Júnior (1998), quando diz que os conceitos puramente biológicos são reducionistas, uma vez que a actividade física deve também ser encarada como fonte de conhecimento e comunicação, de sentimentos e emoções, de prazer estético de promoção de saúde e factor de desenvolvimento filogenético e ontológico. As actividades físicas são por isso também definidas tendo por base enfoques sociológicos e sócio-antropológicos, como o formulado por Kenyon (1983), e também no campo psicológico como defendem Vieira e Ramos (1996). Estes últimos, afirmam que

> *"Quando se fala de actividade física deve-se ter em conta para além do funcionamento orgânico do indivíduo, também o seu estado psicológico, porque este também se revela determinante nessa mesma actividade" (Vieira e Ramos, 1996, p. 22).*

Júnior (1999) refere que a actividade física deve ser considerada na esfera individual/biológico e apenas evolui quando ligada à noção de colectivo/social. Ela está por isso directamente ligada a diversidades culturais, factores ambientais, climáticos e topográficos, com tradições pedagógicas e também com factores individuais (idade, género, raça...), logo não se pode reduzir apenas à solicitação dos aparelhos osteo-mio-articulares e cardiovasculares, mas também deve estar associada às esferas cognitiva, volitiva, cultural, ética e social. O autor apresenta uma definição de actividade física onde se considera o indivíduo inserido num contexto histórico-social:

> *"Actividade física é qualquer movimento humano estruturado (organizado), não utilitário (no sentido laboral ou ocupacional do termo) ou terapêutico, produzido por músculos esqueléticos, produzindo substancial aumento de dispêndio de energia, usualmente manifestado em jogos activos, desportos, ginástica, dança e formas de lazer activo (cuidar do jardim, caminhar, correr, pedalar..."(Júnior, 1999, p. 43)*

Após análise sobre o conceito de actividade física à luz de diferentes perspectivas, poderemos dizer que assume uma grande importância a diversidade de abordagens do termo, isto porque pensamos que esta diversidade traz um enriquecimento e uma visão mais ampla relativamente ao próprio termo "actividade física", uma vez que é encarado de diferentes ângulos e estudado de diferentes formas e sobre diferentes perspectivas.

3.6.1 - Métodos para avaliar a actividade física

Embora tenha havido uma grande proliferação de estudos sobre actividade física nos últimos anos, a análise da literatura mostra-nos que existem muitas dúvidas sobre os métodos mais adequados para a sua medição. Harro e Riddoch (2000) acrescentam que os problemas existentes para medir a actividade física dos adultos, tende a agravar-se quando as investigações são desenvolvidas com crianças, devido muitas vezes ao grau de desenvolvimento das suas capacidades cognitivas e também das características das suas próprias actividades.

Powel & Paffenberguer (1985) referem que existem muitos métodos, mas que cada um por si só, apenas mede uma parte do imenso espectro que é a actividade física, apresentando qualquer um incondicionalmente vantagens e inconvenientes, sendo por isso difícil encontrar um método satisfatório. Esta grande dificuldade encontra-se expressa no facto de na revisão da literatura referente ao tema, serem apontados mais de cinquenta métodos diferentes para avaliar a actividade física, sem que nenhum deles tenha preenchido todos os requisitos necessários (Montoye e Taylor, 1984; LaPorte et al. 1985; Bouchard e col. 1994a).

A literatura especializada, apresenta dois grandes grupos de métodos para avaliar a actividade física: os métodos desenvolvidos em laboratório (são métodos de medição exactos, que requerem equipamento altamente sofisticado e dispendioso, pressupondo processos de análise com alguma complexidade) e os métodos de

terreno (são mais simples, facilmente aplicáveis a grandes grupos, mas de menor exactidão) (Montoye e col., 1996).

Assim, e de acordo com a classificação apresentada pelos autores atrás mencionados, vamos fazer uma apresentação sumária dos diferentes métodos mais frequentemente usados, focando a sua utilização nos estudos desenvolvidos com as populações mais jovens.

3.6.1.1 - Os métodos desenvolvidos em laboratório

São métodos importantes para medir os gastos energéticos em actividades específicas, que podem também ser usados para proporcionar medidas critério de validação de métodos utilizados no terreno e mostram-se úteis nalguns estudos onde as amostras são pequenas (LaPorte et al. 1985; Montoye e col., 1996). Os métodos laboratoriais, subdividem-se em fisiológicos e biomecânicos.

3.6.1.1.1 - Métodos Fisiológicos – Baseiam-se no princípio de que a perda de calor expressa o consumo energético do indivíduo, e apresentam-se sob a forma de:

- Calorimetria directa – Pressupõe a medição do calor produzido pelo indivíduo em repouso ou em exercício, num ambiente compartimentado, durante um certo período de tempo.
- Calorimetria indirecta – Durante os processos de transformação da energia dos alimento em trabalho muscular e calor, há consumo de oxigénio. Este método estima a energia dispendida através da medição do volume de oxigénio produzido e do volume de dióxido de carbono produzido. Implica o uso de máscara facial e tubo bocal.

3.6.1.1.2 - Métodos Biomecânicos – Medem a actividade muscular através de deslocamentos e acelerações do corpo ou de segmentos corporais e podem ser registados através de duas formas:

- Fotográfico – Medição através de câmaras de alta velocidade ou através de vídeo que permite análises elaboradas. Permite avaliar a aceleração e velocidade de determinados segmentos corporais, avaliando a energia dispendida na execução do movimento.
- Transdutores de forças aliados a plataformas de forças – o movimento ou contracção muscular é avaliada através de sensores de pressão da plataforma. A força aplicada na placa, traduz a intensidade e direcção da força executada no movimento. Os registos são fornecidos através de curvas contínuas que permitem estimar os gastos energéticos do sujeito.

As principais vantagens apontadas aos métodos fisiológicos, tem a ver com o facto de permitir uma grande exactidão na análise dos resultados e possibilitar a medição e discriminação de actividades físicas específicas. Em contrapartida exigem custos financeiros elevados; exigem interpretações complexas das medições efectuadas para estimar os gastos energéticos; são inacessíveis a estudos com grandes amostras e não são compatíveis com as tarefas diárias; são exigentes para os indivíduos avaliados em termos de tempo e esforço, tendo por isso uma fraca aceitação pessoal e social.

3.6.1.2 - Os métodos aplicados no terreno

São métodos mais simples de menores investimentos financeiros; permitem uma aplicação em amostras maiores, mas com um grau de exactidão das medições inferior aos métodos laboratoriais. Montoye e col. (1996) referem que o facto de não haver uma medida critério que seja universal, para comparações das várias técnicas usadas nos diferentes estudos, é uma das principais lacunas destes métodos.

Para medir a actividade física têm sido aplicados pelos diferentes investigadores diferentes instrumentos de medida. Os métodos de terreno mais aplicados têm sido os seguintes:

3.6.1.2.1 - Classificação Ocupacional ou Profissional – Classifica as diferentes actividades de acordo com a ocupação profissional dos indivíduos em estudo, partindo do pressuposto de que os sujeitos com a mesma categoria ocupacional possuem níveis similares de desgaste energético.

Este método tem como principais vantagens, o facto de possibilitar medições em grandes amostras; ser pouco exigente para o sujeito em estudo em termos de tempo e esforço; ser compatível com as tarefas diárias e ter uma boa aceitação pessoal e social. Em contrapartida a sua validade é baixa, por não levar em linha de conta para o cálculo do desgaste energético factores importantes como são, a variabilidade individual e temporal. Prista (2000) refere que este método não se aplica a crianças e jovens, e são escassos os estudos onde se utiliza este procedimento.

3.6.1.2.2 – Aporte Nutricional – Neste método é assumido que o dispêndio energético dos sujeitos, está em constante equilíbrio com o aporte nutricional. O dispêndio energético é estimado através do conhecimento do valor calórico ingerido pelos indivíduos durante vários dias, tendo necessidade de ajuste face à variações do peso. Os métodos mais usados são o da pesagem dos alimentos e os inquéritos. Cachapuz (1998) refere que este método quando é aplicado ao estudo com crianças, deverá tomar também em linha de conta o crescimento.

Este método tem como principais vantagens, o facto de possibilitar medições em grandes amostras e aplicação num intervalo etário considerável (adolescentes – idosos); ser pouco exigente para o sujeito em estudo em termos de tempo e esforço; ser compatível com as tarefas diárias e ter uma boa aceitação pessoal e social. Em contrapartida, apresenta alguns problemas de validade; problemas operativos ao nível do cálculo do aporte energético. Por outro lado não permite discriminar

actividades físicas específicas, nem a recolha de informações sobre o tipo, frequência e duração das actividades físicas.

3.6.1.2.3 – Observação Comportamental – Este método pode ser desenvolvido por observadores directamente, ou com recurso a equipamento audiovisual e computorizado que permitirá o registo continuado das actividades desenvolvidas. Posteriormente é efectuado o cálculo do desgaste energético total, tomando por base os comportamentos observados e o custo energético atribuído a cada um deles em tabelas publicadas.

Este método tem como principais vantagens, o facto de ter uma considerável validade (Bouchard et al. 1983); permitir uma caracterização da actividade física nos seus diferentes aspectos (tipo, duração e frequência) e poder ser aplicado a qualquer escalão etário. Em contrapartida, não pode ser aplicado em grandes amostras, é extremamente exigente quando se trata de observações directas e pode interferir com as tarefas diárias do sujeito observado.

3.6.1.2.4 – Diários de Actividades – Neste método o registo das actividades é feito com recurso a um modelo próprio, durante períodos de tempo pré-determinados pelo investigador e que podem variar de minutos a algumas horas, sendo a descrição das actividades mais ou menos detalhadas consoante a natureza e os objectivos da investigação. È um método que exige grande cooperação e motivação por parte do observado.

Este método tem como principais vantagens, o facto de ter uma considerável validade (Bouchard et al. 1983); permitir uma caracterização da actividade física nos seus diferentes aspectos (tipo, duração e frequência) e poder ser aplicado a qualquer escalão etário. Em contrapartida, pode não ser compatível com as tarefas diárias; pode apresentar erros de medida que resultam sobretudo de erros de registo dos dados; exige grande colaboração e sinceridade pelo observado, podendo levantar algumas dúvidas quanto à aceitação.

3.6.1.2.5 - Questionários – A utilização de questionários auto-administrados ou por entrevista tem sido a prática mais generalizada em estudos de grandes

actividades físicas específicas, nem a recolha de informações sobre o tipo, frequência e duração das actividades físicas.

3.6.1.2.3 – Observação Comportamental – Este método pode ser desenvolvido por observadores directamente, ou com recurso a equipamento audiovisual e computorizado que permitirá o registo continuado das actividades desenvolvidas. Posteriormente é efectuado o cálculo do desgaste energético total, tomando por base os comportamentos observados e o custo energético atribuído a cada um deles em tabelas publicadas.

Este método tem como principais vantagens, o facto de ter uma considerável validade (Bouchard et al. 1983); permitir uma caracterização da actividade física nos seus diferentes aspectos (tipo, duração e frequência) e poder ser aplicado a qualquer escalão etário. Em contrapartida, não pode ser aplicado em grandes amostras, é extremamente exigente quando se trata de observações directas e pode interferir com as tarefas diárias do sujeito observado.

3.6.1.2.4 – Diários de Actividades – Neste método o registo das actividades é feito com recurso a um modelo próprio, durante períodos de tempo pré-determinados pelo investigador e que podem variar de minutos a algumas horas, sendo a descrição das actividades mais ou menos detalhadas consoante a natureza e os objectivos da investigação. È um método que exige grande cooperação e motivação por parte do observado.

Este método tem como principais vantagens, o facto de ter uma considerável validade (Bouchard et al. 1983); permitir uma caracterização da actividade física nos seus diferentes aspectos (tipo, duração e frequência) e poder ser aplicado a qualquer escalão etário. Em contrapartida, pode não ser compatível com as tarefas diárias; pode apresentar erros de medida que resultam sobretudo de erros de registo dos dados; exige grande colaboração e sinceridade pelo observado, podendo levantar algumas dúvidas quanto à aceitação.

3.6.1.2.5 - Questionários – A utilização de questionários auto-administrados ou por entrevista tem sido a prática mais generalizada em estudos de grandes

amostras. É um método rápido, barato e de fácil aplicabilidade que permite obter informações multifacetadas de uma só fonte não obstruindo a espontaneidade (Washburn e Montoye, 1986; Baranowski, 1988).

Este método tem como principais vantagens, o facto de ser pouco dispendioso; poder ser aplicado a grandes grupos e num intervalo etário considerável (desde a infância até à terceira idade); apresenta um grau de exigência mínimo para o sujeito em termos de esforço e tempo; é compatível com as tarefas diárias, tem boa aceitação e permite medir actividades específicas. Em contrapartida, apresenta problemas em termos de validação; depende da sinceridade dos sujeitos em questão; pode haver alguma falta de objectividade devido à dificuldade dos indivíduos referirem com precisão as actividades desenvolvidas; podem também sobrestimar certas variáveis como as temporais e as de intensidade.

A procura de superação de problemas de validade e fiabilidade deste tipo de instrumento, tem segundo Prista (2000) provocado a sua multiplicação quer em termos de conteúdo, quer em termos de metodologia. As diferenças entre eles podem ser relativamente (1) ao tempo de administração, (2) no detalhe e forma como são efectuadas as questões, (3) no tempo a que se referem as perguntas e (4) no tipo de escalas usadas para determinar a hierarquia dos sujeitos ou estimativa do dispêndio energético[69] (Laporte et al., 1985; Washburn e Montoye, 1986).

[69] O tempo da administração está normalmente relacionada directamente com a sua complexidade. Segundo Prista (1994) a experiência parece recomendar questionários curtos para não dificultar a operacionalidade dos mesmos. A este respeito Montoye e col (1996) alertam no entanto para o risco de pequenos questionários nem sempre providenciarem a informação necessária. As questões utilizadas têm variado ao nível da sua complexidade, desde questões mais genéricas até questões mais complexas, no entanto o seu conteúdo depende em grande parte dos objectivos da pesquisa e das especificidades da população à qual vai ser aplicado. Quanto à forma de aplicação, o questionário pode ser aplicado por entrevista (Sallis et al. 1985) ou por auto-preenchimento (LaPorte et al. 1985). Nos casos de questionários aplicados a crianças que revelam dificuldades nas respostas, alguns autores (Saris, 1986; Ross e Pate, 1987, Serrano, 1996) têm optado por recorrer aos pais e professores como fonte de informação. Uma outra questão que se tem posto prende-se com a distância temporal a que se referem as perguntas do questionário, variando desde 24 horas até períodos de um ano. Há autores que referem que os períodos demasiado curtos podem camuflar informação (Shephard et al, 1980), enquanto períodos demasiado longos levantam problemas ao nível da memória, podendo perder-se nestes casos informação (Washburn e Montoye, 1986). Finalmente o tipo de escala a utilizar para calcular o dispêndio energético tem sido segundo Prista (1994) um dos maiores dilemas no uso de questionários, sendo a variação dos procedimentos relativamente grande o que dificulta a comparação entre os diferentes estudos.

3.6.1.2.6 – Marcadores Fisiológicos – Para mensuração dos níveis de actividade física, podem usar-se duas técnicas. A primeira é através da Aptidão cárdio-respiratória (ACR). Este método não parece no entanto ser um critério seguro dado que outros factores, tais como a hereditariedade, parecem influenciar esta capacidade (Prista, 2000). A Segunda técnica, denominada Doubly Label Water (DLW) (desenvolvida por Libfson a partir de 1955) baseia-se na predição da energia dispendida por um indivíduo durante um ou mais dias, a partir da simples ingestão de uma dose de água em equilíbrio isotópico. Esta última técnica tem tido resultados apreciáveis (Prista, 2000), porque permite estimar o desgaste energético por vários dias e com alguma fiabilidade, sem nenhuma interferência no comportamento habitual.

Este método tem como principais vantagens, o facto de poder ser aplicado a qualquer escalão etário; grau de exigência tolerável em termos de tempo e esforço para o indivíduo em estudo; permite estimar o dispêndio energético por vários dias e é bem tolerado pessoal e socialmente (LaPorte e col., 1985). Em contrapartida, o facto de ser dispendioso e necessitar de técnicas de análise complicadas, limita a sua aplicação a grupos maiores. Por outro lado, apenas estima o dispêndio energético total, não avaliando o padrão e variabilidade da actividade.

3.6.1.2.7 – Monitorização da Actividade Física – Os avanços tecnológicos permitiram a criação de aparelhos electrónicos e mecânicos que permitem estimar o dispêndio energético e a quantidade de movimento, e podem ser classificados em dois grupos distintos: (1) os que monitorizam o movimento (Sensores de Movimento) e (2) os monitorizam a frequência cardíaca (Monitores de Frequência Cardíaca).

– Os Sensores de Movimento – São aparelhos que inicialmente apenas mediam a frequência do movimento, e que nos dias de hoje detectam já as diferenças na velocidade e direcção dos movimentos (Pereira et al., 1998). Estes aparelhos podem ser classificados em

instrumentos que apenas quantificam o movimento (Pedómetros) e instrumentos que medem simultaneamente a quantidade, intensidade e direcção do movimento (Acelerómetros).

- Pedómetros – Foram desenhados para avaliar o comportamento do indivíduo durante a marcha ou corrida (LaPorte e col. 1985). De uma forma geral medem com razoável fidelidade a quantidade de movimento do tronco e membros, mas os resultados entre estes valores e o custo metabólico das actividades nem sempre têm sido consistentes (Prista, 2000). Por outro lado, apenas estimam a actividade física acumulada, não detectando parâmetros de duração ou intensidade de períodos específicos dessa mesma actividade.
- Acelerómetros – São instrumentos criados na tentativa de ultrapassar as limitações apresentadas pelos pedómetros. Estes aparelhos não se baseiam apenas em medir o impacto no solo, mas também tem em conta o deslocamento do centro de gravidade, providenciando uma informação mais detalhada sobre o movimento (Magalhães, 2001). Durante os deslocamentos o tronco e os membros sofrem uma aceleração teoricamente proporcional às forças musculares por ela responsáveis, provocando um determinado gasto energético induzido pela contracção muscular (Montoye e col., 1996).

Estes métodos tem como principais vantagens, o facto de poder ser aplicado a qualquer escalão etário; ter um grau de exigência tolerável em termos de tempo e esforço para o indivíduo em estudo; serem bem tolerados pessoal e socialmente e medirem com razoável acuidade a quantidade de movimento. Em contrapartida, apresentam limitações para estudos com grandes amostras; não descriminam actividades físicas específicas e nem sempre traduzem um desgaste energético real.

- Monitores de Frequência Cardíaca – São aparelhos que permitem medir a variação da frequência cardíaca de um indivíduo durante a prática física ao longo de um certo período de tempo, proporcionando

registos de intensidade e duração da actividade desenvolvida. Segundo Montoye e col. (1996) estes aparelhos apresentam resultados mais fiáveis quando usados em combinação com outros métodos, no entanto Armstrong e Welsman (1997) referem que mesmo assim, eles são um método bastante atractivo e objectivo por permitir medir directamente um parâmetro fisiológico conhecido pelo seu relacionamento com a actividade física e proporcionar registos de intensidade e duração dessa mesma actividade.

Este método tem como principais vantagens, o facto de poder ser aplicado a qualquer escalão etário; ter um grau de exigência tolerável em termos de tempo e esforço para o indivíduo em estudo; ser bem tolerado pessoal e socialmente e ser compatível com a realização das tarefas diárias. Em contrapartida, apresenta limitações para estudos com grandes amostras; é dispendioso e não descrimina actividades físicas específicas. Por outro lado, a frequência cardíaca pode ser influenciada por factores como: a idade, o estado emocional ou de aptidão física, os grupos musculares envolvidos, a hora do dia, a temperatura (...) (Montoye, 2000).

Pela exposição anterior, pudemos verificar a grande variabilidade de instrumentos e métodos que permite avaliar a actividade física das pessoas. LaPorte e col. (1985) referem que tal realidade se deve, pelo menos em parte, à diversidade dimensional deste comportamento, e à relação complexa que cada uma das dimensões da actividade física estabelece com aspectos relacionados com a saúde. Este facto, impede que haja uma desejável articulação entre os resultados obtidos nos vários estudos, por não existir um critério adequado e universal de comparação entre as diferentes técnicas.

Quando se trata da avaliação da actividade física habitual de crianças, as dificuldades parecem ser acrescidas. A informação disponível não permite identificar um método que seja mais eficaz, uma vez que todos eles apresentam limitações, não se adivinhando soluções a curto prazo (Durnin, 1988; Prista 2000). No entanto para estudos de grandes amostras tem sido proposto a aplicação de dois

ou mais métodos no mesmo trabalho, nomeadamente o questionário para a amostra global, e um método cujos resultados indiquem uma maior validade para uma sub-amostra, podendo servir o segundo para testar a validade do primeiro (LaPorte et al. 1985; Durnin, 1988). Dishman e Steinhard (1988) acrescentam que o método a seleccionar, deve estar antes de mais, relacionado com os objectivos pretendidos, com as possibilidades operativas e com o tamanho da amostra. Saris (1985) apresenta uma proposta (quadro 3) que poderá ajudar a escolher o método mais adequado para avaliar a actividade física das crianças:

QUADRO 1 – Métodos recomendados por Saris (1985) para avaliar a AF em crianças e jovens

DIMENSÃO DA AMOSTRA	MÉTODO RECOMENDÁVEL
Superior a 100	- Questionário simples sobre as actividades regulares - Sensor de movimento
De 20 a 100	- Monitorização da frequência cardíaca - Sensor de movimento
Inferior a 20	- Doubly Labeled Water - Monitorização da frequência cardíaca - Calorimetria Indirecta - Observação

3.6.2 – Investigando a actividade física da criança

A actividade física, constitui-se, neste mundo contemporâneo, como um dos principais meios colocados ao serviço das pessoas para a melhoria da sua qualidade de vida, assumindo, um papel cada vez mais importante na procura e manutenção do bem-estar das populações. Para a criança, ela apresenta-se como um meio natural através do qual adquire diversos tipos de conhecimentos e habilidades (motoras e cognitivas), assumindo, de igual modo, um papel importante ao nível do crescimento físico e da socialização em diferentes ambientes e envolvimentos (Herkowitz, 1980; Holopainen, 1986; Neto, 1994). Para a criança a actividade física traz-lhe benefícios fisiológicos (Bouchard, Shephard & Stephens, 1993), psicológicos (redução da ansiedade e depressão ou no aumento da auto-estima) e ao nível da integração social (Mota, 1992). Por outro lado, constitui-se ainda como um meio de compensação dos efeitos nocivos provocados pelos estilos de vida

sedentários, impostos pelas sociedades contemporâneas, onde as suas possibilidades de acção (mobilidade) têm vindo a diminuir drasticamente (Neto, 1997).

A consciencialização da importância e influência que a actividade física habitual desempenha no desenvolvimento integral das populações, contribuindo para a sua saúde e bem estar social, levaram a que nos últimos anos muitos investigadores se debruçassem sobre este campo de estudos, estudando-a em diferentes vertentes e nas diferentes fases de desenvolvimento, desde a infância até à velhice. Os autores tiveram como principais preocupações conhecer os padrões de actividade física ao longo dos anos em diferentes países e em diferentes idades, os factores e os motivos que influenciam a sua prática,[70] e também como variam os seus níveis em função de um leque diversificado de variáveis, tais como o sexo, a idade, a raça, a origem étnica o estatuto sócio-económico, as características psicológicas e a condição física e saúde (Bouchard et al., 1988; Sallis et al., 1992).

Atendendo à grande proliferação de investigações desenvolvidos recentemente, e porque a nossa investigação o justifica, vamos centrar-nos e apresentar exclusivamente estudos relacionados com a actividade física praticada durante a infância e juventude.

O maior e mais fiável estudo internacional sobre a actividade física entre as crianças e jovens, apontado por Telama (1998), foi denominado por *The Health Behaviour of School Aged Children* (HBSC Study) e realizado pela Organização Mundial de Saúde em 1990. Trata-se de uma investigação sobre saúde e modos de vida, incluindo algumas questões referentes à actividade física. As conclusões demonstraram que nos jovens com 11 anos de idade há diferenças entre os vários países no que diz respeito à frequência de participação na actividade física. Por exemplo, entre os rapazes a proporção dos que são fisicamente activos durante pelo menos 2 horas por semana, varia entre 32% na Lituânia e 80% na Áustria. Entre as raparigas com a mesma idade, as proporções são de 19% e 66% respectivamente. A

[70] Sallis et al. (1992) referem que a maioria dos estudos tem enquadrado os factores determinantes da actividade física em quatro domínios fundamentais: o biológico, o psicológico, o sócio-cultural e o ambiental.

percentagem de raparigas, que são fisicamente activas pelo menos 2 horas por semana é inferior a 50% e as que são activas pelo menos 4 horas por semana é inferior a 25%. A actividade física que as raparigas experimentam na maior parte dos países, provém da actividade física à qual se encontram expostas na escola durante as aulas de educação física.

DeKnop, Engstrom, Skirstad, & Weiss (1996) reforçam a ideia do decréscimo da actividade física espontânea dos jovens nas últimas décadas, dando como exemplo um estudo desenvolvido por Engstrom (1990) na Suécia, onde o autor verificou que, embora tenha havido um aumento entre os anos 1968 e 1984 no número de membros activos dos clubes desportivos (de 15% para 46% nas raparigas e de 43% para 67% nos rapazes), observou-se um declínio profundo na actividade física espontânea não organizada, aumentando o número de crianças e jovens inteiramente passivos.

Mendoza, Sagrera & Batista (1994) confirmaram os resultados anteriores, afirmando que em Espanha a percentagem de tempo que as crianças e jovens dedicam à actividade física fora da escola é bastante diminuto, com tendência para regredir com o passar dos anos. Os autores verificaram que, em 1986 apenas 22,9% dos jovens com idades compreendidas entre os 11 e os 15 anos realizavam actividade desportiva diária fora da escola, diminuindo essa percentagem para 14,8% em 1990. Uma outra conclusão demonstrou que, com o aumento da idade, havia também uma diminuição dos níveis de prática.

Gomes (1991) aplicou um questionário a 740 crianças que frequentavam o 3º e 4º anos de escolaridade do 1º Ciclo do Ensino Básico, com o intuito de conhecer as suas actividades físicas. Os resultados demonstraram que a maioria dos jogos e brincadeiras das crianças podiam ser consideradas sedentários. O mesmo se verificou relativamente ao tipo de brinquedos preferidos, tendo a maior percentagem apontado materiais que convidam a níveis baixos de actividade.

King & Coles (1992) desenvolveram um estudo com uma amostra significativa de indivíduos que envolveu dez países europeus, com o intuito de saber a frequência

da actividade física praticada fora do período escolar, e a intensidade dessa mesma actividade. As conclusões mostraram que em quase todos os países há um decréscimo de participação nas actividades físicas com a idade, sendo maior a incidência no grupo das raparigas. Os autores verificaram ainda que a percentagem de raparigas inactivas é também superior à dos rapazes, apresentando estes, mesmo assim, níveis elevados de inactividade.

Sallis (1993) tomando por base alguns questionários aplicados nos EUA verificou também que, globalmente, os rapazes eram 15 a 25% mais activos que as raparigas, e que os níveis de actividade física evidenciados durante um ano eram de 2,7% para as raparigas e 7,4% para os rapazes, o que demonstra níveis baixos em ambos os grupos.

Costa (1993) aplicou um questionário a 175 jovens do ensino secundário com o objectivo de conhecer a sua actividade física habitual. As conclusões mostraram que a grande maioria dos alunos apenas praticavam actividades desportivas durante as aulas de educação física na escola, e que os jovens que frequentavam o clube eram na sua maioria do sexo masculino. Quanto ao tempo dedicado à actividade física durante a semana, a grande maioria referiu praticar menos de 3 horas (os jovens do sexo masculino são também aqueles que dizem dedicar mais tempo a este tipo de actividades).

Gomes (1997) aplicou um questionário aos pais de 175 crianças que frequentavam o 3º e 4º anos de escolaridade do 1º Ciclo do Ensino Básico com o intuito de saber o que pensavam sobre a actividade física dos seus filhos. As conclusões demonstraram que eles consideravam a maioria das actividades praticadas de baixa intensidade, que os rapazes eram mais activos que as raparigas, e que apenas uma minoria das crianças se encontrava envolvida em actividades físicas organizadas e praticadas no máximo duas vezes por semana.

Costa (1997) aplicou um questionário a 100 crianças com idades compreendidas entre os 10 e os 14 anos, procurando saber o tipo de actividades físicas mais praticadas e o tempo dedicado semanalmente a essas actividades. As

conclusões demonstraram que a maioria das crianças pratica apenas uma modalidade essencialmente de âmbito colectivo (as mais mencionadas foram o futebol, andebol e basquetebol). Quanto à frequência semanal, a maioria pratica actividade física apenas duas/três vezes por semana, sendo a duração das sessões de hora e meia.

Fernández e Solà (1998) aplicaram um questionário a 283 indivíduos com idades compreendidas entre os 11 e os 17 anos com o intuito de conhecer os seus padrões de actividade física durante os tempos livres. As conclusões mostraram que os rapazes praticam também mais actividade física e mais actividades desportivas num clube fora da escola, e praticam exercício físico intenso mais vezes que as raparigas. Os autores verificaram ainda uma diminuição significativa dos níveis de prática à medida que aumenta a idade, mostrando de igual forma os rapazes maior segurança na continuidade de prática em termos futuros.

Matos, Simões, Carvalhosa, Reis e Canha (1999) aplicaram um questionário a uma amostra de 4230 jovens com idades de 11, 13 e 15 anos, com o intuito de conhecer os estilos de vida dos jovens portugueses. Relativamente à actividade física os resultados demonstraram que apenas um terço dos jovens diz praticar actividade física fora da escola. Tendo em conta a variável sexo, a percentagem de rapazes que praticam actividade física é superior, praticando também mais frequentemente e durante mais tempo. Relativamente à idade, verificou-se um decréscimo da prática à medida que a idade avança.

Serrano, Ferreira, Lourenço e Correia (1999) procuraram conhecer as actividades físicas de um grupo de 100 crianças com idades de 11 e 12 anos, no meio urbano. Na recolha dos dados foi utilizada uma entrevista estruturada e as principais conclusões demonstraram que as crianças tinham um dia preenchido com muitas actividades de baixo nível de actividade corporal (referiram que, embora tivessem muitas actividades, a sua maioria eram pouco cansativas em termos de esforço); as actividades consideradas como mais intensas durante o dia foram, para além das desportivas praticadas no clube, as desenvolvidas nas aulas de educação física na escola e os jogos lúdicos praticados na rua durante os tempos livres. A

percentagem de crianças que referiu praticar actividade desportiva num clube é baixa, sendo o futebol, a natação, o andebol e o ténis as modalidades mais praticadas, com frequência de prática de apenas uma vez por semana.

Tercedor (1999) aplicou um questionário a um grupo de 519 crianças com 10 anos de idade na cidade de Granada (Espanha), com o intuito de conhecer as suas actividades físicas. As conclusões mostraram que há um predomínio de actividade de carácter lúdico (jogos motores) relativamente às de carácter competitivo. Uma outra conclusão a salientar tem a ver com o facto de a percentagem de crianças que dizem andar de bicicleta ou patins ser elevada, com maior incidência nos rapazes. Quanto à prática desportiva, o autor concluiu que a percentagem de crianças que frequentavam o clube era elevada, com maior incidência por parte do sexo masculino e pertencentes a um meio sócio-económico mais baixo. O autor verificou ainda que havia diferenças acentuadas ao nível das actividades desportivas praticadas tendo em conta a variável sexo, sendo o futebol a mais praticada pelos rapazes e a ginástica a mais praticada pelas raparigas.

Neves (1999) aplicou um questionário a 470 jovens com idades compreendidas entre os 16 e os 21 anos, com intuito de saber quais as práticas físico/desportivas extra escolares. Os resultados obtidos mostraram que a maioria dos jovens pratica actividades físicas extra escolares (principalmente os do sexo masculino), sendo essas actividades principalmente no domínio da recreação. As modalidades mais praticadas em qualquer regime de prática são os desportos colectivos (principalmente o futebol e o voleibol).

Matos, Simões, Canha e Fonseca (2000) aplicaram um questionário a uma amostra de 6903 jovens com idades de 11, 13 e 16 anos, com o intuito de conhecer os estilos de vida dos jovens portugueses. Relativamente à actividade física os resultados demonstraram que a maioria dos jovens praticava exercício físico entre 1 a 4 dias por semana, sendo que os rapazes praticavam com maior frequência. A percentagem de raparigas que diz não praticar nenhum tipo de exercício físico é superior. A percentagem de jovens mais novos que referem não ter praticado pelo

menos 20 minutos de actividade física na semana anterior ao questionário foi mais elevado. Durante os 12 meses anteriores ao questionário, uma grande percentagem de jovens referiu não ter praticado nenhum desporto de equipa fora da escola (maior incidência no grupo das raparigas). Os rapazes mais novos, foram aqueles que mais desportos de equipa praticaram nos 12 meses anteriores ao questionário. As actividades mais praticadas pelas raparigas nos meses anteriores ao questionário foram a ginástica, o voleibol e a patinagem, enquanto os rapazes foi o futebol, o atletismo e o ténis.

Carvalho, Carreiro da Costa, Diniz & Sena Lino (2000) aplicaram um questionário a 346 crianças que frequentavam o 1º ciclo na Região Autónoma da Madeira e aos seus encarregados de educação, com o intuito de conhecer o padrão de actividade física e estilo de vida dessas crianças. Os resultados demonstraram que havia um padrão de actividades sedentárias nas rotinas de vida e que eram as do meio urbano aquelas que praticavam em maior percentagem desporto num clube.

Góis e Carreiro da Costa (2000) aplicaram um questionário a um grupo de 400 jovens madeirenses com o intuito de identificar e caracterizar o seu estilo de vida, atitudes face à escola e à educação física. Os resultados mostraram que o estilo de vida dos jovens madeirenses se caracteriza pela prática de actividades de lazer "passivas", havendo alguma incoerência entre a prática e a importância que lhes atribuem. Por outro lado os autores observaram um baixo índice de actividades físicas e desportivas por parte destes jovens que se baseia numa reduzida ou nula participação, frequência e intensidade que tende a agravar-se com a idade, principalmente no sexo feminino.

Póvoas (2000) aplicou um questionário a 389 jovens do 7º ao 12º ano, com o intuito de avaliar a sua actividade física habitual. Os resultados mostraram que os rapazes evidenciam valores superiores aos das raparigas nos vários domínios da actividade física, sendo as diferenças mais acentuadas ao nível das actividades desportivas. Os níveis de actividade física apresentam alguma estabilidade quando

se comparam os anos de escolaridade, existindo uma tendência para valores ligeiramente mais elevados à medida que se avança no ano de ensino.

Serrano, França e Grosso (2000) procuraram conhecer as actividades físicas desenvolvidas durante os tempos livres de um grupo de 50 crianças de 12 anos no meio urbano. As conclusões mostraram que as crianças apresentaram níveis baixos de actividade física praticada na rua (a maioria refere menos de 2 horas diárias de actividade) ou desportiva num clube (uma vez por semana e duas horas de cada vez). O estudo revelou algumas diferenças na actividade física tendo em conta a variável sexo, já que as crianças do sexo masculino dedicam diariamente mais tempo à actividade física, desenvolvem jogos que implicam mais movimento e praticam mais actividade desportiva num clube (o futebol é a modalidade mais praticada pelas crianças do sexo masculino, enquanto a ginástica e o atletismo são as mais praticadas pelo sexo feminino).

No âmbito do estudo da actividade física, outros autores procuraram saber se havia alguma relação entre as actividades praticadas durante a infância e adolescência e as evidenciados mais tarde na vida adulta[71].

Armstrong (1998) diz que nenhum estudo prospectivo seguiu crianças até à meia idade adulta e para além dela, mas as evidências disponíveis sugerem que os padrões de actividade física dos adultos são estabelecidos durante a infância e adolescência. Particularmente a inactividade física tem a sua origem na infância e pode ser seguida até à idade adulta. O autor refere ainda que os estudos que têm comprovado um declínio da actividade física com a idade, sugerem que os rapazes são mais activos que as raparigas e os níveis de actividade destas declinam mais rapidamente à medida que passam da infância para a adolescência.

Kuh & Cooper (1992) examinaram os padrões de actividade física de mais de 3300 homens e mulheres de 36 anos que fizeram parte de um estudo longitudinal britânico de natalidade de 1946, e verificaram que um nível alto de actividade física

[71] Embora a maioria dos estudos tenham sido desenvolvidos com adultos, eles são apresentados porque os seus resultados procuraram demonstrar aspectos relacionados com a infância e juventude.

na vida adulta incluía uma habilidade acima da média nos jogos de escola, o que pode revelar alguma influência.

Sallis (1993) tomando por base alguns questionários aplicados nos EUA, verificou também que se verifica um decréscimo na actividade física dos 10 para os 16 anos de idade e que o declínio nos níveis de actividade física com a idade se torna mais vincado quando essa actividade é avaliada de forma objectiva, verificando-se uma média anual do seu decréscimo dos 6 para os 17 anos, de cerca de 2,7% nos rapazes e 7,4% nas raparigas.

Armstrong (1998) apresenta um estudo (*Activity and Healt Research*) realizado em 1992 que revelou que 25% daqueles que eram activos entre os 14 e os 19 anos, tinham sido classificados como adultos muito activos, quando comparados com apenas 2% dos adultos então classificados como activos e que tinham sido inactivos quando jovens. Por outro lado, 30% dos 6000 adultos estudados encontravam-se na mesma banda de actividade nos grupos etários dos 14 aos 19, dos 20 aos 24 e na sua idade actual, indicando que os padrões de actividade dos adultos poderão estar relacionados com os comportamentos estabelecidos na infância e adolescência.

Glenmark, Healberg & Jansson (1994) aplicaram um questionário a 62 homens e 43 mulheres relativo à sua actividade física durante os tempos livres, aos 16 e 27 anos, tendo concluído que a parte mais importante do nível de actividade física nas mulheres e não nos homens, poderia ser prevista a partir das características físicas, da performance física e dos níveis de actividade aos 16 anos de idade.

Raitakari, Porkka, Taimelo, Telama, Rasenen & Viikari (1994) estudaram a actividade física de 961 jovens finlandeses com idades compreendidas entre os 12, 15 e 16 anos, que foram seguidos durante 6 anos através de um questionário estandardizado. Fez-se derivar um índice do produto da intensidade, frequência e duração da actividade física nos tempos livres, tendo-se observado um trajecto constante significativo de actividade física. Os autores concluíram que o nível de actividade física tem a sua origem e pode ser significativamente seguida desde a

adolescência até à fase de jovem adulto, e que a inactividade física tem um trajecto mais fácil de ser seguido do que o da actividade física.

Procurando complementar os conhecimentos sobre a actividade física, outros autores procuraram saber quais são os principais motivos que impulsionam as crianças e jovens a praticar, e quem mais influencia essa prática físico/desportiva.

Um dos aspectos que parece ter uma influência positiva sobre a prática física das crianças e jovens é a prática desportiva dos familiares, como se pode observar num extenso inventário realizado por Wold e Andersen (1992) que envolveu 39000 alunos de 10 países europeus e que permitiu comprovar que as crianças cujos pais e amigos haviam participado em actividades físicas ou desportivas são mais susceptíveis de se envolverem em actividades semelhantes.

Duarte (1991) aponta um estudo onde foi aplicado um questionário a 146 jovens entre os 14 e os 16 anos, procurando conhecer as influências na sua prática desportiva. As conclusões evidenciaram que os pais exercem bastante influência (principalmente sobre os rapazes) contrariamente à escola e aos professores que exercem níveis baixos de influência.

Costa (1993) aplicou um questionário a 175 jovens do ensino secundário com o objectivo de conhecer as influências para a sua prática desportiva. As conclusões demonstraram que os familiares e amigos parecem ter um papel importante na prática desportiva dos jovens, em oposição aos professores que pouca influência exercem neste tipo de práticas.

Shigunov, Nasário, Bettencourt e Ferreira (1998) aplicaram um questionário a um grupo de 263 crianças e jovens, procurando investigar a forma como os diferentes agentes (escola, colegas, família, professores de educação física e mass média) influenciam a motivação para a sua prática de actividades físicas fora da escola. As conclusões do estudo mostraram que as variáveis escola e família são os factores de motivação mais importantes, seguidos dos colegas e professores de educação física. O agente que, na opinião das crianças e jovens, menos influencia a sua prática desportiva fora da escola são os mass média.

Serpa (1992) aplicou um questionário a 175 indivíduos com idades compreendidas entre os 10 e os 15 anos, com o intuito de saber quais eram as principais razões que os levavam a praticar actividades desportivas. As conclusões mostraram que os aspectos mais valorizados pelas crianças e jovens eram aqueles que estavam ligados à condição física (estar em forma), à socialização (trabalho com outras crianças e jovens) e ao desenvolvimento técnico (aprender novas técnicas e melhorar capacidades). Por outro lado, os menos valorizados, relacionavam-se com o reconhecimento externo (ser reconhecido, ter prestigio, ser importante).

O autor citado, apresenta ainda mais dois estudos desenvolvidos nos Estados Unidos, que também tiveram como principal objectivo conhecer as principais razões que levam as crianças e jovens a praticar actividades desportivas. O primeiro foi realizado por Gill, Gross & Huddleston (1983), tendo os autores concluído que os aspectos mais valorizados pelas crianças e jovens estavam relacionados com a socialização e o divertimento (ser divertido, estar com os amigos, fazer novas amizades), e também com o desafio que lhes proporcionava (ter emoções fortes, ter acção, estar em competição, ultrapassar desafios). Quanto aos menos valorizados foram aqueles que estavam ligados ao reconhecimento pessoal (ser reconhecido, ter prestigio, ter a sensação de ser importante, receber prémios). O segundo estudo foi desenvolvido por Gould, Feltz & Weiss (1985) que concluíram que os aspectos mais valorizados pelas crianças e jovens estavam relacionados com a técnica (aprender novas técnicas e melhorar as capacidades), seguido dos aspectos relacionados com a socialização (estar com os amigos e fazer novas amizades). Quanto aos aspectos menos valorizados, também aqui se destaca o reconhecimento pessoal (ser reconhecido, ter prestigio, ter a sensação de ser importante, receber prémios).

Costa (1993) aplicou um questionário a 175 jovens do ensino secundário com o objectivo de conhecer as motivações para a sua prática desportiva. As conclusões demonstraram que os principais motivos estavam relacionados com a condição física (estar em forma, manter a forma) e com o factor divertimento.

Pereira e Raposo (1998) aplicaram um questionário a 1295 jovens com idades compreendidas entre os 10 e os 20 anos, com o intuito de saber quais os motivos que levam os jovens a praticar actividade física. Os resultados demonstraram que os principais motivos estavam relacionados com a condição física e técnica (estar em boa forma física, fazer exercício, aprender novas técnicas), com o factor socialização e divertimento (trabalhar em equipa, fazer novas amizades, estar com os amigos). Os menos importantes foram o pretexto para sair de casa, descarregar energias e ter a sensação de ser importante. Relativamente aos motivos que mais contribuem para que os inquiridos não pratiquem desporto fora da escola foram apontados aspectos relacionados com as instalações desportivas (falta de instalações desportivas ou estas ficarem longe de casa), a falta de apoios nas actividades (falta de iniciativas desportivas por parte das autarquias, falta de professores/treinadores, falta de informação e apoios), e aspectos relacionados com a falta de tempo e com a saúde. Por outro lado, os motivos que menos contribuem para que não pratiquem actividades desportivas foram por ser "chato e aborrecido" praticar, não trazer benefícios, por vergonha dos outros e não gostar dos treinadores/professores. Comparando os sexos, os autores verificaram que os rapazes atribuíram mais importância que as raparigas aos factores contexto competitivo, reconhecimento/estatuto e contextual, enquanto que elas atribuíram maior importância ao factor amizade/divertimento.

Fonseca, Gandá, Garrine, Zubaida, Alexandre, Silva e Achá (1998) desenvolveram um estudo onde procuraram saber os motivos que levam os jovens moçambicanos a decidir iniciar ou manter a prática de uma actividade física ou desportiva. A amostra foi composta por 225 jovens com idades compreendidas entre os 12 e os 25 anos. As conclusões demonstraram que, entre os motivos mais importantes, estão os que se referem ao desenvolvimento das suas competências técnicas e manutenção de uma boa forma física, enquanto os menos importantes, dizem respeito à aquisição de um estatuto elevado perante as outras pessoas e à procura de prazer/divertimento e emoções. Atendendo à variável sexo e, embora não

tendo sido encontradas diferenças significativas, os valores atribuídos entre rapazes e raparigas foram ligeiramente diferentes, isto é, enquanto os rapazes valorizaram mais os comportamentos relacionados com a competição, as raparigas valorizaram mais aqueles que estavam relacionados com a afiliação em geral.

Neves (1999) aplicou um questionário a 470 jovens com idades compreendidas entre os 16 e os 21 anos, com o intuito de saber os motivos que conduzem os jovens à prática de actividades físico/desportivas extra escolares. As conclusões mostraram que os principais motivos estão relacionados com a manutenção de uma boa condição física, com o divertimento e o convívio com os amigos. No que respeita à influência sobre a prática destes jovens, os pais e amigos são os mais influentes, cabendo ao professor de educação física uma baixa influência.

Serrano, França e Grosso (2000) procuraram conhecer as actividades físicas desenvolvidas durante os tempos livres de um grupo de 50 crianças de 12 anos no meio urbano. Quanto às influências para a prática desportiva encontraram algumas diferenças entre os sexos, pois os rapazes apontam como principais influências os amigos (do bairro ou da escola) e os ídolos desportivos, enquanto as raparigas apontam os amigos e os professores. Relativamente às razões mais importantes para que pratiquem actividade física não se verificaram grandes diferenças, tendo ambos apontado motivos relacionados com a saúde e a condição física. Quanto aos entraves à prática, também não se verificaram grandes diferenças, tendo ambos apontado a falta de tempo, a inadequação dos espaços e as restrições impostas pelos pais.

O estatuto sócio económico parece também ter influência na quantidade de prática física das crianças e jovens. Gottlieb e Chen (1985) verificaram que as crianças provenientes de meios familiares economicamente mais favorecidos apresentavam níveis de prática de actividades físicas mais elevados que os provenientes de meios familiares economicamente mais desfavorecidos.

Aaron, Kriska, Dearwater, Anderson, Olsen, Cauley & LaPorte (1993) concluíram, relativamente à influência do estatuto sócio-económico na actividade física de um grupo de raparigas em idade escolar, que o número de horas/semana em

actividade física de tempos livres apresenta um incremento, à medida que se sobe no seu estatuto, não se verificando qualquer associação nos rapazes.

Mota e Silva (1998) procuraram saber se o estatuto sócio-económico dos pais influencia as actividades físicas dos seus filhos. O estudo incidiu sobre uma amostra de 45 crianças do 4º ano de escolaridade numa escola do Porto, às quais foi aplicado um questionário, de modo a classificá-las em dois grupos (crianças activas e inactivas)[72]. As conclusões demonstraram que não foi encontrada nenhuma associação significativa entre o estatuto sócio-económico dos pais e a actividade física dos filhos, mas foi encontrada uma significativa associação entre os hábitos de actividade dos pais e a actividade física formal das crianças.

Serrano, Santos e Lopes (2000) desenvolveram um estudo onde também procuraram saber se o estatuto sócio-económico dos pais influenciava a actividade física de um grupo de 50 crianças de 12 anos do meio urbano. As conclusões demonstraram que, durante o dia útil, as crianças pertencentes a um estatuto alto passavam mais horas em actividade física, invertendo-se os papeis ao fim de semana. Relativamente à prática de actividades desportivas num clube, verificou-se que a percentagem de praticantes é baixa, apresentando valores de participação mais altos por parte das crianças de nível sócio-económico mais elevado. Quanto ao tipo de actividades o futebol, é a mais praticada, e no estatuto alto há uma maior diversidade de práticas. Relativamente às principais razões que levam as crianças a praticar actividade física, verificaram-se algumas diferenças; assim, as crianças do estatuto alto referem que os motivos que as levam a praticar estão especialmente relacionados com a escola (ajuda a aprender melhor), com a socialização (permite arranjar mais amigos) e o bem-estar (é relaxante), enquanto que as do estatuto baixo atribuem especial importância à saúde e à condição física (estar em boa forma). Quanto aos entraves à prática, não se verificaram grandes diferenças, tendo ambos

[72] Os autores consideraram como crianças activas aquelas que praticavam actividade física programada duas ou mais vezes por semana fora do período escolar e inactivas aquelas que praticavam actividade física programada menos de duas vezes por semana fora do período escolar.

os grupos apontado a falta de tempo, a inadequação dos espaços e as restrições impostas pelos pais.

Para além do tipo de actividades praticadas e influências externas na prática, alguns autores têm-se preocupado também com a intensidade das actividades físicas das crianças e jovens. Piéron (1998) refere que a frequência cardíaca é uma medição fisiológica que permite medir e avaliar com alguma precisão o nível de actividade física desenvolvida pela criança, permitindo por isso recolher dados válidos sobre a intensidade das actividades.

Howell, Bursick, Sharkey & Mclure (1978), num estudo efectuado com crianças com idades compreendidas entre os 8 e os 11 anos, procuraram saber como eram os seus níveis de actividade nos tempos livres, ou nos períodos de interrupção durante o período escolar diário. As conclusões demonstraram que as crianças desenvolviam poucas actividades físicas e que as actividades desenvolvidas correspondiam na grande maioria das vezes a níveis baixos de intensidade.

Gilliam, Freedson, Greenen & Shahraray (1981) desenvolveram um estudo com o intuito de verificar a intensidade da actividade física de um grupo de crianças com idades compreendidas entre os 6 e 7 anos de idade, através da medição da sua frequência cardíaca durante um dia de férias (entre as 8h00 e as 20h00). Os resultados mostraram que a intensidade das actividades das crianças apontava para valores de baixa intensidade, uma vez que os valores da frequência cardíaca critério (140 bpm) raramente foram alcançados (os rapazes ultrapassavam a frequência cardíaca critério apenas durante 7,8% do tempo e as raparigas durante 4,1%). Por outro lado, os autores verificaram que o tempo despendido em actividade física vigorosa (acima dos 160 bpm) constituía apenas 3% do dia (menos de 1 hora).

Mota (1993) aponta um estudo desenvolvido por Warburton (1982) onde o autor procurou observar as actividades desenvolvidas por um grupo de crianças durante 11 dias (256 h), tendo verificado que apenas durante 32% do tempo de observação participaram em actividades físicas consideradas moderadas/vigorosas.

Sallis, Patersson, McKenzie, & Nader (1988) desenvolveram um estudo nos Estados Unidos onde procuraram saber como eram as actividades desenvolvidas por crianças com idades compreendidas entre os 3 e os 5 anos de idade. As conclusões demonstraram que 60% ocupavam os seus tempos livres em actividades sedentárias e apenas 11% em actividades físicas mais intensas.

Armstrong, Balding, Gentle & Kirby (1990) desenvolveram um estudo com o intuito de analisar os padrões de actividade física de 266 crianças em idade escolar na Inglaterra. Neste estudo os autores procuraram analisar a percentagem de tempo e o número de períodos ininterruptos com ritmo cardíaco acima dos 140 bpm e 160 bpm (batimentos estes correspondentes a 70% do máximo, equivalente à caminhada rápida a 6 km.h, e 80% do máximo, equivalente ao jogging, a 8 km.h, obtidos num tapete rolante). Os resultados demonstraram que os rapazes, quando comparados com as raparigas, passaram uma percentagem significativamente maior do seu tempo com ritmos cardíacos acima dos 80% do valor máximo (2,6% vs 1,4%) e acima de 70% do valor máximo (6,2% vs 4,3%). Os autores referem ainda que, se os níveis de exercício moderado a vigoroso forem definidos como equivalentes ao jogging, apenas 2% dos rapazes e nenhuma das raparigas atingiram esse nível e se forem equivalentes à caminhada rápida, apenas 4% dos rapazes e 1% das raparigas atingiram esse nível. Uma outra conclusão retirada deste estudo é a de que, durante o dia útil, mais de um terço dos rapazes e mais de metade das raparigas não tiveram um único período de 10 minutos o seu ritmo cardíaco acima dos 140 bpm.

Simons-Morton, O`Hara, Parcel, Wei-Huang, Baranowski, & Wilson (1990) procuraram inventariar as actividades físicas moderadas e intensas de um grupo de 812 crianças e jovens do ensino básico durante 3 dias, utilizando para tal entrevistas retrospectivas. As conclusões demonstraram que as crianças relatavam realizar mais actividade físicas moderadas e intensas fora da escola. Os autores verificaram também que 12% dos rapazes e 13% das raparigas relataram não ter realizado qualquer actividade considerada moderada ou vigorosa durante os 3 dias do estudo.

Armstrong (1991) num outro estudo desenvolvido com jovens, onde procurou medir a intensidade das suas actividades físicas quotidianas, verificou que apenas 6,7% do tempo dos rapazes e 4,3% do tempo das raparigas era superior ao limiar mínimo considerado como ideal (140 bpm aproximadamente 70% da Fc máx.). Uma outra constatação foi que 85% das raparigas e 70% dos rapazes não apresentam no decurso das suas actividades quotidianas um único período de 20 minutos com valores de frequência cardíaca acima das 140 bpm.

Armstrong e Bray (1991), procuraram avaliar a intensidade da actividade física de 132 crianças com 10 anos de idade, tendo verificado que não existiram diferenças significativas na proporção de tempo despendida por rapazes e raparigas com valores acima dos 140 bpm durante os dias da semana (9,4 Vs. 8,2%) e ao Sábado (5,2 Vs. 6,0%). Os autores verificaram ainda que havia diferenças significativas entre os sexos relativamente à actividade física intensa (superior a 160 bpm) durante os dias da semana, mas não ao Sábado.

Bailey et al. (1995) desenvolveram uma investigação que teve por objectivo verificar a intensidade da actividade física de um grupo de crianças com idades compreendidas entre os 6 e os 10 anos de idade. Os resultados demonstraram que as crianças se envolviam em actividades classificadas como intensas durante períodos muito breves (não foi encontrado nenhum período superior a 10 minutos e 95% desses períodos eram inferiores a 15 segundos), intervalados por períodos de actividade baixa ou moderada.

Riddoch e Boreham (1995) realizaram uma revisão de diversos estudos, tendo concluído que a maioria da actividade física realizada pelas crianças durante o dia a dia era de baixa intensidade, sendo apenas quinze a quarenta min/dia de intensidade moderada (valores de frequência cardíaca que oscilam entre os 150 e os 169 bpm), e actividade considerada vigorosa entre quatro a vinte e dois min/dia (valores de frequência cardíaca acima de 169 bpm).

Gilbey e Gilbey (1995) desenvolveram um estudo, onde procuraram medir a intensidade da actividade física de 114 crianças com nove anos de idade durante

quatro dias. As conclusões mostraram que apresentavam apenas 37 minutos diários com valores superiores a 140 bpm (os rapazes apresentaram 47 minutos nos dias da semana e 42 minutos ao Sábado e as raparigas 30 e 33 minutos respectivamente). A actividade física com valores acima de 160 bpm, foi ainda inferior (os rapazes 15 minutos nos dias da semana e 13 minutos ao Sábado e as raparigas apenas 10 minutos em qualquer dos dias).

Welsman e Armstrong (1996) procuraram medir a intensidade da actividade física de 153 crianças com idades compreendidas entre os 5 e os 11 anos durante três dias da semana. As conclusões mostraram que os rapazes despenderam significativamente mais períodos de cinco minutos seguidos com valores de frequência cardíaca superiores a 140 bpm.

Atkins et al. (1996) desenvolveram um estudo, onde procuraram medir a intensidade da actividade física de um grupo de crianças com 10 anos de idade durante três dias. Os resultados mostraram que a totalidade do tempo de actividade física diária que ultrapassava os 140 bpm era apenas de 30 minutos.

Sallo e Silla (1997) monitorizaram a frequência cardíaca de 54 crianças de sete anos de idade durante quatro dias. Os resultados mostraram que em média, apenas apresentaram durante 7,9% do tempo valores acima dos 140 bpm, e todas evidenciaram apenas um período continuado de cinco a nove minutos acima destes valores. Por outro lado 64% dos rapazes e 55% das raparigas não exibiram nenhum período contínuo de dez minutos acima destes valores.

Amendoeira, Santos e Fontes Ribeiro (2000) procuraram medir a actividade física de um grupo de 28 jovens com idades compreendidas entre os 15 e os 18 anos, através da monitorização das frequências cardíacas durante 3 dias da semana e ao Sábado, por períodos de 10 a 12 horas diárias. As conclusões mostraram que todos os indivíduos passam a maior parte do tempo em actividade física com intensidade baixa. Observaram-se poucos períodos de 10 minutos com intensidade moderada (acima dos 140 bpm) ou vigorosa (acima dos 160 bpm) e não se registou nenhum período de 20 minutos em actividade física com intensidade vigorosa.

Rodrigues, Pereira, Santos, e Fontes Ribeiro (2000) aplicaram um questionário a 135 jovens com idades compreendidas entre os 15 e os 19 anos, com o objectivo de avaliar o seu dispêndio energético diário durante a actividade física. Os resultados demonstraram haver diferenças significativas nos jovens de ambos os sexos entre os dias da semana e o sábado (sendo superiores no fim de semana). Os autores verificaram que havia, de igual forma, diferenças significativas no dispêndio energético entre rapazes e raparigas, obtendo os primeiros valores mais elevados. Posteriormente os autores constituíram uma sub-amostra de 38 jovens aos quais foi monitorizada a frequência cardíaca com o intuito de ver a sua intensidade, e verificaram que em 90% do tempo a frequência cardíaca dos jovens era inferior aos 119 bpm. Quanto às diferenças entre os dias da semana e o fim de semana, em termos de intensidade da actividade física (% de tempo), verificou-se que o sábado é o dia em que os rapazes apresentaram mais tempo em actividade física de baixa intensidade (Fc $\leq$ 120). Relativamente às raparigas os valores encontrados a uma intensidade superior a 160 bpm, são superiores durante a semana.

Luís (2000) fez um estudo com 294 indivíduos com idades compreendidas entre os 9 e os 17 anos e verificou, contrariando os dados apresentados por outros autores, que o dispêndio energético aumenta de forma global com a idade, tendo os membros do sexo feminino obtido um dispêndio ligeiramente superior. A autora procurou também saber quais as diferenças entre os sexos nos padrões de actividade física e consequente dispêndio energético. Assim, para o sexo feminino, a actividade física doméstica, com características e intensidades mais moderadas, mas com maior investimento em termos temporais parece ser a que contribui de forma mais marcada para o dispêndio energético total das raparigas. No sexo masculino as actividades de maiores gastos energéticos foram as actividades desportivas e de tempos livres, apresentando estas actividades níveis de intensidades mais elevados mas valores de tempo gasto menores.

Kelly (2000) procurou avaliar os níveis de actividade física de 40 crianças de 9 e 10 anos de idade, através da monitorização da frequência cardíaca durante sete

dias da semana. Os resultados mostraram um predomínio de actividade física de baixa intensidade e que a maioria dos elementos da amostra (92,5%) acumulou 30 minutos de actividade moderada na maior parte dos dias da semana, sendo os rapazes mais activos que as raparigas. Por outro lado o tempo passado em actividade física moderada/vigorosa apresentou valores mais elevados durante os dias da semana quando comparados com o fim de semana (112,2, contra 82,2 minutos).

Lopes et al. (2001) procuraram identificar o padrão de actividade física de 25 crianças de ambos os sexos, com 9,5 anos de idade, utilizando para tal um acelerómetro uniaxial durante quatro dias (de sexta a segunda feira). Os resultados mostraram que o padrão de actividade física para ambos os sexos era menor ao fim de semana. Quanto aos níveis de actividade física evidenciados entre os rapazes e as raparigas não foram encontradas diferenças significativas.

Após a apresentação dos estudos que nos últimos anos se têm debruçado sobre a actividade física no mundo da infância e juventude, e reflectindo sobre esses mesmos resultados, podemos retirar algumas grandes conclusões:

- Os níveis de actividade física das crianças e jovens têm decrescido nas últimas décadas nos diferentes países (Telama, Kaunas & Tynjl, 1995; Engstrom, 1990; Mendoza, Sagrera & Batista, 1994) e, embora se verifiquem diferenças nos valores encontrados, a principal constatação é de que os valores apresentam níveis baixos em todos eles, aumentando mesmo a percentagem de crianças e jovens inteiramente passivos (Carvalho, Carreiro da Costa, Diniz & Sena Lino, 2000). Kaplan, Sallis e Patterson (1993) confirmam estes resultados ao afirmar que, embora as crianças sejam mais activas que os adultos, elas apresentam, mesmo assim, níveis baixos de actividade física nas suas rotinas diárias.

- Os padrões de actividade física das crianças e jovens parecem apresentar relações negativas com a idade e relações positivas com os indivíduos do sexo masculino. Muitos estudos têm demonstrado igualmente que os padrões de actividade física tendem a decrescer com o aumento da idade, principalmente a partir da meia adolescência e com valores mais acentuados por parte das crianças e

jovens do sexo feminino. Sallis et al. (1993a) procuram justificar o facto das crianças serem mais activas que os adolescentes, dizendo que, à medida que se avança em idade, surge um maior número de barreiras à aquisição ou manutenção de um estilo de vida activo. O autor acrescenta que a actividade física dos adolescentes é mais fortemente influenciada pelas percepções de auto-confiança e auto-identificação de barreiras, como a falta de tempo ou desinteresse, do que pelo conhecimento e outras crenças de saúde. Sallis e Faucette (1992) confirmam que há uma forte correlação entre a falta de tempo e a intenção para com a prática de actividades físicas pelos adolescentes podendo esta correlação ser devida à quantidade de actividades extra-curriculares disponíveis, o que dificulta a organização do tempo para a prática regular de exercício físico. Com a passagem para a vida adulta os estudos mostram que o decréscimo da actividade física tem tendência a aumentar (Armstrong, 1998).

Por outro lado, a maioria dos estudos demonstra que os membros do sexo masculino praticam actividades físicas e desportivas com mais frequência, durante mais tempo, de forma mais activa e com predominância pelos jogos de equipa que os do sexo feminino preferindo estes, actividades de carácter mais individual (King & Coles, 1992; Sallis, 1993; Costa, 1993; Gomes, 1997; Fernández e Solà, 1998; Matos, Simões, Carvalhosa, Reis e Canha, 1999; Tercedor, 1999; Neves, 1999; Matos, Simões, Canha e Fonseca, 2000; Góis e Carreiro da Costa, 2000; Póvoas, 2000; Serrano, França e Grosso, 2000).

Eaton e Enns (1986), após uma revisão de 90 estudos sobre os níveis de actividade física das crianças, confirmam que, exceptuando o primeiro ano de vida, em todas as idades os rapazes exibem maiores níveis de actividade física que as raparigas. Sallis, Simons-Morton, Stone, Corbin, Epstein, Faucete, Iannoti, Killen, Kleges, Petray, Rowland, & Taylor (1992) referem que as diferenças biológicas e sociais podem ser a causa deste fenómeno. Sallis & Faucette (1992) acrescentam que o encorajamento das famílias e da própria sociedade à participação dos rapazes nas mais diversas formas de actividade física é superior, e também que a imagem

corporal em termos estéticos parece influenciar mais a actividade física dos rapazes que das raparigas, pois para elas o controlo de peso corporal é feito essencialmente com base em cuidados dietéticos, enquanto os rapazes procuram o exercício físico para se manterem fisicamente em forma. Por outro lado, parece importante considerar que a socialização dos rapazes e das raparigas se faz de forma diferente, tal como refere Herkowitz (1980). Thomas e Thomas (1988) acrescentam, que é possível encontrar argumentos que se relacionam com o facto dos rapazes terem normalmente mais oportunidades para se envolverem em actividades desportivas organizadas fora da escola, e também de acordo com crenças socioculturais e expectativas distintas esperadas para ambos os sexos. Há ainda autores (Riddoch e Boreham, 1995; Howell et al. 1999) que afirmam, que as diferenças entre os sexos parecem atenuar-se quando se considera toda a actividade física realizada, apontando como principais razões, o facto de as raparigas realizarem muitas actividades de fraca intensidade que muitas vezes não é considerada como actividade física.

- Os padrões de actividade física dos adultos são estabelecidos durante a infância e adolescência. Segundo vários autores (Kuh & Cooper, 1992; Glenmark, Healberg & Jansson, 1994; Raitakari, Porkka, Taimelo, Telama, Rasenen & Viikari, 1994; Armstrong, 1998), a formação das atitudes face à actividade física inicia-se em idades inferiores a 10/12 anos, estando completamente formadas por volta dos 13/14 anos.

- Entre os factores que mais influenciam os hábitos de actividade física nas crianças e jovens, encontram-se os que estão relacionados com os contextos social, cultural e económico. Tendo em conta as conclusões dos estudos mencionados, parece não haver dúvidas que existe uma relação positiva entre a actividade física e a influência social, o que se justifica pelo facto das percepções, atitudes e acções serem fortemente afectadas pelas outras pessoas, quer individualmente quer colectivamente. Os familiares e amigos são apontados como os agentes que maior influência exercem nos hábitos de actividade, quer no âmbito da participação

desportiva formal, quer no da actividade física espontânea (Duarte, 1991; Wold e Andersen, 1992; Costa, 1993). Simões, Bohme e Lucato (1998) reforçam esta constatação, referindo que, de entre os familiares, os pais são os agentes que detêm um papel mais importante na actividade física e desportiva das crianças numa primeira fase, começando essa preponderância a esbater-se com a entrada na adolescência, passando a partir daqui os amigos a ter um papel primordial na prática dos jovens, desenvolvendo estes muitas actividades físicas em grupo, seja na escola, numa organização comunitária ou num contexto de actividade livre e informal. Quanto ao estatuto sócio-económico, embora a tendência nos estudos em sociedades desenvolvidas aponte que os sujeitos em condições mais favoráveis exibem maiores níveis de actividade, as conclusões dos estudos apresentam algumas divergências.

- As razões que mais contribuem para que as crianças e jovens pratiquem actividades físicas ou desportivas são aquelas que estão ligadas à condição física, ao desenvolvimento técnico, ao divertimento e socialização e ainda aos aspectos relacionados com a saúde (Gill, Gross & Huddleston, 1983; Gould, Feltz & Weiss, 1985; Serpa, 1992; Costa, 1993; Pereira e Raposo, 1998; Neves, 1999; Serrano, França e Grosso, 2000).

- Os factores que mais contribuem para que as crianças e jovens não pratiquem mais actividade física no seu dia a dia estão relacionados com a falta e inadequação das instalações, com a falta de apoios na prática, falta de tempo, e também devido às restrições impostas pelos pais (Pereira e Raposo, 1998; Serrano, França e Grosso, 2000; Serrano, Santos e Lopes, 2000).

- A intensidade das actividades praticadas pelas crianças e jovens nas suas actividades diárias é de um modo geral baixa; a percentagem de tempo em actividades físicas consideradas moderadas ou intensas é também reduzida, e os rapazes atingem níveis de intensidade mais elevados, quer em termos de frequência, quer em termos de duração das actividades (Howell, Bursick, Sharkey & Mclure, 1978; Gilliam, Freedson, Greenen & Shahraray, 1981; Warburton, 1982; Sallis, Patersson, McKenzie, & Nader, 1988; Armstrong, Balding, Gentle & Kirby, 1990;

Simons-Morton, O`Hara, Parcel, Wei-Huang, Baranowski, & Wilson, 1990; Armstrong, 1991; Cale, 1993; Amendoeira, Santos e Fontes Ribeiro, 2000; Rodrigues, Pereira, Santos, e Fontes Ribeiro, 2000). No geral, a avaliação dos padrões de actividade física evidenciados pelas crianças através de medidas objectivas, revela que as crianças na sua maioria acumulam 30 ou mais minutos de actividade física moderada na maioria dos dias da semana, o que se revela bastante baixo (Sleap e Warburton, 1992, 1996; Armstrong e Welsman, 1997).

Amendoeira, Santos e Fontes Ribeiro (2000) afirmam mesmo que são muitas as crianças nos dias de hoje, raramente experimenta uma intensidade e duração das actividades físicas associadas a resultados relacionados com a saúde.

Como conclusão final, podemos dizer que os dados apresentados revelam-se de alguma forma preocupantes, devido à importância e benefícios da actividade física para a vida diária das pessoas, principalmente ao nível da saúde e do bem-estar físico e mental. Por isso urge desenvolver uma cultura desportiva que permita tornar a actividade física diária parte integrante de um estilo de vida mais activo, permitindo melhorar dessa forma a qualidade de vida da população em geral. Assim, é importante que se comece a cultivar hábitos diários relacionados com o mundo do movimento desde a infância, contribuindo desta forma para uma sociedade mais saudável no futuro.

2ª PARTE

Organização e Planificação do Estudo

CAPÍTULO I

MODELO DO ESTUDO E PROBLEMA

1 - Introdução

Antes de passar à apresentação do capítulo, gostaríamos de deixar expresso que esta investigação é um estudo bietápico com características diferenciadas que decorreu em duas fases distintas, mas complementares:

- Numa primeira fase, através de entrevista acompanhada do preenchimento de um questionário, procuramos conhecer as actividades físicas de tempos livres e a independência de mobilidade das crianças, assim como conhecer as influências, razões que levam à prática e obstáculos que podem dificultar essa mesma prática. Procuramos ainda saber a opinião dos pais sobre as razões consideradas mais importantes e que podem constituir obstáculo à realização de actividade física e independência de mobilidade dos seus filhos quando se encontram na rua, no meio urbano.

Numa segunda fase, foi constituída uma sub-amostra de 18 crianças às quais foi monitorizada a frequência cardíaca durante uma semana (de Segunda-feira a domingo), acompanhada do preenchimento de um diário de actividades, (com o intuito de verificar as actividades físicas diárias de tempos livres e de mobilidade das crianças), bem como a intensidade dessas mesmas actividades após o período escolar.

Neste capítulo vamos enunciar o problema, os sub-problemas e objectivos que vão delinear o estudo e também apresentar, operacionalizar e justificar as variáveis e formular as grandes questões. No fundo, vamos descrever as diferentes etapas que nortearam o percurso e explicitar os parâmetros conceptuais que definiram o carácter desta nossa investigação.

2 – Enunciado do problema

A evolução científica e tecnológica associadas às transformações económicas, urbanísticas, sociais, familiares e individuais, bem como o sistema de valores e normas que lhe estão associados, resultaram num processo de mudanças várias e de múltiplos efeitos que modificaram de forma profunda os modos de vida e as formas de estar na vida das populações, com uma influência directa no mundo infantil.

A fase da infância na sua relação com o envolvimento assume um valor muito importante, pois é durante este trajecto evolutivo que a criança faz a construção da sua identidade, fundamentada na interacção com o meio onde está inserida. Nos dias de hoje essa simbiose torna-se bastante complexa, pois a economia progressiva de espaço livre que caracteriza as grandes cidades e a falta de uma planificação adequada à qualidade e quantidade de espaços a criar em certas zonas habitacionais, limitam cada vez mais a população infantil no acesso a determinadas experiências corporais de extrema importância para o seu desenvolvimento harmonioso.

O reconhecimento de que a fase da infância possui características específicas de desenvolvimento, com necessidades fundamentais ao nível da formação corporal, motora, emocional e psicossocial, despoletou na última década uma grande proliferação ao nível da investigação científica por parte de investigadores de diferentes quadrantes, procurando uniformizar e validar metodologias de estudo que permitam encontrar respostas para as múltiplas questões que surgem em torno dos quotidianos da infância e, assim, obter respostas cada vez mais válidas e fiáveis, no sentido de propor medidas de intervenção que possam permitir às crianças um futuro mais saudável com melhor qualidade de vida[73].

[73] Berguer & McInman (1993, p. 729) com base em Dalkey, Lewis & Snyder (1972) referem que o termo "qualidade de vida" está directamente relacionado com um conjunto de factores que pressupõem uma condição subjectiva de bem-estar com predominância de afectos positivos. É uma noção muito interligada

Muito embora tenha havido um acréscimo relativamente ao interesse pelos estudos sobre os padrões de actividade física e mobilidade evidenciadas pelas crianças nas suas rotinas de vida diária, a revisão bibliográfica mostra-nos que existem ainda muitas dúvidas e interrogações, podendo resultar este facto de problemas metodológicos e conceptuais detectados nos diferentes estudos sobre esta problemática. Prista (1994) diz mesmo que o âmbito de estudo da actividade física, por ser uma área de pesquisa muito recente e de extrema complexidade, apresenta um carácter algo pragmático ao nível da investigação, não estando ainda disponível uma teoria que permita conduzir uma pesquisa homogénea. As variáveis diferem de estudo para estudo e carecem de uma conceptualização teórica que possibilite a comparação de resultados e a avaliação da sua consistência (Dishman et al. 1985; Sallis et al. 1992). Por outro lado, as diferenças entre os métodos utilizados nas investigações e suas respectivas limitações, as variações entre as amostras e as especificidades de cada grupo populacional poderão estar na origem de resultados por vezes contraditórios (Prista 1994).

Concordamos com Magalhães (2001), quando refere que as investigações sobre as actividades diárias das crianças apontam para a necessidade de investir de forma profunda nesta área, de modo a poder encontrar-se um método objectivo, válido, fiável e não reactivo que permita uma caracterização cada vez mais fidedigna dos padrões de actividade física e de mobilidade nas actividades diárias das crianças. Parece-nos por isso urgente uma reflexão séria sobre a implementação e desenvolvimento de um modelo conceptual sobre o modo de vida durante a infância, pois esta fase representa para a criança uma dimensão de grande valor, porque é aqui que ela vai ter os primeiros contactos com um conjunto amplo de situações, tais como o jogo, a arte, a cultura, os brinquedos e espaços de actividade lúdica e actividade física formal e informal, sendo também

à satisfação por parte do sujeito das suas necessidades psicofisiológicas, reflectindo de uma forma harmoniosa a satisfação dos objectivos e desejos pessoais.

a partir deste momento que ela alarga os seus horizontes espaciais procurando alcançar uma autonomia progressiva. Partilhamos, por isso, a opinião de Riddoch (1988) relativamente à forma como se deve olhar a avaliação das actividades da criança, isto é:

> *"Devem ser vistas numa perspectiva ecológica, fazendo-o no seu contexto natural, por forma a medir a sua actividade física natural, multifacetada, recreacional e habitual. Pois só desta forma é possível estabelecer relações fortes entre disciplinas como a fisiologia, a epidemiologia, a psicologia comportamental e também a saúde pública"(Riddoch,1998).*

Esperamos que este estudo possa contribuir para um melhor conhecimento sobre as rotinas de vida diária das crianças, esclarecendo algumas dúvidas que possam subsistir ao nível das suas actividades físicas e mobilidade no meio urbano durante os tempos livres.[74] Com base nas reflexões evidenciadas surge então o problema e sub-problemas específicos deste nosso estudo, para cuja resolução pretendemos contribuir.

Assim, o problema do nosso estudo é:

Conhecer a actividade física e independência de mobilidade das crianças de 8, 10 e 12 anos de idade, durante os seus tempos livres no meio urbano.

2.1 – Sub-problemas

Se mergulharmos no grande problema da nossa investigação, constatamos que fluem pequenos problemas (sub-problemas) para os quais procuraremos uma resposta. Assim pretendemos:

[74] Pereira e col. (1998) referem que o conhecimento da actividade física nos tempos livres é assumido como a representação mais fiável dos níveis de actividade física de uma população.

- Identificar as actividades físicas, verificar o nível de independência de mobilidade das crianças e procurar saber a sua opinião sobre as principais razões, influências e obstáculos que interferem na sua prática de actividade física diária de tempos livres no meio urbano;
- Procurar saber, na opinião dos pais, quais são os principais obstáculos que podem interferir nas actividades físicas de tempos livres e na independência de mobilidade dos seus filhos no meio urbano;
- Procurar caracterizar a intensidade, duração e frequência da actividade física diária e mobilidade das crianças nos seus tempos livres após o período escolar no meio urbano durante a semana e ao fim de semana, com base nos parâmetros da sua frequência cardíaca.

3 – Definição das variáveis

Tomando como ponto de referência os estudos desenvolvidos no campo das actividades físicas e mobilidade das crianças e jovens, pudemos constatar que durante essas actividades diárias, elas sugerem em larga escala uma resposta adaptativa aos diferentes factores ambientais e às características ou atributos que lhe são inerentes, podendo variar de acordo com a idade, o sexo e factores de ordem biocultural, social e psicológicos, que a tornam num elemento de obrigatória abordagem multidisciplinar de interesse subjacente.

A investigação tem procurado estudar os diferentes factores que influenciam os hábitos de actividade física de diferentes grupos de indivíduos. A inexistência de uma teoria que conceptualize as diferentes variáveis, não impede que o domínio dessas variáveis esteja definido, embora de uma forma muito pragmática (Prista, 1994). Os estudos têm enquadrado os factores determinantes da actividade física em quatro domínios fundamentais, que são o biológico, o sociológico, o sócio-cultural e o ambiental (Sallis et al. 1992).

O trabalho de revisão da literatura e os problemas enunciados anteriormente, permitiram identificar um conjunto de variáveis a mobilizar para este estudo e que passamos a citar:

Variáveis Independentes

– **Idade** (8 / 10 / 12 anos)

- **Sexo** (Masculino / Feminino)

- **Estatuto Sócio-económico**[75] (Alto /Baixo)

Prista (1994) refere que parece não haver dúvidas de que a idade e o sexo são, de entre os factores de ordem biológica, aqueles que aparecem num plano de destaque, pois é relativamente consistente que os níveis de actividade física habitual crescem com a idade até à meia adolescência, fase a partir da qual têm tendência a diminuir. Um outro aspecto evidenciado pela literatura é o de que, exceptuando o primeiro ano de vida, em todas as idades os rapazes evidenciam níveis de actividade física superiores às raparigas. Sallis et al. (1992) apontam as diferenças biológicas e sociais como possíveis explicações para este facto.

Os contextos social, cultural e económico a que pertence a criança assume também um papel importante na sua actividade física habitual. A este nível, Dishman et al. (1985) e Sallis et al. (1992) referem que a influência dos pais e amigos, o estatuto sócio-económico, o tempo livre disponível e o acesso às instalações são os factores mais vulgarmente estudados pelos investigadores. Gottlieb e Chen (1985) acrescentam mesmo que o estatuto sócio-económico das crianças se tem evidenciado como um factor chave, concluindo os estudos nas

[75] O estatuto sócio-económico das crianças foi definido com base nas profissões dos pais e suas habilitações académicas, tendo por base a Classificação Nacional das Profissões (CNP) do Ministério do Trabalho (1980), que apresenta uma classificação dividida em 5 categorias (idênticas para profissões paternas e maternas, excepto a 5ª categoria que, no caso paterno, se refere aos desempregados e no caso materno às domésticas). Como no nosso estudo consideramos apenas estatuto alto e baixo, incluímos no primeiro as categorias A (Superior) e B (Média) e no segundo as categorias C (Média Baixa), D (Baixa) e E (Domésticas e Desempregados).

sociedades desenvolvidas que os indivíduos com condições mais favoráveis exibem maiores níveis de actividade física.

Variáveis Dependentes

- **Actividade Física das crianças**[76]
- **Independência de Mobilidade das crianças**[77]

O reconhecimento da importância da actividade física e mobilidade sofreu um incremento importante quando os investigadores se aperceberam que o desenvolvimento das sociedades urbanas, motivado pela súbita industrialização, provocou uma série de alterações na vida diária das populações que poderia ter uma influência directa nos seus níveis de saúde futura. Sallis et al. (1992) referem que, embora as evidências demonstrem que a inactividade se revele nefasta sobretudo nos adultos, o interesse pela actividade física e mobilidade nas crianças e jovens encontra justificação devido ao facto de se considerar que algumas patologias hipocinéticas se iniciem durante esta fase, assim como os hábitos futuros de actividade física. É nesta perspectiva que os estudos sobre a actividade física durante a infância assumem um valor determinante.

[76] No nosso estudo adoptamos a definição de actividade física de Caspersen, Powell & Christenson (1985) e Kaplan, Sallis & Patterson (1993), definindo-a como sendo "qualquer movimento humano produzido pelos músculos esqueléticos, resultando em substancial aumento do dispêndio energético ou calórico". Assim, quando falarmos de Actividade Física, estamos a referir-nos a toda a actividade habitual realizada pelas crianças nas suas rotinas diárias, incluindo-se aí actividades que vão desde a prática desportiva sistemática, à actividade lúdica, aos deslocamentos...

[77] Tomando por base Neto (2001), quando refere que "a independência de mobilidade tem a ver com a liberdade progressiva de acção no espaço quotidiano de vida". Consideramos no nosso estudo a independência de mobilidade como sendo "a autonomia que é concedida à criança nos seus trajectos diários e locais por ela apropriados para aí desenvolver as suas actividades".

4 - Grandes questões do estudo

Tendo em conta o problema e sub-problemas atrás enunciados que identificam e delimitam o objecto de estudo, e no intuito de poder contribuir para o esclarecimento de algumas dúvidas surgidas como resultado das leituras efectuadas, e as variáveis independentes atrás enunciadas (Idade, sexo e estatuto sócio-económico), elaboramos as seguintes questões gerais :

- Que actividades físicas desenvolvem as crianças dentro e fora de casa durante os seus tempos livres no meio urbano?
- Quais são as influências, motivações e limitações apontadas pelas crianças relativamente às suas actividades físicas de tempos livres no meio urbano?
- Como são os níveis de independência de mobilidade das crianças nos seus trajectos diários efectuados no meio urbano?
- Qual a opinião dos pais relativamente aos obstáculos que interferem na actividade física de tempos livres e independência de mobilidade dos seus filhos no meio urbano?
- Em termos de duração, quais são as actividades físicas diárias de tempos livres às quais as crianças dedicam uma maior percentagem de tempo semanal? Haverá diferenças estatisticamente significativas entre as variáveis?
- Qual a média da frequência cardíaca nas diferentes actividades físicas de tempos livres semanais desenvolvidas pelas crianças? Haverá diferenças estatisticamente significativas entre as variáveis?
- Como varia a percentagem de tempo das actividades físicas semanais de tempos livres das crianças, quando são considerados os níveis de intensidade leve, moderada e intensa? Haverá diferenças estatisticamente significativas entre as variáveis quando se considera o nível moderado/intenso?

CAPÍTULO II

AMOSTRA, CONTEXTO E RECOLHA DOS DADOS

1 - Introdução

Após ter sido identificado o campo de estudo e definido o seu enquadramento, neste capítulo vamos descrever e contextualizar o processo metodológico. Começamos por caracterizar a amostra e apresentar os critérios que nortearam a sua escolha, fazendo também uma breve caracterização do local onde foram recolhidos os dados. De seguida, apresentamos as técnicas e instrumentos de medida utilizados para recolher a informação e respectiva validação. Descrevemos as condições de realização do estudo e procedimentos para recolha da informação e, finalmente, destacamos os procedimentos usados na análise dos dados e métodos estatísticos utilizados.

2 – Caracterização da amostra

Para levarmos a cabo o nosso estudo, escolhemos como população alvo as crianças pertencentes a três grupos etários 8, 10 e 12 anos de idade e os seus pais.

Durante a primeira fase do estudo, a nossa amostra foi composta por 300 crianças e respectivos pais, todas elas são provenientes do meio urbano residindo na cidade de Castelo Branco.

A amostra foi seleccionada em quatro escolas do Primeiro Ciclo do Ensino Básico e em duas escolas do Segundo Ciclo do Ensino Básico. É constituída por 100 crianças de oito anos, 100 crianças de dez anos e 100 crianças de 12 anos. Em cada uma das idades foram seleccionadas 50 crianças do sexo feminino e 50 crianças do sexo masculino. Por outro lado, houve ainda a necessidade de seleccionar 25 crianças pertencentes a um estatuto sócio-económico alto (EA) e

25 pertencentes a um estatuto sócio-económico baixo (EB) em cada um dos sexos de cada escalão etário.

O quadro 1 mostra-nos a distribuição dos elementos da amostra, tendo em conta as diferentes variáveis em estudo:

QUADRO 2 - distribuição dos elementos da amostra por sexo, idade e estatuto sócio-económico

	8 anos	10 anos	12 anos	TOTAL
Masc.	**50** - 25 E A - 25 E B	**50** - 25 E A - 25 E B	**50** - 25 E A - 25 E B	**150** - 75 E A - 75 E B
Fem.	**50** - 25 E A - 25 E B	**50** - 25 E A - 25 E B	**50** - 25 E A - 25 E B	**150** - 75 E A - 75 E B
TOTAL	**100** - 50 E A - 50 E B	**100** - 50 E A - 50 E B	**100** - 50 E A - 50 E B	**300** - 150 E A - 150 E B

Na segunda fase do estudo foi constituída uma sub-amostra de 18 crianças retirada da amostra principal. Esta sub-amostra foi constituída por seis crianças de oito, seis crianças de dez e seis crianças de doze anos. Em cada uma das idades foram seleccionadas três crianças do sexo masculino e três crianças do sexo feminino. Por outro lado houve ainda a necessidade de selecção tendo em conta o estatuto sócio-económico, procurando também aqui uma equivalência em termos de unidades estatísticas, como nos mostra o quadro 2.

QUADRO 3 - distribuição dos elementos da sub-amostra por sexo, idade e estatuto sócio-económico

	8 anos	10 anos	12 anos	TOTAL
Masc.	**3** - 1 E A - 2 E B	**3** - 2 E A - 1 E B	**3** - 1 E A - 2 E B	**9** - 4 E A - 5 E B
Fem.	**3** - 2 E A - 1 E B	**3** - 1 E A - 2 E B	**3** - 2 E A - 1 E B	**9** - 5 E A - 4 E B
TOTAL	**6** - 3 E A - 3 E B	**6** - 3 E A - 3 E B	**6** - 3 E A - 3 E B	**18** - 9 E A - 9 E B

2.1 – Critérios de escolha da amostra

Elegemos para esta nossa investigação o período etário entre os oito e os doze anos, por ser um período fundamental para o desenvolvimento social da criança. Neste período da sua vida ela vai fazer a aquisição de uma grande quantidade e diversidade de regras e estabelecer novas relações sociais que lhe permitirão de alguma forma uma visão mais abrangente sobre o mundo que a rodeia. Começa a ter uma maior liberdade de exploração espacial e a compreender de forma mais clara o seu envolvimento e as regras sociais. Surge a necessidade de autonomia, segurança, expansão e sente necessidade de fazer um grande conjunto de descobertas sobre o mundo. Segundo Chombart de Lauwe et. al. (1976), é também a partir desta altura que a criança se integra melhor no grupo infantil.

Optamos por recolher os dados apenas a partir dos oito anos porque a partir desta idade, as crianças possuem já uma maior capacidade de colaboração com o investigador, o que facilita a tarefa de quem está a recolher a informação.

Decidimos inquirir os pais porque são as pessoas que convivem mais de perto com as crianças e que podem exercer uma influência mais directa nas actividades físicas de tempos livres, bem como sobre a independência de mobilidade, e também por serem aqueles que mais se preocupam com os problemas que possam afectar a saúde e o bem-estar dos seus filhos.

Quanto ao local escolhido para recolha da amostra foi a cidade de Castelo Branco, pelas seguintes razões:

- Interesse pessoal pela realização do estudo numa cidade do interior do país, na qual vivo e trabalho.
- Facilidade de contactos para recolha dos dados por estar envolvido no trabalho com crianças nas escolas.
- Conhecimento perfeito dos locais (escolas) para recolha dos dados, de modo a ter uma amostra com distribuição uniforme.

- Conhecimento da cidade e dos locais de mobilidade e possível actividade física das crianças, o que pode facilitar a compreensão e interpretação de determinados resultados.
- Maior e melhor controlo na recolha de dados ao nível da monitorização das frequências cardíacas e dos diários de actividade, pelo acompanhamento diário que requerem estas recolhas.

Uma preocupação que foi tida em conta na recolha da amostra das crianças tem a ver com o facto de procurarmos uma equivalência na constituição de grupos com igual número de efectivos, tendo em conta as variáveis sexo, idade e estatuto sócio-económico[78], tal como se pode observar nos quadros 1 e 2.

2.2 – Apresentação do local onde decorreu o estudo

A caracterização que apresentamos vai ser sucinta, e incide sobretudo nas instituições culturais e desportivas e nas infra-estruturas espaciais ao dispor das populações.

Como já foi referido anteriormente o estudo decorreu no meio urbano, mais precisamente na cidade de Castelo Branco que possui cerca de 40000 habitantes, é a capital de distrito, e fica situada na Beira Baixa, zona centro interior do país. A cidade encontra-se dividida em quatro zonas: a medieval (com ruas estreitas e bastante inclinadas por se situarem na encosta do castelo); a zona de transição de traços oitocentistas e com características muito semelhantes à anterior,[79] o centro moderno, com ruas largas, prédios altos e com grande afluência de tráfego, onde se situa grande parte do comércio e serviços. Finalmente os bairros limítrofes,

[78] Para conseguir obter um número de unidades estatísticas equivalentes em cada um dos grupos, foi necessário fazer uma selecção dos elementos que constituíram a amostra. Para tal, foi feito um pedido aos directores das diferentes escolas, para que nos fosse facultado o acesso às fichas biográficas dos alunos de forma a poder-se escolher aqueles que reuniam os atributos necessários de acordo com as variáveis por nós definidas.

[79] Estas duas zonas têm uma baixa densidade populacional, por ser na sua maioria composta por casas unifamiliares com poucos espaços para as crianças desenvolverem as suas actividades na rua.

compostos por zonas novas de prédios altos, com grande densidade populacional, em grande expansão nos últimos anos.

Quanto à actividade económica, Castelo Branco pode ser considerada uma cidade de comércio e serviços, muito embora, a partir dos anos 90 tenha havido um grande impulso em termos industriais. Este facto trouxe consigo uma revitalização económica que deu origem ao aparecimento de muitos postos de trabalho que provocaram, de alguma forma, um êxodo rural das aldeias próximas para a cidade, fazendo por isso aumentar a sua população. Por outro lado, surgiram também algumas grandes superfícies comerciais (hipermercados) e centros comerciais.

Relativamente às instituições culturais ao serviço da população, existem três Museus (Museu Francisco Tavares Proença Júnior, Museu Académico e Museu de Arte Sacra); duas Bibliotecas (para além das que servem as escolas, existe a Biblioteca Municipal Dr. Jaime Lopes Dias e a Biblioteca Fundação Calouste Gulbenkian); O Instituto da Juventude (com biblioteca e centro de recursos ao serviço da população); A Orquestra e o Orfeão de Castelo Branco, O Cinema de S. Tiago e o Cine-Teatro Avenida (fomentam vários espectáculos de teatro, música, dança...) .

No que a clubes e associações diz respeito, a cidade possui várias encontrando-se distribuídas pela cidade[80]. Os clubes e associações que fomentam a actividade desportiva para as crianças e jovens encontram-se essencialmente ligadas às modalidades de futebol, andebol, atletismo, judo, ginástica, ténis, natação e canoagem.

Quanto a espaços para as crianças, pode dizer-se que Castelo Branco é uma cidade carenciada em espaços verdes (quer em quantidade, quer em extensão), espaços de aventura e espaços para a prática de desportos radicais. Possui apenas um jardim público, mas, em contrapartida, possui vários parques infantis

[80] De realçar que quase todos os bairros habitacionais da cidade possuem a sua associação, desenvolvendo aí diversas acções ligadas, para além do desporto, à cultura.

(distribuídos pela cidade) e alguns espaços livres abertos (principalmente nas extremidades dos bairros). A cidade possui também diferentes infra-estruturas de apoio à prática desportiva (umas de uso gratuito e outras requerendo o pagamento dos respectivos honorários), nas quais se incluem vários pavilhões gimnodesportivos e outros espaços multi-desportivos ao ar livre (pertença das escolas e das associações), vários campos de futebol, alguns cortes de ténis, três pistas de atletismo, uma piscina descoberta (Municipal), um tanque de aprendizagem coberto e uma piscina coberta (pertencente a um dos hotéis).

3 – Métodos usados para recolha dos dados

Com base na bibliografia especializada, e sabendo que, quaisquer que fossem os métodos escolhidos, dificilmente conseguiríamos preencher todos os requisitos necessários para avaliar a actividade física das crianças na sua plenitude, escolhemos para a nossa investigação os métodos que na nossa opinião melhor se identificavam com os objectivos perseguidos, com as possibilidades operativas e que melhor se ajustavam ao tamanho da nossa amostra. Procuramos também seguir a opinião de diferentes autores (LaPorte et al. 1985; Durnin, 1988) quando referem que é importante, quando se trabalha com grandes amostras, aplicar mais que um método, funcionando desta forma numa óptica de complementaridade, e também levar em linha de conta a proposta apresentada por Saris (1985) relativamente aos métodos mais indicados, de acordo com o tamanho da amostra. Finalmente, gostaríamos de salientar que, para a recolha de informação através dos métodos por nós seleccionados, procuramos, sempre que possível, maximizar as vantagens de cada um, e minimizar as suas desvantagens.

Nesta nossa investigação recorremos a três métodos (Questionário, Diário de Actividades e Monitor de Frequências Cardíacas) aplicados em dois momentos distintos (mas com fins complementares) :

1º Momento – Aplicação dos questionários

- Aplicação de um questionário às crianças sobre as suas actividades físicas e independência de mobilidade.
- Aplicação de um questionário aos pais das crianças sobre os obstáculos que na sua opinião podem interferir nas actividades físicas e independência de mobilidade dos seus filhos.

2º Momento – Preenchimento dos diários de actividades e monitorização das frequências cardíacas das crianças, durante as suas actividades físicas diárias de tempos livres após a escola, durante uma semana (dias úteis e fim de semana).

3.1 – Os questionários

3.1.1- Elaboração e validação dos questionários

Optamos, numa primeira fase, pela recolha de dados através de questionários, visto este método ser de fácil aplicabilidade e permitir recolher informações diversificadas de uma só fonte, não obstruindo a espontaneidade, como referem Washburn e Montoye (1986) e Baranowski (1988).

No sentido de poder responder àquilo que nos propusemos investigar, optamos por construir os questionários que serviram como base para a recolha das informações do estudo. Neste sentido, em nome do rigor científico, consideramos três fases/etapas na construção dos questionários. A literatura mostra-nos que existe, hoje em dia, uma grande quantidade de questionários para medir a actividade física quer de adultos quer de crianças. Esta constituiu-se como a primeira fase de construção do nosso instrumento, isto é, fizemos um levantamento exaustivo de questões que consideramos que poderiam ser importantes para atingir os objectivos do nosso estudo[81]. Nesta fase tomamos

[81] Nesta fase, assumiu uma grande importância o questionário sobre rotinas de vida por nós aplicado na dissertação de mestrado, uma vez que a população escolhida pertencia a um escalão etário semelhante àquele que iríamos inquirir.

também como referência as leituras bibliográficas efectuadas, que nos mostraram quais têm sido as grandes preocupações dos investigadores que, nos últimos anos, se têm debruçado sobre o estudo da actividade física e mobilidade das crianças nas suas rotinas de vida diária.

Passamos então à segunda fase que foi a construção dos nossos instrumentos, e primeira aplicação junto de um grupo de 5 crianças acompanhadas por, pelo menos, um dos seus pais,[82] aos quais pedimos opinião sobre as questões. Nesta fase pedimos ainda a um grupo de cinco especialistas de educação física, ligados ao trabalho com crianças dos escalões etários em estudo para nos darem também eles uma opinião sobre os instrumentos.

Finalmente, depois de algumas correcções/modificações, o questionário foi aperfeiçoado com o apoio do laboratório de Desenvolvimento e Adaptação Motora da Faculdade de Motricidade Humana.

Na construção e aplicação do instrumento, procuramos salvaguardar algumas situações que poderiam dificultar a recolha dos dados. Assim:

- Quanto à dimensão. Embora a experiência pareça recomendar questionários curtos (Prista, 1994), decidimos optar por dois tipos de questionário, um curto, aos pais, e um mais longo, às crianças, acatando a recomendação de Montoye e col. (1996) que referem que muitas vezes os questionários curtos nem sempre providenciam a informação necessária sobre o objecto que se pretende estudar.

- Relativamente ao tipo de linguagem utilizada e conteúdo das questões, tivemos em linha de conta que o trabalho era sobre crianças e, por isso, tivemos o cuidado de utilizar uma linguagem adequada à população em estudo.

Quanto à forma de aplicação dos questionários (como as crianças da amostra tinham idades baixas), optamos por fazer uma aplicação por entrevista individualizada, estando presentes a criança e pelo menos um dos pais como é

[82] Este grupo de crianças não fez parte do estudo principal, tal como recomenda Tuckman (1978).

aconselhado por Saris (1986) e Ross e Pate (1987)[83]. Outros autores (Thomas e Nelson, 1985) corroboram a opção tomada, referindo que a entrevista parece ser o método mais recomendado para aplicação de um questionário, isto porque a orientação de um entrevistador treinado pode ajudar na redução da variação por ambiguidades de interpretação, sobretudo quando se trata de crianças.

Quanto ao limite temporal das questões do questionário, elas apontam para um período de duas semanas, procurando que esse período não fosse demasiado curto que pudesse camuflar informação, nem demasiado longo que pudesse originar perda de informação. Por outro lado, permite incluir os dias da semana e o fim de semana, como aconselham Sallis et al. (1985) e Bouchard et al. (1993).

3.1.2 - Apresentação dos questionários

Questionário aplicado às crianças

O questionário aplicado às crianças (anexo 2), é constituído por três blocos, e foi medido com diferentes escalas.

- **O primeiro bloco diz respeito à caracterização da criança e do seu ambiente familiar**. Assim procuramos saber :

Perguntas 1, 2 e 3 – A escola que frequenta, o sexo e a idade da criança

- O nível de mensuração é nominal

Perguntas 4 e 5 – As profissões do pai e da mãe

- O nível de mensuração é nominal com cinco categorias, e tem por base a Classificação Nacional das Profissões (CNP) do Ministério do Trabalho (1982).

[83] A aplicação do questionário por entrevista individualizada permitiu explicações mais clarificadoras sobre cada uma das questões, servindo de orientação nalgumas respostas dos inquiridos. Por outro lado, a presença de um dos pais desinibiu a criança permitindo-lhe responder de uma forma mais descontraída às questões, permitindo também fomentar o diálogo entre pais e filhos, chegando mais facilmente à resposta.

Perguntas 6 e 7 – Habilitações académicas do pai e da mãe

- O nível de mensuração é nominal com cinco categorias, que vão desde a ausência de qualquer tipo de habilitação académica, até à posse do ensino superior.

- **O segundo bloco diz respeito ao programa de actividade física das crianças**, e divide-se em duas partes. A primeira parte é composta por seis questões relacionadas com as actividades da criança dentro de casa, e a segunda parte é composta por oito questões com as respectivas alíneas e está relacionada com a actividade física das crianças fora de casa.

Primeira Parte

Pergunta 1 – Liberdade de brincar dentro de casa

- O nível de mensuração é nominal com duas categorias.

Pergunta 2 – Quantidade de horas que a criança brinca dentro de casa durante os dias de semana e ao fim de semana.

- O nível de mensuração é intervalar com três categorias, quer para os dias de semana, quer para o fim de semana.

Pergunta 3 – Jogos mais praticados pela criança dentro de casa.

- O nível de mensuração é nominal.

Pergunta 4 – Actividades realizadas pela criança dentro de casa.

- O nível de mensuração é nominal com três categorias.

Pergunta 5 – Tempo diário passado pela criança em frente ao televisor durante os dias de semana e ao fim de semana.

- O nível de mensuração é intervalar com três categorias, quer para os dias de semana, quer para o fim de semana.

Pergunta 6 – Tempo diário passado pela criança a jogar computador durante os dias de semana e ao fim de semana.

- O nível de mensuração é intervalar com quatro categorias, quer para os dias de semana, quer para o fim de semana.

Segunda Parte

Pergunta 1 – Satisfação face à suficiência de espaços de actividade física (AF) no bairro.

- O nível de mensuração é nominal com duas categorias.

Pergunta 2 – Espaços preferidos no bairro para a sua A.F.

- O nível de mensuração é nominal com sete ou mais categorias. Terá de optar apenas por três dessas categorias.

Pergunta 3 – Actividades que não pode realizar no bairro.

- O nível de mensuração é nominal com quatro ou mais categorias.

Pergunta 4 – Quantidade de horas que a criança passou em actividade lúdica diária durante os dias de semana e ao fim de semana.

- O nível de mensuração é intervalar com três categorias quer para os dias de semana, quer para o fim de semana.

Pergunta 5 – Sexo e idade dos amigos de prática de actividade lúdica.

- O nível de mensuração é nominal com três categorias para cada variável.

Pergunta 6 – Jogos mais praticados pela criança fora de casa.

- O nível de mensuração é nominal.

Pergunta 7 – Prática de actividade desportiva num clube,

- O nível de mensuração é nominal com duas categorias.

Pergunta 7.1 – Referência às actividades desportivas praticadas num clube.

- O nível de mensuração é nominal com quatro ou mais categorias nos desportos colectivos, individuais e radicas e com três ou mais categorias nos desportos de combate.

Pergunta 7.2 – Referência ao número de vezes semanais da actividade desportiva praticadas num clube.

- O nível de mensuração é nominal com quatro categorias.

Pergunta 7.3 – Referência ao número de horas semanais de cada uma das sessões de prática desportiva num clube.

- O nível de mensuração é nominal com quatro categorias.

Pergunta 8.1 – Influências para a prática de A.F da criança na rua ou clube.

- O nível de mensuração é nominal com duas categorias em cada uma das alíneas.

Pergunta 8.2 – Motivações para a prática de A.F. por parte da criança na rua ou clube.

- O nível de mensuração é nominal com duas categorias em cada uma das alíneas.

Pergunta 8.3 – Entraves e condicionantes à prática de A.F. por parte da criança na rua ou clube.

- O nível de mensuração é nominal com duas categorias em cada uma das alíneas.

- **O terceiro bloco diz respeito à independência de mobilidade das crianças**, e é composto por onze questões com as respectivas alíneas.

Pergunta 1 – Limite geográfico de brincadeira concedido fora de casa.

- O nível de mensuração é nominal com quatro categorias.

Pergunta 2 – Identificação do local onde moram os amigos de brincadeira.

- O nível de mensuração é nominal com três categorias.

Pergunta 2.1 – Visitas a amigos nas últimas duas semanas.

- O nível de mensuração é nominal com duas categorias.

Pergunta 2.2 – Trajecto nas visitas a amigos.

- O nível de mensuração é nominal com quatro ou mais categorias relativamente ao transporte usado, e três categorias relativamente aos acompanhantes no trajecto.

Pergunta 3 – Caminhadas a pé com crianças nas últimas duas semanas.

- O nível de mensuração é nominal com duas categorias.

Pergunta 3.1 – Local das caminhadas a pé com outras crianças nas últimas duas semanas.

- O nível de mensuração é nominal com duas categorias para cada local.

Pergunta 4 – Permissão para atravessamento das ruas sozinho, mesmo quando acompanhado por adultos

- O nível de mensuração é nominal com duas categorias.

Pergunta 5 – Acompanhamento preferencial nos passeios a pé.

- O nível de mensuração é nominal com três categorias.

Pergunta 6 – Local mais distante e tempo de percurso da criança nas deslocações a pé, sozinho ou com amigos da mesma idade, nas últimas duas semanas no meio urbano.

- O nível de mensuração é nominal com quatro categorias, quer para os locais, quer para o tempo de percurso.

Pergunta 7 – Andar de bicicleta nas últimas duas semanas.

- O nível de mensuração é nominal com duas categorias.

Pergunta 7.1 – Momento que andou de bicicleta nas últimas duas semanas.

- O nível de mensuração é nominal com três categorias.

Pergunta 7.2 – Principais acompanhantes quando andou de bicicleta nas últimas duas semanas.

- O nível de mensuração é nominal com quatro categorias.

Pergunta 7.3 – Limite geográfico concedido à criança quando anda sozinho de bicicleta ou com amigos da mesma idade.

- O nível de mensuração é nominal com quatro categorias.

Pergunta 8 – Caracterização do trajecto casa/escola.

- O nível de mensuração é nominal com quatro categorias para o transporte, e três para a distância e acompanhantes no trajecto.

Pergunta 9 – Frequência de uma instituição de tempos livres.

- O nível de mensuração é nominal com duas categorias.

Pergunta 9.1 – Caracterização do trajecto casa/instituição de tempos livres.

- O nível de mensuração é nominal com quatro categorias para o transporte usado, e três categorias para a distância e acompanhantes no trajecto.

Pergunta 10 – Frequência de piscina nas últimas duas semanas.

- O nível de mensuração é nominal com duas categorias.

Pergunta 10.1 – Caracterização do trajecto casa/piscina.

- O nível de mensuração é nominal com quatro categorias para o transporte usado, e três categorias para a distância e acompanhantes no trajecto.

Pergunta 11 – Caracterização do trajecto casa/clube.

- O nível de mensuração é nominal com quatro categorias para o transporte usado, e três categorias para a distância e acompanhantes no trajecto.

- Questionário aplicado aos pais das crianças

O questionário aplicado aos pais das crianças (anexo 3) é constituído por um único bloco e foi medido apenas com uma escala nominal:

Pergunta 1 – Liberdade concedida à criança ao nível das suas actividades lúdicas e independência de mobilidade.

- O nível de mensuração é nominal com duas categorias.

Pergunta 1.1 – Razões apontadas e que podem interferir na liberdade concedida à criança ao nível das suas actividades lúdicas e independência de mobilidade.

- O nível de mensuração é nominal com seis ou mais categorias.

Pergunta 2 – Liberdade concedida à criança para andar de bicicleta, trotinete, patins ou skate pela cidade.

- O nível de mensuração é nominal com duas categorias.

Pergunta 2.1 – Razões apontadas e que podem interferir na liberdade concedida à criança para andar de bicicleta, trotinete, patins ou skate pela cidade.

- O nível de mensuração é nominal com sete ou mais categorias.

Pergunta 3.1 e 3.2 – Opinião dos pais acerca das restrições por si impostas à actividade física e independência de mobilidade do seu filho(a)

- O nível de mensuração é nominal com duas categorias.

Pergunta 3.3, 3.4 e 3.5 – Opinião dos pais sobre alguns obstáculos que podem obstruir a independência de mobilidade e actividade física dos seus filhos no meio urbano.

- O nível de mensuração é nominal com duas categorias.

3.2 – O diário de actividades

Os diários de actividades são métodos considerados por muitos autores (Bouchard, Shephard & Stephens, 1993) como eficientes, quando se pretende obter informação sobre os padrões de actividade física habitual de crianças. Montoye e col. (1996) consideram mesmo que os erros provenientes da avaliação da actividade física através de diários são aceitáveis para bastantes estudos.

3.2.1 – Apresentação do diário de actividades

Neste estudo recorremos a um modelo próprio por nós construído **(ver Anexo 4)**, procurando que ele funcionasse como uma fonte de apoio aos registos diários necessários, por forma a dar o melhor contributo para a consecução dos objectivos que pretendíamos atingir.

A ficha de registos é composta por cinco colunas, com os seguintes itens:

1ª coluna - registo do número de acções desenvolvidas pela criança;

- Este número aparece expresso em valores inteiros (1, 2, 3...)

2ª coluna - registo do horário das actividades desenvolvidas pela criança;

- O horário deve ser o mais aproximado possível do início de cada uma das actividades (tendo em conta a unidade - 5 minutos).

3ª coluna - registo das actividades desenvolvidas pela criança;

- Devem ser registadas todas as actividades da criança.

4ª coluna - registo dos acompanhantes da criança em cada uma das actividades desenvolvidas;

5ª coluna - registo do local onde decorrem as diferentes actividades desenvolvidas pela criança;

- Devem ser especificados todos os locais onde ocorrem actividades.

Ex: nas actividade em casa, deve apontar se é na cozinha, no quarto...;

Nas actividades desenvolvidas no espaço exterior deve apontar se é no polidesportivo, na rua, no parque infantil...

O diário de actividades e o monitor de frequências cardíacas funcionaram como complemento, permitindo, o primeiro recolher informações relativas ao tipo, duração das actividades físicas, bem como os deslocamentos diários efectuados, os lugares frequentados e acompanhantes das crianças a esses locais, e o segundo, medir a intensidade da frequência cardíaca das crianças nas diferentes actividades e deslocamentos.

3.3 – O monitor de frequências cardíacas

De entre as medições fisiológicas, a monitorização da frequência cardíaca obtida através de aparelhos fiáveis é, segundo Armstrong e Welsman (1997) e Piéron (1998), um dos métodos objectivos recomendados para investigar o padrão de actividade física de crianças. Rasoilo (1998) refere que os monitores

de frequências cardíacas são aparelhos extremamente precisos, apresentando uma fiabilidade equivalente à de um ECG, e que o facto de não possuírem fios, nem serem afectados pelo movimento, permite que sejam de extrema utilidade quando se quer medir a frequência cardíaca quer de adultos, quer de crianças durante as suas actividades físicas.

Os monitores são dispositivos electrónicos que fornecem dados de reacção fisiológica, através da detecção do ritmo cardíaco. São constituídos por duas unidades: uma unidade transmissora na forma de uma pequena banda com eléctrodos que é colocada no peito da pessoa que vai ser testada, e uma unidade receptora com o formato de um vulgar relógio de pulso, para onde são enviados os dados em tempo real (ver figura 1). Os eléctrodos da banda de peito captam a actividade eléctrica do coração (ECG) e transmitem a frequência cardíaca por telemetria (sem fios) para a unidade receptora colocada no pulso da pessoa a ser testada.

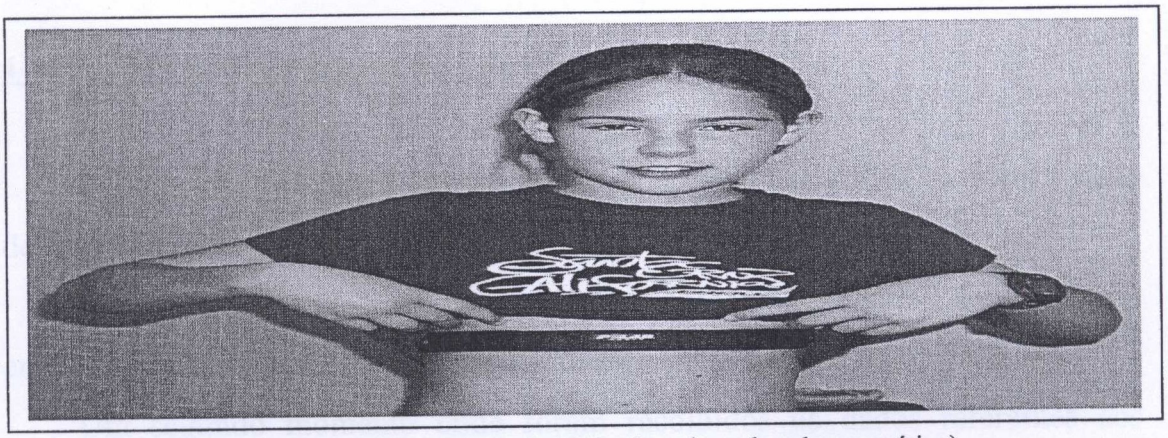


Figura 1- Monitor de frequência cardíaca (relógio de pulso e banda magnética).

Para a recolha dos dados referentes à frequência cardíaca das crianças durante a sua actividade física de tempos livres após o período escolar, recorremos a seis monitores de frequência cardíaca da marca Polar Accurex Plus,™ sendo os dados transferidos para computador através do Software Polar Training Advisor™ para Windows. Os registos da frequência cardíaca das

crianças foram medidos de 60 em 60 segundos (figura 2). Esta opção foi tomada depois de auscultar alguns especialistas em fisiologia e também de acordo com as sugestões de Edwards (s.d.) que refere que, quando se pretende medir a actividade física de um indivíduo durante períodos de tempo mais curtos (treino, actividade curta de tempos livres...), se justifica uma medição de 5 em 5 ou de 15 em 15 segundos. No entanto, quando se pretende estudar a actividade física durante várias horas, ou dias, recomenda-se uma medição com registo de 60 em 60 segundos.

Quadro 4 – Exemplo de um quadro de resultados dos monitores de frequências cardíacas (Anexo 11)

00:00:00		128	128	133	108	118	120	123	117	128	128	129
00:12:00	115	117	137	145	119	115	103	90	117	99	112	112
00:24:00	110	113	101	106	106	136	116	114	109	97	106	109
00:36:00	98	82	101	89	84	90	90	73	96	83	84	88
00:48:00	90	94	93	97	92	93	95	89	91	98	99	96
01:00:00	89	92	85	92	106	104	97	98	90	104	105	92
01:12:00	90	112	90	101	99	100	99	106	105	103	87	103
01:24:00	85	105	86	87	69	70	78	84	76	106	78	69
01:36:00	75	74	74	73	76	82	84	73	71	76	78	72
01:48:00	71	72	78	72	74	70	81	73	76	72	76	79
02:00:00	74	80	82	76	80	94	71	69	112	82	86	68
02:12:00	74	71	75	76	71	71	73	73	76	77	79	83

4 – Procedimentos para recolha dos dados

Tal como já referimos anteriormente, a recolha dos dados da investigação decorreu em dois momentos distintos :

Um primeiro momento onde foram recolhidos os dados referentes às entrevistas com preenchimento dos questionários (às crianças e aos pais).

Um segundo momento onde foram recolhidos os dados referentes aos diários de actividades das crianças, e monitorização das suas frequências cardíacas durante as actividades físicas diárias de tempos livres após a escola, durante uma semana (dias úteis e fim de semana).

4.1 – Recolha dos dados dos questionários

A recolha dos dados através da entrevista, com preenchimento dos questionários, foi efectuada em duas fases que passamos a enumerar :

1ª Fase – Selecção dos elementos da amostra e preparação da recolha dos dados dos questionários às crianças e aos seus pais.

Após validados os instrumentos de recolha dos dados, tivemos necessidade de fazer a selecção da amostra[84]. Para tal, entramos em contacto com os Directores de diferentes escolas do Primeiro e Segundo Ciclos do Ensino Básico[85], explicando-lhes as nossas pretensões e objectivos, pedindo-lhes permissão para aceder às fichas biográficas dos alunos (Anexo 6), o que nos foi concedido sem restrições.

Após fazer o levantamento, e identificar as crianças que preenchiam os requisitos por nós estipulados, e porque a forma de recolha dos dados o justificava,[86] foi necessário organizar e preparar uma equipa de trabalho composta por seis elementos,[87] entre os quais se incluía o autor do trabalho.

Tendo em conta a preparação desta equipa, procuramos seguir uma metodologia que nos desse garantias de uma grande fidelidade na recolha dos dados, tendo, para tal, efectuado várias reuniões com os colaboradores:

- Numa primeira reunião foi explicado aos colaboradores em que é que consistia o trabalho e quais os objectivos que nos propúnhamos alcançar. Foi

[84] Como já foi dito anteriormente a amostra do nosso estudo foi intencional, uma vez que pretendíamos obter um número de unidades estatísticas (crianças) equivalente, tendo em conta as diferentes variáveis.

[85] Por uma questão de sigilo assumido para com os directores das escolas onde foi recolhida a amostra, o nome das escolas não será divulgado.

[86] A recolha dos dados foi efectuada através do preenchimento do questionário por entrevista individualmente junto de cada membro da amostra, o que tornava a recolha dos dados demasiado morosa se tivesse sido efectuada apenas pelo investigador principal.

[87] Os auxiliares nesta investigação foram alunos que se encontravam na fase final do curso de Professores do Ensino Básico, Variante de Educação Física da Escola Superior de Educação de Castelo Branco.

ainda entregue um exemplar do questionário e um manual do colaborador (Anexo 1) e pedido para que lessem os dois documentos com muita atenção, de modo a poder discutir-se o seu conteúdo e esclarecer as possíveis dúvidas na reunião seguinte.

- Numa segunda reunião foram discutidos e acertados alguns pormenores referentes à aplicação dos questionários, e esclarecidas de forma clara, uma por uma, todas as questões dos questionários e dúvidas levantadas.

- Seguidamente, fizemos reuniões com os pais das crianças que fariam parte da amostra,[88] explicando-lhes as nossas pretensões, objectivos do trabalho e clarificando todas as dúvidas surgidas. Posto isto, pedimos permissão para nos deslocar-mos a suas casas em data previamente acordada via telefone, para realização das entrevistas (preenchimento dos questionários).

2ª Fase – Recolha dos dados através das entrevistas (preenchimento dos questionários)

Para uma maior uniformização na recolha dos dados, os primeiros quinze questionários (cinco em cada idade) foram preenchidos pelo autor do trabalho, tendo os colaboradores assistido às respectivas entrevistas.[89] Passada esta etapa, foram estabelecidos três grupos de dois elementos que recolheram os dados entre os meses de Fevereiro e Junho de 2000.[90]

Quando da recolha dos dados, era fundamental que estivesse presente a criança e pelo menos um dos pais. Este aspecto era fundamental, porque permitia

[88] A marcação das reuniões de pais, foi efectuada nas Escolas do Primeiro Ciclo pela directora de cada uma das escolas. Nas escolas do Segundo Ciclo com permissão do conselho executivo, pedimos às directoras das turmas que envolviam os alunos que faziam parte da amostra que convocassem os pais. De realçar que, em ambos os casos, houve pais que não compareceram às reuniões e, por isso, tivemos necessidade de entrar em contacto com cada um deles através do telefone.

[89] Esta fase foi determinante pois permitiu fazer uma aferição final para a recolha dos dados.

[90] Gostaríamos de realçar que durante a fase em que durou a recolha dos dados, foram efectuadas duas interrupções, isto é, não foram recolhidos dados, nem durante, nem nas duas semanas que se seguiram às interrupções do carnaval e da Páscoa, uma vez que as questões do questionário se referiam a um limite temporal de duas semanas antes, podendo por isso ter influência directa nos resultados.

por um lado o preenchimento de ambos os questionários e por outro, permitia ultrapassar algumas dificuldades surgidas por parte das crianças relativamente a algumas questões.[91]

4.2 – Recolha dos dados dos diários e monitorização das frequências cardíacas

A recolha dos dados através do preenchimento dos diários de actividades e monitorização das frequências cardíacas das crianças é efectuada em duas fases que passamos a enumerar :

1ª Fase – Selecção dos elementos da sub-amostra e preparação da recolha dos dados através do preenchimento dos diários de actividades e monitorização das frequências cardíacas das crianças .

Como já referimos, a sub-amostra fez parte da amostra inicial.[92] Tivemos de novo necessidade de entrar em contacto com os pais das crianças que iriam participar nesta fase do estudo, através de telefone,[93] voltando a relembrar-lhes as nossas pretensões e objectivos, e também relembrar que era fundamental que o estudo não fosse motivo para alterar a rotina normal dos seus filhos e da família.

A equipa de trabalho que participou nesta nova fase de recolha dos dados foi composta pelos mesmos seis elementos (três grupos de dois elementos) que haviam participado anteriormente nas entrevistas de preenchimento dos questionários.[94]

---

[91] O facto de estar presente pelo menos um dos pais permitiu ainda fomentar o diálogo com a criança, levando-a a responder de uma forma mais concreta a certas perguntas e também foi um factor importante de desibinição por parte da criança.

[92] Tal como a amostra, a sub-amostra do nosso estudo foi também ela intencional, uma vez que pretendíamos obter um número de unidades estatísticas (crianças) equivalente, tendo em conta as diferentes variáveis.

[93] Este contacto com os pais, foi facilitado pelo facto de já nos conhecermos mutuamente e também pelo facto de eles se terem disponibilizado quando da entrevista relativa ao preenchimento dos questionários para que os seus filhos pudessem participar nesta fase do estudo.

Antes de passar à recolha definitiva dos dados, fizemos, durante duas semanas, uma pré-testagem dos instrumentos (diários e monitores de frequências cardíacas) com todas as crianças. Procuramos que a pré-testagem fosse sempre o mais aproximada possível da recolha a efectuar à posteriori no estudo principal.[95]

A recolha da informação dos diários de actividade durante a pré-testagem foi efectuada da seguinte forma:

- Diariamente um grupo de dois investigadores deslocava-se à saída da escola e entregava à criança ou aos pais (no caso das crianças mais novas), três fichas para que ela pudesse fazer anotações diárias, com o objectivo de recolher as informações posteriormente, transmitindo-as aos investigadores. À hora de deitar, os mesmos investigadores deslocavam-se diariamente à casa da criança, com o objectivo de recolher a informação e preencher eles próprios a ficha diária final de actividades, tendo por base as informações prestadas pela própria criança, pelos pais, e também as anotações diárias.

A pré-testagem permitiu detectar um problema[96] que levou à necessidade de modificação na estratégia da recolha das informações descrita mais à frente.

2ª Fase – Recolha dos dados através dos diários de actividades e monitorização da frequência cardíaca das crianças

[94] Consideramos que o facto de ter envolvido nesta fase do trabalho a mesma equipa que havia participado anteriormente foi de extrema importância, uma vez que já conhecia bem os objectivos do trabalho e, por outro lado, também já havia estabelecido contacto com as crianças e com os pais, havendo um conhecimento mútuo, o que se reveste de uma grande importância neste tipo de trabalho que envolve um contacto e acompanhamento mais directo.

[95] As condições da pré-testagem permitiram uma melhor identificação com os processos que se pretendiam para a recolha dos dados, isto é: (1) permitiram que a criança se identificasse com os aparelhos (cada criança usou o aparelho durante um dia, sendo-lhe colocado à saída da escola até à hora de deitar), e também que ela se familiarizasse com os diários de actividades e seu preenchimento; (2) permitiram aos pais perceber melhor o que deles se pretendia (participação activa no preenchimento dos diários de actividades); (3) permitiu aos investigadores um maior conhecimento da criança e familiarização com os elementos que faziam parte do seu agregado familiar; (4) Permitiu aos investigadores testarem os instrumentos de recolha dos dados.

[96] Durante a pré-testagem verificamos que havia alguma falta de rigor, principalmente ao nível do inicio e terminus das diferentes actividades diárias (havia muitas hesitações, quer por parte dos pais, quer por parte das crianças)

Esta fase de recolha dos dados decorreu entre os meses de Fevereiro e Junho de 2001. Cada criança foi estudada durante uma semana (de segunda feira a domingo). De acordo com Armstrong e Van Mechelen (1998), dada a complexidade que pressupõe a avaliação da actividade física habitual das crianças, é recomendado fazer uma monitorização de pelo menos três dias. Trost e col. (2000b) vão mais longe, referindo que só se obtém uma exactidão satisfatória se as medições decorrerem ao longo de quatro ou cinco dias.

A recolha dos dados relativas aos diários de actividade e monitorização das frequências cardíacas foram efectuadas desde o terminus das actividades escolares diárias da criança até à hora de deitar. No fim de semana, os registos foram efectuados a partir da hora de almoço, até à hora de deitar.[97]

Recolha da informação dos diários

Gostaríamos de realçar que a criança nesta fase do estudo já estava familiarizada com os instrumentos a utilizar para recolha dos dados (pré-testagem referida).

Por forma a ultrapassar os problemas detectados anteriormente, a recolha da informação através dos diários de actividade foi efectuada da seguinte forma:

- Diariamente um grupo de dois investigadores deslocava-se à saída da escola e passava a acompanhar a criança nas suas actividades diárias até à hora de deitar[98]. No fim de semana os investigadores deslocavam-se à casa das crianças após a hora de almoço, fazendo os registos tal como ocorria durante os dias úteis até à hora habitual.

[97] Aos fins de semana os registos foram apenas efectuados após o almoço a pedido de diferentes pais, por questões de privacidade.

[98] Os investigadores que acompanhavam a criança não interferiam nas suas rotinas diárias, limitando-se apenas a observar as crianças e efectuar os registos. Quando a criança entrava para alguma instituição de tempos livres, parava o registo, sendo retomado logo que saía.

Recolha da informação relativas aos monitores de frequências cardíacas

- Um grupo de dois investigadores deslocava-se diariamente à escola da criança no terminus das suas actividades lectivas, colocando-lhe o monitor de frequências cardíacas e respectiva banda magnética, sendo posteriormente retirados à hora de deitar.

No fim de semana, o grupo de investigadores deslocava-se à casa das crianças e colocava os monitores e respectiva banda magnética após a hora de almoço, como havia sido estabelecido com os pais, e retirava-os à hora habitual.

Embora os monitores de frequências cardíacas tenham capacidade para acumular informação durante vários dias, as informações recolhidas, eram transferidas diariamente na parte da manhã do dia seguinte à recolha da informação, do monitor para o computador.

5 – Análise dos dados e métodos estatísticos

Após recolha e organização dos dados, procedemos ao seu tratamento, sendo este efectuado de acordo com as finalidades e objectivos que nortearam o estudo. Segundo Patton (1987), a análise dos dados resulta de um processo de construção e ordenação que os permite organizar em categorias e unidades básicas descritivas, que antecede a fase da explicação dos modelos descritivos, por forma a estabelecer relações e conexões que possibilitem novas explicações e interpretações, caminhando desta forma para uma teorização. Os dados obtidos foram transferidos para suporte informático, e submetidos posteriormente aos tratamentos estatísticos necessários à descrição dos resultados.

5.1 – Análise dos dados dos questionários e diários de actividade

Partindo das respostas expressas pelas crianças e seus pais no questionário, e nas informações obtidas através dos diários de actividade, foi construída uma

base de dados em suporte informático, utilizando para tal o programa "Microsoft Excel". Os resultados dos diários foram ainda submetidos a uma análise do conteúdo dos registos efectuados, por forma a codificar as informações em diferentes categorias que permitirão complementar as obtidas através dos monitores de frequência cardíaca, e indicar o início e terminus das mesmas.

5.2 – Análise dos dados dos monitores de frequência cardíaca

A informação recolhida através dos monitores é efectuada com base na análise dos valores obtidos através da intensidade das frequências cardíacas. Os dados recolhidos através do Software Polar Training Advisor™ são transferidos para uma base de dados em suporte informático, utilizando o programa "Microsoft Excel" que é compatível com o programa informático de estatística "SPSS" (versão 11.0.1, 2001) ao qual recorremos para concretizar os procedimentos estatísticos que fazem parte desta fase do estudo.

5.3 – Métodos estatísticos usados

No estudo usamos dois métodos estatísticos diferenciados, isto é, numa primeira fase fazemos a apresentação dos dados resultantes dos diferentes instrumentos de recolha utilizados de uma forma descritiva em termos percentuais, com incorporação de quadros no texto, para melhor compreensão dos resultados. Posteriormente, submetemos os dados relativos ao tempo semanal, média e intensidade da frequência cardíaca nas categorias a diferentes provas estatísticas para verificar se existem diferenças significativas entre as variáveis.

Começamos por fazer uma análise exploratória dos dados para ver a normalidade da distribuição em cada uma das variáveis nas diferentes categorias, e, assim, averiguar as condições de partida para a utilização de estatísticas paramétricas de inferência. De acordo com Pestana e Gagueiro (2000) a análise

da normalidade de uma amostra é feita a nível inferencial através dos testes de Kolmogorov-Smirnov com a correcção de Lilliefors. No entanto, quando a dimensão é pequena, deve recorrer-se ao teste de Shapiro-Wilk. A dimensão da nossa amostra impõe a utilização dos valores deste último teste.

Quanto à análise das diferenças entre grupos, para as variáveis "sexo" e "estatuto sócio-económico" recorremos à prova paramétrica "t", teste de medidas independentes, enquanto que para a variável idade recorremos à análise da variância e, caso se verifiquem diferenças significativas entre os escalões etários, ao teste de Scheffe (teste de comparações múltiplas), que permite saber entre que grupos há diferenças. Sempre que a distribuição "fuja" à normalidade, recorremos ao teste de Mann-Whitney e ao teste de Kruskal-Wallis como alternativas não paramétricas ao "t" teste e à Análise da Variância, para comprovação dos resultados obtidos. O nível de significância considerado foi de $p \leq .05$.

3ª PARTE

Apresentação e discussão dos resultados

1 – INTRODUÇÃO

A vida quotidiana das crianças assenta em ritmos diários, semanais e anuais que se estruturam em torno de determinados hábitos fundamentais para o seu restabelecimento psico-fisiológico, formação pessoal e desenvolvimento social. Para além destes hábitos, as crianças ocupam uma parte significativa do seu dia a dia em actividades de tempo livre, onde a brincadeira assume um lugar determinante. É sobre as actividades desenvolvidas durante o tempo livre e sobre as formas de deslocamento no meio urbano que nos vamos debruçar, procurando um melhor conhecimento sobre estas variáveis nas rotinas de vida das crianças.

Nesta terceira parte do trabalho vamos fazer a apresentação e discussão dos resultados obtidos através dos diferentes instrumentos de recolha das informações. Para tornar mais claro o percurso e facilitar a percepção dos resultados, apresentamos os mesmos em termos globais de acordo com cada uma das variáveis (estatuto sócio-económico, idade e sexo), seguindo a ordem das questões dos instrumentos de pesquisa suportados por quadros descritivos.

Começamos por fazer uma análise dos dados descritivos da amostra em termos percentuais, tomando por base os resultados evidenciados pela recolha efectuada através dos questionários aplicados às crianças (onde se procura conhecer a sua actividade física e independência de mobilidade) e aos seus pais (com o intuito de conhecer os obstáculos que mais interferem nessa actividade física e independência de mobilidade).

De seguida fazemos a análise dos dados descritivos da sub-amostra, com base nos resultados evidenciados pela recolha efectuada através dos diários de actividades (procurando conhecer o tipo, a frequência e a duração das diferentes actividades semanais desenvolvidas pelas crianças) e dos monitores de frequências cardíacas (procurando conhecer a intensidade das frequências cardíacas nessas mesmas actividades).

2 – A actividade física e independência de mobilidade das crianças (resultados dos questionários)

A apresentação e discussão dos resultados dos questionários é efectuada com base em três pontos. Um primeiro sobre a actividade física das crianças, um segundo sobre a sua independência de mobilidade e um terceiro sobre a opinião dos pais relativamente aos obstáculos que podem interferir nas actividades e mobilidade dos seus filhos no meio urbano

2.1 – Actividades Dentro de Casa

No mundo contemporâneo a estrutura social exige que a criança viva e faça de forma continuada a apropriação de diferentes espaços que permitirão, no decurso do seu processo evolutivo, o alargamento dos seus campos de acção. No emaranhado de cenários possíveis, a nossa casa assume posição determinante em todo o processo. É lugar de partida e de chegada, de tristezas e alegrias, de isolamento e de partilha (...). Wohlwill e Heft (1987) comungam desta opinião, referindo que, embora exista uma grande diversidade de cenários de actuação durante a infância, a casa onde a criança habita é, mesmo assim, o cenário dominante. É um dos lugares privilegiados de actuação, como demonstram Muntañola i Thornberg (1973) nos seus estudos sobre o conceito de lugar para viver durante a infância.

Malpique (1995) refere que a exploração do ambiente interior da habitação por parte da criança faz-se essencialmente através de actividades funcionais e lúdicas, permitindo-lhe esse facto a tomada de consciência das suas competências na interacção com o envolvimento. Os lugares da casa apresentam-se para ela como lugares de apropriação directa pela diversidade de actividades que aí decorrem, assumindo também os diferentes objectos existentes um papel fundamental nessa mesma apropriação (Lurçat, 1982).

2.1.1 – Liberdade e tempo de brincar

A exploração da casa durante a infância através das actividades funcionais e lúdicas está muito dependente de condicionamentos familiares ao nível da liberdade de ocupação espacial e temporal (Chombart de Lauwe, 1976; Lurçat, 1982), assumindo os pais e familiares próximos com quem a criança coabita um papel relevante e essencial nesta função.

Partindo do pressuposto que as crianças na faixa etária que vai dos oito aos doze anos passam muito do seu tempo livre dentro de casa, realizando aí diferentes actividades (Pereira, 1993; Pinto, 1995; Serrano, 1996) e que, o espaço interior é vivenciado através do jogo nas suas múltiplas formas, começamos por indagar as crianças sobre o tempo dedicado a esta actividade dentro de casa, bem como a liberdade de apropriação dos diferentes locais através da brincadeira.

QUADRO 5 – Liberdade para brincar em casa e tempo dedicado à brincadeira

	Total	Idade			Sexo		Estatuto	
	Amostra	8 anos	10 anos	12 anos	Masc.	Fem.	Alto	Baixo
Liberdade para brincar em todas as divisões da casa	%	%	%	%	%	%	%	%
Sim	60,3	65	61	55	57,3	63,3	63,3	57,3
Não	39,7	35	39	45	42,7	36,7	36,7	42,7
Nº de horas que a criança brinca no dia útil								
Menos de 2 horas	63,3	60	66	64	60	66,7	61,3	65,3
De 2 a 4 horas	30,7	32	33	27	34	27,3	31,3	30
Mais de 4 horas	6	8	1	9	6	6	7,3	4,7
Nº de horas que a criança brinca no fim de semana								
Menos de 2 horas	18	16	8	30	15,3	20,7	14,7	21,3
De 2 a 4 horas	46,3	39	55	45	42,7	50	46	46,7
Mais de 4 horas	35,7	45	37	25	42	29,3	39,3	32

Os resultados expressos no quadro 5 demonstraram que durante o dia útil a maioria das crianças (63,3%) brinca menos de duas horas diárias, seguido de uma percentagem considerável (30,7%) que dedica a esta actividade de duas a quatro horas. Se nos centrarmos nos valores referentes ao fim de semana, constatamos um aumento no tempo dedicado a esta actividade, uma vez que a maioria brinca mais de duas horas, indo mesmo além das quatro horas. Alguns investigadores

(Sallis, 1994) referem como possível justificação para a constatação anterior o facto de ao fim de semana a criança não frequentar a escola nem outras instituições extra-escolares, o que lhe liberta muito tempo para poder dedicar à actividade lúdica. Esta explicação parece, no entanto, levantar algumas dúvidas, uma vez que há estudos que têm demonstrado que não há diferenças ao nível da actividade lúdica entre os dias de semana e o fim de semana (Armstrong e col. 1990a), e outros, onde as justificações encontradas relativamente às diferenças vão para além do tempo dedicado às actividades escolares (Sallo e Silla, 1997). Olhando de forma mais pormenorizada para as diferentes variáveis do estudo (idade, sexo e estatuto sócio-económico), podemos verificar ainda que a percentagem de crianças mais novas que refere brincar menos de duas horas no dia útil é mais baixa, e que ao fim de semana verifica-se um decréscimo da percentagem que refere brincar mais de quatro horas à medida que se avança na idade, sendo também a maior percentagem das mais velhas aquelas que referem brincar menos de duas horas. Quanto às variáveis sexo e estatuto sócio-económico, verificamos que são os rapazes aqueles que dedicam mais tempo à brincadeira, quer durante o dia útil, quer durante o fim de semana, o mesmo acontecendo com as crianças pertencentes ao estatuto alto.

Reflectindo sobre os resultados, podemos concluir que durante o dia útil o tempo que a maioria das crianças dedica à actividade lúdica é reduzido (menos de duas horas diárias), aumentando de forma considerável ao fim de semana. As crianças mais velhas parecem dedicar menos horas a esta actividade, talvez devido ao facto de começarem a despertar para outros centros de interesse, à medida que se aproximam da fase da pré adolescência, sendo este facto mais visível nas raparigas (os rapazes dedicam mais tempo à actividade lúdica) e também nas crianças do estatuto baixo.

Quanto à liberdade que é concedida às crianças em termos de apropriação dos locais nas suas brincadeiras dentro de casa, os resultados demonstram que existe alguma permissividade por parte dos pais ou familiares próximos que

coabitam com as crianças. Esta constatação reflecte-se no facto de a maioria (60,3%) poder brincar em todas as divisões da sua casa, e vai ao encontro dos resultados obtidos por Malpique (1995) no seu estudo, referindo a autora que também aí as crianças revelaram bastante liberdade na apropriação dos diferentes lugares da casa para desenvolvimento das suas actividades lúdicas. Uma outra constatação que ressalta da análise dos resultados é a de que parece haver algumas diferenças embora não muito acentuadas, quando se olha para as diferentes variáveis, isto é, verificamos um aumento ao nível das restrições na ocupação espacial de brincadeira com o aumento da idade, o mesmo acontecendo em relação ao sexo masculino, e nas crianças pertencentes a um estatuto baixo.

Após conhecer a liberdade concedida à criança relativamente à apropriação dos espaços dentro de casa nas suas brincadeiras e o tempo que lhe dedicam diariamente, procuramos saber quais são os seus jogos preferidos nesse mesmo local. Uma primeira constatação que ressalta da análise dos resultados prende-se com a grande quantidade e diversidade de jogos referidos pelas crianças (anexo 6). Pela razão exposta, e por muitos desses jogos terem sido apontados por poucas crianças, vamos apenas apresentar aqueles que tiveram uma percentagem acima dos 10% em pelo menos uma das variáveis consideradas no estudo.

2.1.2 – Jogos preferidos das crianças

Os resultados expressos no quadro 6 revelam-nos que os jogos favoritos das crianças quando estão dentro de casa são os jogos de computador, os jogos que utilizam bonecos/bonecas, a consola, as cartas e o monopólio.

Se tivermos em conta as diferentes variáveis, verificamos que os jogos favoritos para as crianças mais novas são aqueles que utilizam bonecas/bonecos, seguido dos jogos de computador e da consola. Para as de dez anos aparece em primeiro lugar o computador, seguido do jogo de cartas e dos jogos com bonecas/bonecos, e ainda a consola e os jogos de legos. Para as crianças mais

velhas os jogos de computador continuam a ser os preferenciais, assim como a consola, as cartas e o monopólio.

QUADRO 6 – Jogos preferidos das crianças dentro de casa

	Total Amostra	Idade			Sexo		Estatuto	
		8 anos	10 anos	12 anos	Masc.	Fem.	Alto	Baixo
Jogos	%	%	%	%	%	%	%	%
Bonecas/bonecos	31,3	56	27	11	6,7	56	27,3	42
Cartas	23,7	12	27	32	26,7	20,7	12,7	34,7
Computador	46,3	44	46	49	48,7	44	64	28,7
Consola	27,7	26	25	32	30,7	18	28,7	26,7
Monopólio	21,7	16	19	30	19,3	24	20	23,3
Game Boy	15,7	17	16	14	22	9,3	24,7	6,7
Legos	17	19	25	7	22,7	11,3	14	20
Puzzles	15,7	15	17	15	11,3	20	11,3	20
Damas	13,7	6	15	20	16,7	10,7	11,3	16
Domino	9,3	2	16	10	12	6,7	5,3	14
Escondidas	7,3	5	7	10	1,3	13,3	5,3	8
Carrinhos	6	5	8	5	12	---	8,7	3,3

Se levarmos em linha de conta a variável sexo, verificamos que os jogos preferidos dos rapazes são os jogos de computador seguido da consola e das cartas, enquanto os jogos preferenciais das raparigas são os jogos com bonecas/bonecos e também os jogos de computador. Quanto à variável estatuto sócio-económico, verificamos que os jogos preferenciais das crianças pertencentes ao estatuto alto são os jogos de computador, consola, bonecas/bonecos e o game boy, enquanto as do estatuto baixo têm preferência pelos jogos com bonecas/bonecos e jogos de cartas, seguidos pelos jogos de computador, consola e monopólio.

A análise dos dados permite fazer algumas constatações. Em primeiro lugar, verificamos que os jogos electrónicos detêm um plano de destaque independentemente da idade, sexo ou estatuto sócio-económico. Constatamos, que há determinados jogos que aumentaram de preferência em função da idade, como são os casos das escondidas, do computador e dos jogos que podem envolver regras com alguma complexidade (monopólio, cartas, damas), assim como a regressão de outros, principalmente aqueles que estão ligados aos jogos

de dramatização, que utilizam bonecas ou bonecos, e também o "game boy". Considerando a variável sexo, verificamos que há determinados jogos mais apontados pelos rapazes (o jogo de cartas, o computador, a consola, os legos, as damas, o domino, o game boy e os carrinhos), enquanto que outros são mais referenciados pelas raparigas (jogos com bonecas/bonecos, o monopólio, os puzzles e as escondidas). Quanto ao estatuto sócio-económico, os indivíduos pertencentes ao estatuto alto apontam com maior frequência os jogos de computador, a consola, "o game boy" e os carrinhos, enquanto todos os outros são apontados em maior percentagem pelas crianças do estatuto baixo.

A análise das constatações anteriores sugere algumas reflexões. Uma primeira reflexão prende-se com o facto de a quase totalidade dos jogos mencionados requerer índices baixos de actividade física/movimento, por serem jogos que se praticam sem necessidade de sair do mesmo local. Malpique (1995) confirma esta constatação quando refere que dentro de casa as crianças praticam essencialmente jogos de movimentação controlada que implicam um mínimo de actividade motora. Outros autores (Chombart de Lauwe et al., 1976), acrescentam que este facto é revelador muitas vezes da exiguidade do espaço no interior das habitações e também do modo como esse espaço está preenchido, reflectindo-se na forma de estar e de agir por parte das crianças. Johnson et al. (s.d) confirmam as afirmações anteriores, dizendo que o tipo de jogos está dependente do espaço que é concedido à criança. Por isso, os espaços interiores são mais adequados à realização de jogos com pouco movimento. Uma outra conclusão prende-se com a importância crescente que as novas tecnologias e sua diversificada gama de ofertas assumem na vida diária das crianças, pois, como podemos verificar, o computador, as consolas e o "game boy" estão presentes entre os jogos diários favoritos. Por outro lado, podemos também observar que a maioria dos jogos preferenciais das crianças pertencem à categoria dos jogos comercializados (de construção e de estratégia), vindo esta constatação ao encontro dos resultados de um estudo efectuado pela UNESCO (Santos, 1993)

que revelou que as crianças nas suas actividades dentro de casa, hoje em dia, utilizam preferencialmente brinquedos comercializados e divertimentos pré-fabricados, sendo este facto um reflexo da importância que as empresas ligadas ao sector lúdico e publicitário têm no mundo contemporâneo.

A idade, o sexo e o estatuto sócio-económico das crianças parecem ser determinante no despertar, na escolha e no acesso a certos jogos, pois pudemos constatar que, com o aumento da idade há o despertar de um maior interesse por determinados jogos em detrimento de outros, o que vem confirmar os resultados obtidos por Johnson (1987), quando afirma que o sexo masculino e feminino apresentam interesses diferenciados (bonecas/bonecos nitidamente da preferência do sexo feminino, enquanto que a consola ou o "game boy" são preferidos pelas crianças do sexo masculino), demonstrando estes resultados que existem atitudes diferentes face à actividade lúdica tendo em conta as diferenças sexuais, como refere Sutton-Smith (1979), e que as crianças pertencentes ao estatuto alto revelam preferência por jogos que envolvem a utilização de objectos de custos mais elevados, como são os casos do computador, consola e "game boy", enquanto as do estatuto baixo refiram uma preferência por jogos que envolvem materiais menos dispendiosos como sejam as cartas, bonecas, legos (...), revelando este facto que o custo elevado de determinados jogos ou materiais de jogo pode influenciar a actividade lúdica das crianças, como refere Pessanha (1995).

Para além da actividade lúdica, as crianças desenvolvem dentro de casa muitas outras actividades durante os seus tempos livres, assumindo estas igualmente uma grande importância para o seu desenvolvimento saudável.

2.1.3 – Actividades realizadas para além da actividade lúdica

Os resultados expressos no quadro 7 demonstram-nos que o dia a dia das crianças dentro de casa é preenchido, para além da actividade lúdica, com outras actividades que se revelam de grande importância na sua quotidianeidade, como nos demonstram os valores obtidos. De entre essas actividades destacam-se duas (o estudo/trabalhos escolares e o visionamento televisivo), que estão presentes nas rotinas diárias de todas as crianças independentemente da idade, sexo ou estatuto sócio-económico. Esta constatação reflecte as evidências encontradas nos resultados dos estudos de outros autores (Serra, 1992; Pereira, 1993; Pinto, 1995; Serrano, 1996; Tercedor, 1999; Monteiro et al. 2000) que também evidenciaram a presença do visionamento televisivo e dos trabalhos relacionados com a instituição escolar nas rotinas diárias das crianças.

QUADRO 7 – Actividades realizadas pelas crianças dentro de casa

	Total	Idade			Sexo		Estatuto	
	Amostra	8 anos	10 anos	12 anos	Masc.	Fem.	Alto	Baixo
Actividades	%	%	%	%	%	%	%	%
Computador	78,7	78	77	81	83,3	74	88,7	68,7
Ouvir Música/Tocar Instrum.	79	71	76	90	74,7	83,3	78	80
Estudo/Trabalhos da Escola	100	100	100	100	100	100	100	100
Ajudas nas tarefas domésticas	82,3	77	84	87	75,3	89,3	82	82,7
Ver TV ou Vídeo	100	100	100	100	100	100	100	100
Ler	80,3	76	79	86	79,3	81,3	84,7	76
Pintar/Desenhar	79,7	100	68	71	79,3	80	80	79,3

A idade, o sexo e o estatuto sócio-económico são variáveis que parecem ter influência nas actividades realizadas no quotidiano das crianças dentro de casa, uma vez que constatamos que actividades como ouvir música/tocar instrumentos, ajudar nas tarefas domésticas e ler são mais referenciadas à medida que se avança na idade, que os rapazes realizam mais tarefas no computador que as raparigas (83,3% contra 74%), enquanto estas referem em maior percentagem ouvir música/tocar instrumentos (83,3% contra 74,7%) e ajudar nas tarefas domésticas (89,3% contra 75,3%), e que as crianças pertencentes ao estatuto alto realizam

mais actividades de leitura (84,7% contra 76%) e utilizam em maior percentagem o computador (88,7% contra 68,7%) que as do estatuto baixo.

As constatações anteriores merecem-nos várias reflexões. Primeiramente, os valores obtidos evidenciam o grau de importância elevado de todas as actividades mencionadas nas rotinas de vida diária das crianças. Podemos mesmo afirmar que, conjuntamente com a actividade lúdica, elas podem ser consideradas actividades "charneira" em torno das quais giram os quotidianos da infância dentro de casa. Quanto às actividades a que fizemos alusão, como aquelas que parecem ter um lugar de destaque no dia a dia das crianças quando se encontram dentro de casa, podemos dizer que, também em França (Dumazedier, 1988) e na Inglaterra (Cale, 1992), constataram que o tempo diário favorito das crianças é em frente ao televisor, sendo mesmo considerado este aparelho "o companheiro não silencioso das crianças dos nossos dias". Quanto ao estudo/trabalhos de casa, diferentes autores (Cale, 1992) referem que eles se tornaram numa ocupação diária por parte das crianças e jovens, devido à forte concorrência para a obtenção de bons resultados escolares, que se traduzem numa exigência cada vez maior. Por outro lado, os trabalhos de casa, tornaram-se num hábito dos vários sistemas de ensino, funcionando como complemento das actividades lectivas nos diferentes países. Cale (1992) conclui mesmo que existe uma relação directa entre o aumento do trabalho escolar e a redução do tempo dedicado pelas crianças e jovens aos seus interesses activos.

Com o aumento da idade parece ser uma constatação lógica a transformação nas preferências por determinadas actividades, assentando este facto no próprio desenvolvimento cognitivo e social das crianças e jovens. Quanto à diferenciação por sexos, são vários os autores que referem que muitas vezes a escolhas das actividades prendem-se, para além dos interesses reais das crianças inerentes ao seu género sexual, também com influências exercidas externamente pelo envolvimento social onde estão inseridas (Lopes, 1992). Este facto parece-nos ser relevante, pois consideramos que os familiares próximos da criança que com

ela convivem dentro de casa (pais, irmãos ou outros familiares) exercem um papel determinante nas suas rotinas diárias. Vandenplas-Holper (1983) vai mesmo mais longe, quando afirma que os pais se comportam de forma diferenciada com os seus filhos em função do seu sexo logo a partir do nascimento, desempenhando desta forma um papel fundamental no desenvolvimento dos seus interesses. Relativamente às ajudas nas tarefas ou trabalhos domésticos, são vários os autores que nos seus estudos referem ser realizados em maior percentagem pelas crianças do sexo feminino (Sobral, 1992; Costa, 1993; Pinto, 1995; Torres, 1995; Serrano, 1996). O estatuto sócio-económico apresenta-se também como um factor importante nalgumas actividades desenvolvidas pelas crianças, pois, se alguns objectos são acessíveis a todas as famílias, outros fazem parte apenas dos agregados familiares com possibilidades económicas mais elevadas (caso do computador). Uma outra reflexão que nos parece importante tem a ver com influências familiares, isto é, pensamos que muitas actividades praticadas pelas crianças nas suas rotinas diárias podem ser influenciadas pelos hábitos familiares e com questões de natureza cultural (as actividades de leitura podem ser um exemplo). Consideramos, por isso, que cada vez mais as crianças são um reflexo do meio ao qual pertencem, exercendo este um papel determinante na sua personalidade, imagem pessoal, autodomínio e também nos interesses e actividades desenvolvidas.

A evolução ao nível das tecnologias da informação trouxeram novos hábitos e costumes para a população infantil (Kumar, 1997). Consideramos, por isso, pertinente estudar o tempo dedicado à actividade lúdica no computador.

2.1.4 – Actividade jogar computador

Como já referimos anteriormente, o computador passou a ser no mundo contemporâneo um "companheiro" da criança, independentemente da idade, do

sexo ou do estatuto sócio-económico, pois, como podemos observar no quadro 8, em todas as variáveis transcritas a maioria das crianças jogou computador. Podemos observar, de igual forma, que não há grandes diferenças entre a percentagem que diz realizar esta actividade durante a semana e ao fim de semana, uma vez que os valores de utilização aumentam apenas ligeiramente durante este último. Quanto ao número de horas dedicadas diariamente a esta actividade, verificamos que durante os dias úteis a grande maioria joga menos de duas horas, invertendo-se esta tendência ao fim de semana, aumentando a utilização para mais de duas horas (excepto para o sexo feminino).

QUADRO 8 – Actividade lúdica da criança no computador

	Total Amostra	Idade			Sexo		Estatuto	
		8 anos	10 anos	12 anos	Masc.	Fem.	Alto	Baixo
Joga computador durante o dia útil	%	%	%	%	%	%	%	%
Sim	64,7	65	63	66	66	63,3	76,7	52,7
Não	35,3	35	37	34	34	36,7	23,3	47,3
Joga computador ao fim de semana								
Sim	68	70	67	68	71,3	64,7	82	54
Não	32	30	33	32	28,7	35,3	18	46
Nº de horas de jogo de computador no dia útil								
Menos de 2 horas	79,9	76,9	88,9	74,2	76,8	83,2	85,2	72,2
De 2 a 4 horas	19,1	20	11,1	25,8	21,2	16,8	14,8	25,3
Mais de 4 horas	1	3,1	0	0	2	0	0	2,5
Nº de horas de jogo de computador fim de semana								
Menos de 2 horas	48,5	48,6	49,3	47,1	43	54,6	48	49,4
De 2 a 4 horas	41,2	34,3	38,8	50	43	39,2	43,9	37
Mais de 4 horas	10,3	17,1	11,9	2,9	14	6,2	8,1	13,6

Se nos centrarmos nas diferentes variáveis do estudo, constatamos que a idade parece exercer pouca influência ao nível da percentagem de utilizadores ou do tempo gasto nesta actividade, o mesmo não acontecendo com as variáveis sexo e estatuto sócio-económico. Relativamente à primeira, verificamos que os rapazes são os que mais jogam computador e durante mais tempo, quer no dia útil, quer ao fim de semana. Quanto à segunda, constatamos que a percentagem de crianças do estatuto alto que refere praticar esta actividade no dia útil e ao fim

de semana é bastante superior. No entanto, se nos centrarmos no tempo de prática, verificamos que são as do estatuto baixo que dedicam mais horas a esta actividade.

Uma constatação que nos parece relevante, tem a ver com o aumento desta actividade ao longo da última década, pois, se compararmos os dados obtidos nesta nossa investigação com os resultados apresentados por Cameira Serra (1992), Sobral (1992) e Pereira (1993),[99] verificamos que houve uma evolução considerável na utilização do computador pelas crianças nos seus jogos. Estamos, por isso, de acordo com Kumar (1997), quando diz que as novas tecnologias da informação (nas quais se inclui o uso do computador) tiveram um "boom" significativo nos últimos anos, passando a fazer parte do entretenimento das pessoas, principalmente das crianças, devido à possibilidade de acesso a um número infindável de jogos electrónicos cada vez mais atractivos.

Sabendo que o visionamento televisivo é uma das actividades importante do dia a dia de todas as crianças participantes no estudo, fomos procurar saber o tempo que lhe dedicam.

2.1.5 – Tempo dedicado ao visionamento televisivo

Os resultados expressos no quadro 9, demonstram-nos que, embora a maior percentagem de crianças veja televisão menos de duas horas durante os dias úteis, a percentagem que realiza esta actividade mais de duas horas apresenta, mesmo assim, índices elevados. Estes valores vêm demonstrar que o visionamento televisivo ocupa muito do tempo livre da criança quando está dentro de casa, estando estes valores de acordo com os encontrados por outros autores, quer em Portugal (Cameira Serra, 1992; Sobral, 1992; Pereira, 1993; Pinto, 1995; Serrano 1996), quer no estrangeiro (Piaton, 1977; Honig, 1983; Dumazedier, 1988; Balding, 1988; Cale, 1992).

QUADRO 9 – Visionamento televisivo das crianças

	Total Amostra	Idade			Sexo		Estatuto	
		8 anos	10 anos	12 anos	Masc.	Fem.	Alto	Baixo
Nº de horas de visionamento televisivo no dia útil	%	%	%	%	%	%	%	%
Menos de 2 horas	63,7	62	71	58	65,3	62	66	61,3
De 2 a 4 horas	30,3	29	24	38	30,7	30	30,7	30
Mais de 4 horas	6	9	5	4	4	8	3,3	8,7
Nº de horas de visionamento televisivo ao fim semana								
Menos de 2 horas	22,7	20	21	27	18,7	26,7	21,3	24
De 2 a 4 horas	53,7	49	53	59	60	47,3	56,7	50,7
Mais de 4 horas	23,6	31	26	14	21,3	26	22	25,3

Os resultados mostram um aumento dos valores ao fim de semana, isto é, durante este período diminui consideravelmente a percentagem de crianças que diz ver menos de duas horas, aumentando em contrapartida aquela que refere dedicar ao visionamento televisivo mais de duas horas diárias, apresentando valores também elevados o visionamento superior às quatro horas.

São vários os autores que têm procurado apresentar diferentes explicações para o facto de as crianças passarem muitas horas diárias em frente ao televisor. Santos (1993) aponta como principais responsáveis os problemas de ordem social e urbanística que assolam as cidades modernas e que levam as crianças a ter de passar mais tempo dentro de casa. Pinto (1995) diz que uma das principais razões tem a ver com a proliferação deste aparelho pela maioria dos lares, aliada à facilidade de aprendizagem no seu manuseamento, o que o torna muito acessível a todas as crianças a partir de determinada idade. Os avanços tecnológicos ao nível da indústria televisiva desempenham, na nossa opinião, também um papel fundamental no aumento do tempo passado pelas crianças em frente ao televisor, pois são produzidos cada vez mais programas dedicados a esta faixa etária, para além de aparecerem canais na televisão por cabo ou por satélite dedicados exclusivamente ao público infantil.

[99] Os autores mencionados verificaram nos seus estudos que os jogos de computador eram uma das actividades lúdicas menos referidas pelas crianças.

Os valores referentes às diferentes variáveis consideradas, mostram que no dia útil a percentagem de crianças que diz ver menos de duas horas de televisão pertence ao grupo de dez anos, enquanto que ao fim de semana essa percentagem é mais elevada no grupo de doze anos. Quanto às variáveis sexo e estatuto sócio-económico, encontramos resultados inversos, isto é, enquanto nos dias úteis são as crianças do sexo masculino e as pertencentes ao estatuto alto aquelas que vêem menos de duas horas de televisão, ao fim de semana são as do sexo feminino e as pertencentes ao estatuto baixo.

Se olharmos para a investigação relativa aos tempos de consumo diário a nível televisivo, tendo em conta as variáveis utilizadas no nosso estudo, podemos constatar que os resultados são pouco concludentes. Pinto (1995) refere que Rosengren e Windahl (1989) e Albero-Andrés (1994) verificaram nos seus estudos que existe alguma controvérsia relativamente a este tema, pois, enquanto alguns autores verificaram que as crianças do sexo feminino eram as que dedicavam mais tempo ao visionamento televisivo, outros verificaram o contrário. O autor aponta ainda que Dietz e Strasburguer (1991) afirmam que o tempo dedicado ao visionamento televisivo cresce até à entrada para a escola, tendo depois uma pequena descida, enquanto que Rosengren e Windhal (1989) sustentam que a curva cresce regularmente atingindo um pico máximo por volta dos 11-12 anos. Pinto (1995) sustenta ainda que, relativamente ao estatuto sócio-económico, os resultados obtidos são de igual forma contraditórios, sendo, por isso, difícil tirar conclusões.

Olhando para os resultados relativos às actividades desenvolvidas dentro de casa, parece-nos ser legitimo avançar, desde já, com algumas conclusões. A casa onde habita apresenta-se como um espaço onde a criança dispõe de alguma liberdade de apropriação dos lugares, desenvolvendo aí uma grande quantidade e diversidade de actividades que traduzem a sua maneira de estar e de ver o mundo, assim como as influências e a modulação externa à qual está submetida. Entre essas actividades, três parecem ocupar um lugar de destaque, por um lado,

a actividade lúdica e o visionamento televisivo, por serem aquelas às quais dedicam mais horas diárias, e por outro, o estudo/trabalhos escolares, por ser uma actividade à qual todas as crianças dedicam algum do seu tempo diário. Para além destas actividades, é também importante salientar o papel assumido por outras (a leitura, as ajudas nas tarefas domésticas...) que contribuem para completar a panóplia de actividades desenvolvidas pelas crianças quando se encontram dentro de casa.

Após a abordagem das actividades desenvolvidas dentro de casa, e sabendo que as características comportamentais das crianças nos espaços exteriores são diferentes das dos espaços interiores devido à sua menor estruturação (Wohlwill e Heft, 1987), vamos agora conhecer e evidenciar o seu comportamento nestes espaços, dando principal ênfase à actividade física aí desenvolvida.

2.2 – Actividades Fora de Casa

Um dos lugares privilegiados fora de casa e determinante nas vivências e contactos sociais das pessoas é, sem sombra de dúvida, o bairro onde se habita. Este local, enquanto "entidade" espacial e social limitada dentro da cidade e situado na escala da proximidade, permite o conhecimento do universo da quotidianeidade, tornando-se num espaço privilegiado entre a casa que se habita e o mundo mais vasto, revelando-se, por isso, como um lugar imediato de grande importância (Cordeiro, 1995). Para a criança, o bairro é normalmente identificado com a rua ou praça que se situa junto da sua residência, sendo vivenciado e apropriado de forma quase exclusivamente funcional ou lúdica (Vigneron, 1980). A cultura de rua é fundamental no processo de desenvolvimento da criança, pois favorece um conjunto de experiências decisivas nas aquisições motoras, perceptivas e sociais, combatendo o aumento progressivo do sedentarismo infantil (Guedes, 2001). Vamos então procurar conhecer a relação que a criança estabelece com este espaço físico de actividade.

2.2.1 – Relação da criança com o seu bairro

Ao indagar as crianças sobre a satisfação face aos espaços de actividade física que o bairro onde mora lhe oferece, verificamos que a maioria (74,7%) está satisfeita. Uma possível explicação para este facto fomos encontrá-la em Freid y Gleicher (1961), quando referem que a área física do bairro se apresenta com um significado importante como extensão do lugar, no qual estão delineados e se estruturam várias partes com base numa sensação de pertença, constituindo-se por isso, como uma das principais componentes que explicam muitas vezes as razões de satisfação experimentada pela maioria dos residentes.

QUADRO 10 – Relação da criança com o seu bairro (satisfação/preferências/limitações)

	Total Amostra	Idade			Sexo		Estatuto	
		8 anos	10 anos	12 anos	Masc.	Fem.	Alto	Baixo
O bairro tem espaço suficiente para desenvolver a A.F.	%	%	%	%	%	%	%	%
Sim	74,7	64	81	79	69,3	80	76,7	72,7
Não	25,3	36	19	21	30,7	20	23,3	27,3
Espaços que gostaria de ter no bairro para desenvolver a A.F.								
Espaços Verdes	53,7	66	42	53	46	61,3	58	49,3
Espaços de Aventura	55	52	66	47	56,7	53,3	54,7	55,3
Espaços Multi-desportivos	67	64	64	73	74	60	68	66
Espaços Livres Abertos	34	26	43	33	26	42	32	36
Espaços para Desp. Radicais	52,7	46	53	59	70	35,3	54	51,3
Parque Infantil	16,7	29	9	12	14	19,3	10	23,3
Jardim Público	20,3	17	22	22	12	28,7	22	18,7
Actividades que gostaria de fazer no bairro mas não pode								
Andar de Bicicleta	15	18	10	17	12,7	17,3	15,3	14,7
Jogar certos Jog. Desp. C/ Bola	51	55	50	48	52,7	49,3	51,3	50,7
Correr com os Amigos	13,3	13	17	10	10	16,7	10	16,7
Praticar Desportos Radicais	66,3	70	64	65	68,6	64	64,7	68

Olhando para os resultados sob um outro prisma, e tendo em conta as diferentes variáveis, podemos constatar que a insatisfação é mais elevada por parte das crianças mais novas (36%), das pertencentes ao sexo masculino (30,7%) e do estatuto sócio-económico baixo (27,3%). Davis e Fine-Davis (1981) vêm confirmar os nossos resultados, quando referem que os indivíduos pertencentes a um estatuto sócio-económico mais elevado, apresentam

normalmente maiores níveis de satisfação face às condições físicas que o bairro onde moram lhes oferece.

De seguida fomos questionar as crianças sobre os espaços que gostariam de ter no seu bairro para desenvolver as suas actividades físicas. Os resultados demonstram que, apesar da satisfação pelos espaços disponíveis, mesmo assim, todas elas apontam três espaços que gostariam de aí ter, sendo os mais referenciados, independentemente da idade, sexo ou estatuto sócio-económico, os espaços multi-desportivos, os espaços verdes, os espaços de aventura e os espaços para desportos radicais, enquanto que os menos referenciados são o parque infantil e o jardim público. Podemos também constatar que os espaços verdes e o parque infantil são mais valorizados pelas crianças mais novas, enquanto os espaços multi-desportivos e os espaços para desportos radicais são mais valorizados pelas crianças mais velhas. Se atendermos à diferenciação sexual, verificamos que os preferidos para a maioria dos rapazes são os espaços multi-desportivos, os espaços para desportos radicais e os espaços de aventura, enquanto que para as raparigas são os espaços verdes, os espaços multi-desportivos e os espaços de aventura. Entre os espaços menos referenciados para ambos os sexos aparecem o parque infantil e o jardim público. Os resultados permitem também verificar que há espaços mais do agrado dos rapazes que das raparigas (espaços multi-desportivos, espaços de aventura e espaços para desportos radicais) e vice versa (espaços verdes, espaços livres abertos, jardim público e parque infantil). Os resultados referentes ao estatuto sócio-económico, mostram que as crianças de estatuto alto preferem os espaços multi-desportivos, os espaços verdes, os espaços de aventura e os espaços para desportos radicais, enquanto as do estatuto baixo apontam os espaços multi-desportivos, os espaços de aventura e os espaços para desportos radicais. Podemos ainda constatar que os espaços verdes, os espaços multi-desportivos, os espaços para desportos radicais e o jardim público são mais do agrado das crianças do estatuto alto, enquanto que

os espaços de aventura, os espaços livres e abertos e o parque infantil são preferidos pelas crianças do estatuto baixo.

Sabendo que existe uma relação directa entre o espaço físico imediato envolvente à habitação e as actividades que aí podem ser desenvolvidas, procuramos saber quais as actividades que as crianças gostariam de desenvolver no seu bairro, mas que lhe estão vetadas por algum tipo de impedimento. Os resultados demonstram que a prática de desportos radicais e de alguns jogos desportivos com bola são as actividades mais referenciadas, independentemente das variáveis, enquanto que as menos referenciadas são correr com os amigos e andar de bicicleta. As constatações anteriores podem encontrar justificação no facto de os bairros das cidades, devido muitas vezes à exiguidade do espaço, estarem preparados apenas para as crianças aí desenvolverem determinado tipo de actividades que não necessitem de espaços mais amplos (como é o caso de certos jogos desportivos com bola), nem de materiais específicos necessários para a prática de determinados desportos (como é o caso dos desportos radicais). Por outro lado, quanto às actividades menos referenciadas, pode dizer-se que elas são realizáveis na maioria dos bairros, não pelo facto de estes reunirem boas condições para a sua prática, mas essencialmente por serem actividades que podem ser desenvolvidas quando o envolvimento apresenta poucas condições (quantas vezes vemos crianças andar de bicicleta na via pública ou correr com os amigos no passeio por entre os carros). A constatação anterior vem ao encontro das afirmações de alguns autores (Piaton, 1977; Neto, 1979; Serrano e Neto, 1997) quando referem que o espaço exterior que caracteriza a maioria dos bairros no meio urbano condiciona muitas das actividades das crianças.

Quando comparamos os espaços que as crianças mais gostariam de ter no seu bairro para desenvolver as suas actividades físicas, com as actividades que gostariam de praticar e não podem, depressa verificamos pontos de contacto, isto é, as crianças reflectem nas necessidades espaciais, as actividades que gostariam de praticar e que, por alguma razão, não o podem fazer. Este facto está bem

patente quando entre os espaços preferenciais aparecem referenciados os multi-desportivos e espaços verdes que permitem a prática de muitos dos jogos desportivos com bola, e também os espaços para desportos radicais que permitem a prática deste tipo de desportos, tão do agrado das crianças dos nossos dias, como refere Cunha (1999) e que lhes estão a ser vetados muitas vezes devido à falta e inadequação dos espaços.

Após uma abordagem sobre a satisfação das crianças face ao espaço disponível no seu bairro para o desenvolvimento das suas actividades físicas, de conhecermos os espaços mais desejados e actividades que gostaria de lá desenvolver e que lhes eram vetadas por algum tipo de impedimento, vamos procurar saber o tempo que dedicam diariamente à actividade lúdica e saber quem são os companheiros que participam mais directamente na prática dessa actividade.

2.2.2 – Tempo dedicado à actividade lúdica e amigos de prática

Os valores expressos no quadro 11 indicam que durante o dia útil a maior percentagem de crianças pratica actividade lúdica menos de duas horas, aumentando ao fim de semana para valores superiores às duas horas. Esta constatação pode também encontrar justificação nas limitações temporais impostas pela frequência escolar e de outras instituições extra escolares durante os dias úteis. Se nos centrarmos nos valores de actividade lúdica apresentados durante o fim de semana, podemos, mesmo assim, constatar que uma percentagem elevada de crianças dedica a esta actividade menos de duas horas, contribuindo este facto para os níveis baixos de actividade física diária referida por diferentes autores (King & Coles, 1992; Sallis, 1993; Costa, 1993; Mendoza, Sagrera & Batista, 1994; Serrano, França e Grosso, 2000). Kaplan, Sallis e Patterson (1993) afirmam que, embora as crianças sejam mais activas que os adultos, os seus níveis de actividade física são, mesmo assim, reduzidos.

QUADRO 11 – Tempo diário de actividade lúdica da criança e amigos preferenciais de prática

	Total Amostra	Idade			Sexo		Estatuto	
		8 anos	10 anos	12 anos	Masc.	Fem.	Alto	Baixo
Nº de horas passadas em Act. Lúdica no dia útil	%	%	%	%	%	%	%	%
Menos de 2 horas	78,4	78	75	82	76	80,6	83,3	73,3
De 2 a 4 horas	20,3	22	24	15	22	18,7	15,3	25,3
Mais de 4 horas	1,3	0	1	3	2	0,7	1,3	1,3
Nº de horas passadas em Act. Lúdica no fim de semana								
Menos de 2 horas	42,3	42	39	46	40,7	44	47,3	37,3
De 2 a 4 horas	45	47	44	44	45,3	44,7	42	48
Mais de 4 horas	12,7	11	17	10	14	11,3	10,7	14,7
Sexo dos amigos de prática de Actividade Lúdica								
Do Mesmo Sexo	52	55	53	48	66,7	37,3	49,3	54,7
De Sexo Oposto	3	7	0	2	0,7	5,3	5,3	0,6
De Ambos os Sexos	45	38	47	50	32,6	57,4	45,3	44,7
Idade dos amigos de prática de Actividade Lúdica								
Mais Novos	11,7	9	13	13	10,7	12,7	10,7	12,7
Da Mesma Idade	74	78	72	72	73,3	74,7	72,7	75,3
Mais Velhos	14,3	13	15	15	16	12,6	16,6	12

Os resultados referentes às diferentes variáveis, mostram que as crianças mais velhas são as que dedicam menos horas à actividade lúdica, quer no dia útil, quer ao fim de semana, o que vem confirmar os resultados obtidos por Mendoza, Sagrera & Batista (1994) que verificaram nos seus estudos um decréscimo de participação na actividade lúdica, à medida que aumentava a idade. Sallis et al. (1993) corroboram a opinião anterior dizendo que parece haver um decréscimo do tempo dedicado à actividade física, à medida que as crianças se aproximam da pré-adolescência. Relativamente ao género, verificamos que são as crianças do sexo feminino que referem dedicar menos horas à prática de actividade lúdica, quer no dia útil, quer ao fim de semana, confirmando estes resultados os obtidos por Serrano, França e Grosso (2000), que também constataram que as raparigas dedicam menos tempo a esta actividade, o que faz baixar os seus níveis de actividade física relativamente aos rapazes. Quanto ao estatuto sócio-económico, pudemos constatar que são as crianças pertencentes ao estatuto baixo aquelas que dedicam mais horas à actividade lúdica (25,3% referem praticar de duas a quatro horas, enquanto que no estatuto alto apenas 15,3% refere fazê-lo). Relativamente

a esta variável, os diferentes estudos têm revelado, por vezes, conclusões contraditórias, pois, enquanto Gotlieb e Chen (1985) verificaram que eram as crianças do estatuto mais elevado aquelas que apresentavam níveis de actividade física também mais elevados, Aaron et al. (1993) verificaram que o número de horas dedicado a esta actividade durante os tempos livres aumentava à medida que se sobe no estatuto sócio-económico para as raparigas, enquanto que para os rapazes não foi encontrado qualquer tipo de relação. Por outro lado, Serrano, Santos e Lopes (2000) verificaram que nos dias úteis eram as crianças do estatuto alto aquelas que dedicavam mais horas à actividade lúdica, invertendo-se os resultados ao fim de semana.

Para além do tempo que as crianças dedicam à actividade lúdica nos tempos livres durante as suas rotinas de vida diária, fomos também procurar conhecer quem são os amigos preferenciais de prática.

Os resultados demonstram claramente que há uma preferência pelos amigos da mesma idade e pertencentes ao mesmo sexo ou a ambos os sexos. Podemos também constatar que, à medida que se avança na idade, decresce a percentagem de crianças que prefere desenvolver este tipo de actividades com parceiros do mesmo sexo, aumentando as que preferem fazê-lo com parceiros de ambos os sexos. Por outro lado, são as crianças mais novas que preferem desenvolver este tipo de actividades com crianças da mesma idade e também de sexo oposto. Relativamente ao género, a maior percentagem de rapazes prefere desenvolver actividades lúdicas com parceiros do mesmo sexo, enquanto que a maior percentagem de raparigas prefere fazê-lo com amigos de ambos os sexos. A percentagem de rapazes que prefere brincar com parceiros mais velhos é mais elevada, assim como também é mais elevada a percentagem de raparigas que prefere desenvolver este tipo de actividades com membros do sexo oposto. Os resultados referentes ao estatuto sócio-económico, demonstram que as crianças do estatuto alto preferem em maior percentagem desenvolver actividades lúdicas com parceiros de ambos os sexos ou do sexo oposto. Contrariamente, são as

pertencentes ao estatuto alto as que referem em maior percentagem preferir desenvolver este tipo de actividades com amigos mais velhos.

As constatações anteriores encontram reflexo nos resultados obtidos por Serrano (1996), quando verificou que as crianças procuram como amigos de brincadeira as da mesma idade e do mesmo sexo ou de ambos os sexos. Na busca de possíveis respostas para as constatações anteriores, alguns autores (Parten, 1933; Vandenplas-Holper, 1983; Pomar e Neto, 1997) referem que as crianças têm maior apetência pelas actividades com parceiros da mesma idade e do mesmo sexo, porque se associam a eles mais facilmente, por terem interesses semelhantes e também por ser mais fácil encontrarem brincadeiras comuns, uma vez que a partir dos 5/6 anos constituíram já estereótipos ligados à masculinidade ou feminilidade, procurando dessa forma adoptar comportamentos compatíveis com a sua identidade sexual. Fagot (1974) acrescenta que outra das possíveis razões tem a ver com o facto de a constituição de pares da mesma idade e do mesmo sexo ser reforçada desde a pré-escola, por educadores, e mais tarde na escola por professores. Relativamente à frequência elevada de preferência por membros de ambos os sexos na prática de actividades lúdicas, não encontramos na literatura nenhuma causa explicativa, no entanto, pensamos que poderá ter a ver com o facto de, hoje em dia, a rua como espaço potencial de actividades estar progressivamente a desaparecer da cultura lúdico infantil, como referem Serrano e Neto (1997) e Guedes (2001), o que faz com que o número de crianças que aí brinca diminua, levando muitas vezes à necessidade de associação entre crianças de sexos diferentes para o desenvolvimento de certos jogos ou actividades que, sem essas associações, lhes estariam vetadas. Relativamente ao facto de os resultados evidenciarem um aumento da preferência por parceiros de ambos os sexos à medida que se avança na idade, uma possível explicação é apontada por Herkowitz (1980) e Gomes, Queirós & Santana (1995), quando dizem que a estereotipia do género em relação às actividades lúdico-motoras parece diminuir com a idade, começando as crianças a evidenciar um interesse comum. Martin

(1989) reforça esta ideia, afirmando que, a partir de certa idade, os rapazes e as raparigas começam a reconhecer que poderão manifestar comportamentos similares e envolver-se em actividades de interesse mútuo. Quanto a uma possível justificação para o facto de a maior percentagem de rapazes preferir desenvolver actividades lúdicas preferencialmente com parceiros do mesmo sexo, enquanto que as raparigas dizem preferir fazê-lo com amigos de ambos os sexos, fomos encontrá-la em Fein (1975) quando diz que até por volta dos 10 anos os rapazes raramente preferem actividades associadas ao sexo feminino, e Almqvist (1989) que acrescenta que as raparigas aderem e adaptam-se com maior facilidade às brincadeiras dos rapazes, revelando uma maior flexibilidade.

Concordando com Neto (1995) que diz que o jogo se apresenta nos hábitos de actividade da criança como um elemento de excelência, tornando-se por isso determinante no quadro da investigação no âmbito da actividade física, vamos de seguida procurar conhecer os tipos de jogos mais praticados pelas crianças quando brincam na rua com os companheiros. A grande quantidade e diversidade de jogos apontados (anexo 7) fez com que optássemos também aqui por apresentar apenas aqueles que obtêm uma percentagem acima dos 10% em pelo menos uma das variáveis consideradas no estudo.

2.2.3 – Jogos preferidos das crianças

Pela análise do quadro 12, podemos constatar que os jogos preferidos das crianças fora de casa são as escondidas, as apanhadas e o futebol. Verificamos também que os jogos das escondidas, apanhadas, corridas e jogos com bolas[100] são preferidos pelas crianças mais novas, enquanto que o futebol, saltar à corda e o jogo do elástico são mais referenciados pelas crianças mais velhas. Uma outra constatação a salientar prende-se com o facto de haver jogos que regridem em

[100] - Foram considerados na categoria de jogos com bolas todos aqueles que usavam estes objectos como referência de jogo e que não se enquadravam dentro dos jogos conhecidos com nomenclaturas próprias. Foram considerados nesta categoria por exemplo jogos como atirar a bola ao ar, brincar com bolas...

termos de preferência com a idade (apanhadas, corridas e jogos com bola), enquanto outros (Futebol, jogo do elástico) aumentam. Um outro dado curioso é o facto do jogo do elástico ser mencionado apenas a partir dos 10 anos.

QUADRO 12 – Jogos preferidos da criança fora de casa com os amigos

	Total Amostra	Idade			Sexo		Estatuto	
		8 anos	10 anos	12 anos	Masc.	Fem.	Alto	Baixo
Jogos	%	%	%	%	%	%	%	%
Escondidas	55,7	59	54	54	50	61,3	51,3	60
Apanhadas	54,3	63	54	46	48,7	60	52,7	56
Futebol	51,7	42	50	63	85,3	18	53,3	50
Bicicleta	33,7	23	44	34	40	27,3	44,7	23,3
Corridas	19,7	27	21	11	20,7	18,7	18	21,3
Jogos com bolas	11,3	20	10	4	---	22,7	10	12,7
Saltar à corda	11	8	6	19	---	22	10	12
Jogo do elástico	9,3	---	12	16	---	18,7	9,3	9,3

A diferenciação por sexos mostra-nos que o futebol é nitidamente um jogo preferido pelas crianças do sexo masculino, assim como o andar de bicicleta e as corridas. Contrariamente, as escondidas e as apanhadas são mais do agrado do sexo feminino. Um aspecto que se pode destacar tem a ver com o facto de haver jogos (saltar à corda, jogos com bolas e jogo do elástico) que são apenas referenciados pelas raparigas.

Quanto ao estatuto sócio-económico, constatamos que à excepção do andar de bicicleta e do futebol (mais do agrado das crianças do estatuto alto) e do jogo do elástico (obtém o mesmo valor em ambos os estatutos), todos os outros jogos são mais apontados pelas crianças pertencentes ao estatuto baixo, embora com diferenças reduzidas.

A análise dos resultados obtidos anteriormente merece algumas reflexões. Em primeiro lugar, pudemos constatar que a maioria dos jogos pressupõe níveis elevados de actividade motora (contrariamente aos jogos praticados dentro de casa). Este facto foi também já constatado por outros autores (Cameira Serra, 1992; Pereira, 1993 e Serrano, 1996), o que vem dar razão a Johnson et al. (s.d) quando refere que o tipo de jogos das crianças difere do espaço interior para o

espaço exterior, permitindo estes últimos maiores índices de actividade física. Um facto a salientar, tem a ver com a importância que foi atribuída aos jogos de actividade física com significado bio-ecológico, onde acções como perseguir/ser perseguido, agarrar/ser agarrado, esconder-se/ser encontrado (...), se revestem de grande importância no desenvolvimento das crianças no final da infância e princípios da adolescência, como refere Neto (2001).

Ao debruçarmo-nos sobre as diferentes variáveis, podemos constatar que a idade e o sexo parecem ter uma influência importante sobre o comportamento lúdico das crianças, como refere Johnson (1987). Os resultados parecem demonstrar que, à medida que as crianças vão crescendo, aumentam as preferências por determinado tipo de jogos em detrimento de outros, e que há jogos que apenas são referidos a partir de certa idade. Quanto à variável sexo, constatamos que existe uma tendência de estereótipo para determinado tipo de jogos, sendo o futebol predominantemente masculino e o jogo do elástico, o saltar à corda e os jogos com bola predominantemente femininos, como constataram também Pomar e Neto (1997). Segundo estes autores, o contacto físico, o dispêndio energético, a coordenação motora e influências de modelos culturais constituem-se como variáveis fundamentais no tipo de jogos predominantes em cada um dos sexos. Malpique (1995) acrescenta que os jogos desenvolvidos pelos rapazes fora de casa são normalmente mais movimentados e de maior desgaste físico. Os resultados referentes à preferência pelos jogos tendo em conta o estatuto sócio-económico, é ilustrativa de que, quando na actividade lúdica das crianças não se incluem materiais ou objectos de custos elevados, não se verificam grandes diferenças. Pelo contrário, quando para se jogar se recorrem a este tipo de objectos ou materiais, aí sim começa a notar-se a influência das capacidades financeiras das famílias, podendo traduzir-se esse facto na preferência por determinados jogos como é o caso do andar de bicicleta pelas crianças pertencentes ao estatuto alto.

Para além das actividades que as crianças desenvolvem com os amigos na rua ou no bairro, fomos também investigar a prática desportiva no clube, procurando saber, para além das modalidades praticadas, o tempo que lhes é dedicada semanalmente.

2.2.4 – Actividade desportiva da criança no clube (tipo e tempo de actividade)

Os resultados da prática desportiva das crianças no clube demonstram uma percentagem baixa de praticantes independentemente da idade, do sexo ou estatuto sócio-económico, uma vez que a grande maioria (75,7%) não pratica qualquer modalidade. Os valores revelam que as crianças mais novas são as que apresentam níveis de prática mais baixos, assim como as pertencentes ao sexo feminino. Relativamente ao estatuto sócio-económico, as diferenças ao nível da prática são mínimas, o que demonstra uma influência baixa por parte desta variável relativamente à prática desportiva num clube.

No que concerne às modalidades praticadas, podemos constatar que a variabilidade é baixa, uma vez que apenas são apontadas sete modalidades diferentes do total das praticadas. O futebol é nitidamente a modalidade mais praticada, seguido da natação.

Os resultados referentes às variáveis do estudo, demonstram que o futebol é a modalidade mais praticada em todas as idades, apresentando a natação também uma percentagem elevada por parte das crianças de 8 e 10 anos, mas, em contrapartida, não é praticada por nenhuma de 12 anos. Podemos também verificar que o atletismo, a ginástica e o ténis são apenas praticadas pelas crianças de 10 e 12 anos, e o andebol e a natação pelas crianças de 8 e 10 anos. Um caso curioso tem a ver com a modalidade de "karaté", que é praticada apenas por crianças mais novas, do sexo masculino e pertencentes ao estatuto alto.

QUADRO 13 – Prática desportiva da criança no clube (actividade praticada e tempo de prática)

	Total Amostra	Idade			Sexo		Estatuto	
		8 anos	10 anos	12 anos	Masc.	Fem.	Alto	Baixo
Prática desportiva no clube	%	%	%	%	%	%	%	%
Sim	24,3	18	29	26	29,3	19,3	24	24,7
Não	75,7	82	71	74	70,7	80,7	76	75,3
Modalidades praticadas no clube								
Futebol	52,2	61	37,9	57,7	79,5	6,9	44,4	56,8
Andebol	3	5,6	3,4	0	4,5	0	5,6	0
Basquetebol	0	0	0	0	0	0	0	0
Voleibol	0	0	0	0	0	0	0	0
Canoagem	0	0	0	0	0	0	0	0
Patinagem	0	0	0	0	0	0	0	0
Rapel/Slide	0	0	0	0	0	0	0	0
Escalada	0	0	0	0	0	0	0	0
Atletismo	4,9	0	6,9	7,7	2,3	10,3	0	10,8
Ginástica	9,7	0	13,8	15,4	2,3	24,2	13,9	8,1
Natação	19,6	27,8	31,1	0	2,3	44,8	25	13,5
Ténis	8,7	0	6,9	19,2	6,8	13,8	8,3	10,8
Judo	0	0	0	0	0	0	0	0
Karaté	1,9	5,6	0	0	2,3	0	2,8	0
Boxe	0	0	0	0	0	0	0	0
Número de dias de prática semanal								
Uma Vez	7,3	0	10,3	11,5	2,3	17,2	11,1	5,4
Duas Vezes	92,7	100	89,7	88,5	97,7	82,8	88,9	94,6
Três Vezes	0	0	0	0	0	0	0	0
Mais de três Vezes	0	0	0	0	0	0	0	0
Horas de prática em cada dia								
Uma Hora	61,4	94,4	89,7	0	56,8	62	63,9	54,1
Duas Horas	38,6	5,6	10,3	100	43,2	38	36,1	45,9
Três Horas	0	0	0	0	0	0	0	0
Mais de Três Horas	0	0	0	0	0	0	0	0

Relativamente à diferenciação sexual, constatamos que a modalidade futebol é nitidamente a mais praticada pelos rapazes, enquanto que nas raparigas aparece em primeiro lugar a natação seguida pela ginástica. As modalidades andebol e karaté são apenas praticadas por elementos do sexo masculino, e o atletismo, a ginástica, a natação e o ténis são mais praticadas por elementos do sexo feminino. Quanto ao estatuto sócio-económico, o futebol continua a ser a modalidade mais praticada por ambos os estatutos. O andebol e o karaté são modalidades praticadas apenas por crianças do estatuto alto e o atletismo é praticado apenas por crianças do estatuto baixo. Finalmente, as modalidades que

são praticadas em maior percentagem pelas crianças do estatuto alto são a ginástica e a natação, enquanto que o futebol e o ténis são praticadas em maior percentagem por crianças do estatuto baixo.

O tempo de prática semanal, apresenta valores reduzidos, uma vez que a totalidade das crianças praticam como máximo duas vezes por semana e uma ou duas horas de cada vez, o que se reflecte num máximo de quatro horas semanais de prática. Se nos centrarmos nos resultados, tendo em conta as diferentes variáveis, podemos constatar que a maioria das crianças refere praticar duas vezes por semana, mas apenas uma hora de cada vez, excepto as crianças de 12 anos que dizem praticar duas horas de cada vez.

Após análise dos resultados, pudemos concluir que os valores da prática desportiva evidenciados no nosso estudo se enquadram dentro dos parâmetros encontrados por outros autores, quer em Portugal (Pereira, 1993; Costa, 1993 e 1997; Serrano, 1996; Gomes, 1997; Serrano, Ferreira, Lourenço e Correia, 1999; Matos, Simões, Canha e Fonseca, 2000; Serrano, Santos e Lopes, 2000), quer no estrangeiro (King & Coles, 1992; Sallis, 1993; Torres, 1995; Fernandez e Solá, 1998; Tercedor, 1999), apontando, também eles, níveis baixos de prática desportiva por parte das crianças num clube. No que respeita à diferenciação por sexos, confirmam-se também os resultados obtidos por outros autores (Sobral, 1992; Sallis, 1993; Costa, 1993; Fernandez e Solá, 1998; Tercedor, 1999, Póvoas 2000; Serrano, França e Grosso, 2000), encontrando todos eles níveis de prática mais reduzidos por parte das crianças e jovens do sexo feminino. Quanto à variável idade, encontramos resultados divergentes, pois, enquanto King & Coles (1992) e Fernandez e Solá (1998) apontam para uma diminuição de participação na prática desportiva à medida que aumenta a idade, o mesmo não se verificou no nosso estudo, uma vez que se deu um aumento dos oito para os dez anos, muito embora depois decrescesse de novo para os doze anos. Pensamos que a explicação para esta controvérsia a nível dos resultados obtidos pode dever-se ao facto de os estudos mencionados terem sido desenvolvidos com indivíduos de

idades superiores às nossas, o que faz com que a participação desportiva sofra um retrocesso especialmente a partir do início da adolescência, com maior incidência nas raparigas como, referem Sallis et al. (1993). Quanto ao estatuto sócio-económico, embora haja autores que nos seus estudos verificaram que as crianças de estatutos mais altos praticam mais actividade desportiva num clube (Gaya e Torres, 1998; Serrano Santos e Lopes, 2000), esse facto não se verificou no nosso estudo, uma vez que encontramos apenas diferenças mínimas.

Fazendo uma análise às diferentes modalidades, constatamos que, também noutros estudos o futebol era a mais praticada pelos rapazes e a ginástica pelas raparigas (Costa, 1997; Neves, 1999; Tercedor, 1999; Matos, Simões, Canha e Fonseca, 2000; Serrano França e Grosso, 2000) o que, de alguma forma está de acordo com os resultados por nós obtidos. A natação é uma modalidade pouco apontada pelos diferentes autores que, no nosso caso, merece ser salientada pelas percentagens obtidas, principalmente no grupo das raparigas, uma vez que é a actividade desportiva mais praticada.

Relativamente ao tempo dedicado à prática desportiva num clube, os resultados por nós obtidos enquadram-se naqueles que foram obtidos na maioria dos estudos (Costa, 1993, 1997; Gomes 1997; Serrano, Ferreira, Lourenço e Correia, 1999) que encontraram uma prática semanal inferior a três vezes por semana, correspondendo cada sessão a um máximo de duas horas, o que reflecte, de igual, modo níveis baixos de prática semanal.

Ao estudar-se a prática física e desportiva das crianças, pensamos que seria uma grande lacuna se não nos debruçasse-mos sobre um conjunto de variáveis tão importantes como são a influência, as motivações e os entraves ou condicionantes que as crianças enfrentam na sua prática física diária. Estas variáveis têm-se assumido nos últimos tempos como uma área de estudo importante, congregando um grande interesse por parte de muitos investigadores de diferentes quadrantes, sendo consubstanciado este esforço, na publicação e divulgação de alguns trabalhos em diferentes países (Mota e Silva, 1998;

Fonseca et al., 1998). Vamos de seguida procurar conhecer as influências sociais e as principais motivações que impelem a criança a praticar actividade física e desportiva na rua ou no clube, assim como saber quais são as principais limitações ou entraves que se podem constituir face a essa mesma prática.

2.2.5 – Influências, motivações e limitações à prática de Act. Fís. na rua ou clube

Os resultados expressos no quadro 14 mostram-nos que os amigos do bairro ou da escola e os professores ou treinadores são os que mais influenciam a prática de actividade física das crianças na rua ou no clube, enquanto que o menor grau de influência é exercido pelos pais e outros familiares adultos.

Centrando-nos em cada uma das variáveis isoladamente, constatamos que a influência para a prática por parte dos amigos do bairro ou da escola se vai esbatendo à medida que aumenta a idade, enquanto que vai aumentando a influência exercida pelos professores ou treinadores do clube (embora se verifique um ligeiro decréscimo dos dez para os doze anos), e também pelos ídolos desportivos (com um ligeiro decréscimo dos oito para os dez anos). Um outro dado que nos merece destaque tem a ver com o facto de a influência exercida pelos pais ser mais elevada junto das crianças mais novas. Se nos centrarmos na diferenciação sexual, verificamos que quem mais influência exerce junto dos rapazes, para além dos amigos, são os ídolos desportivos e os professores ou treinadores, enquanto que nas raparigas, para além dos amigos, são também os professores ou treinadores e os irmãos ou familiares crianças. Relativamente às diferenças, podemos verificar-se que os irmãos ou familiares crianças exercem uma maior influência sobre as raparigas que sobre os rapazes, enquanto que os pais e outros familiares adultos, os professores ou treinador do clube e os ídolos desportivos exercem maior influência sobre os rapazes que sobre as raparigas (especialmente estes últimos). Olhando para a variável estatuto sócio-económico, verificamos que, para além dos amigos do bairro ou da escola,

as maiores influências em ambos os estatutos é exercida pelos professores ou treinador do clube e ídolos desportivos. Podemos ainda constatar que todas as categorias exercem uma influência superior sobre as crianças do estatuto baixo.

QUADRO 14 – Influências, motivações e limitações à prática de Act. Fís das crianças na rua ou clube

	Total Amostra	Idade			Sexo		Estatuto	
		8 anos	10 anos	12 anos	Masc.	Fem.	Alto	Baixo
Influências para a prática	%	%	%	%	%	%	%	%
Amigos do bairro ou da escola	57,7	75	50	48	57,3	58	49,3	66
Irmãos/familiares crianças	33,7	35	33	33	31,3	36	32	35,3
Pais e outros familiares adultos	18,7	28	12	16	20	17,3	18	19,3
Ídolos desportivos	37,3	32	31	49	54	20,7	32,7	42
Professores ou treinador do clube	44,7	42	47	45	47,4	42	39,3	50
Motivações para a prática								
Agradável, relaxante ajuda a dormir	70	74	66	70	68	72	64,7	75,3
Melhoria da forma física	87,7	81	88	94	96	79,3	85,3	90
Ajuda as aprendizagens escolares	44,7	38	42	54	44,7	44,7	37,3	52
Importância para a saúde	90,3	92	91	88	89,3	91,3	85,3	95,3
Permite arranjar mais amigos	63,7	70	49	72	70	57,3	60,7	66,7
Entraves e condicionantes à prática								
Falta de tempo	68,3	66	69	70	70,7	66	66	70,7
Proibição pelos pais	36,3	55	28	26	38	34,7	31,3	41,3
Espaços inadequados	42,3	45	36	46	45,3	39,3	36,7	48
Falta de companheiros	18	22	16	16	17,3	18,7	16,7	19,3
Falta de gosto pela prática	3	5	4	0	4	2	3,3	2,7

Relativamente às motivações ou razões que levam à prática, é atribuída uma importância elevada a todas as categorias, uma vez que todas elas (exceptuando a importância para as aprendizagens escolares) são apontadas pela maioria das crianças. Mesmo assim, podemos destacar como as mais valorizadas, a importância que exerce sobre a saúde e sobre a forma física, e menos valorizada a influência exercida sobre as aprendizagens escolares. Se nos centrarmos em cada uma das variáveis isoladamente, verificamos que a melhoria da forma física e a ajuda nas tarefas escolares são mais valorizadas à medida que se avança na idade, enquanto que há um decréscimo na importância atribuída a aspectos ligados com a saúde. Os rapazes valorizam mais a melhoria da forma física e o facto de permitir arranjar mais amigos, enquanto que as raparigas valorizam mais

os aspectos relacionados com a saúde e o descanso. Na variável estatuto sócio-económico todas as categorias são mais valorizadas pelas crianças do estatuto baixo, encontrando-se as maiores diferenças ao nível da saúde, aprendizagens escolares e descanso.

Os entraves e condicionantes à prática das crianças no seu dia a dia foi também motivo de estudo, tendo os resultados demonstrado que as categorias que obtêm valores mais elevados são a falta de tempo, a inadequação dos espaços e também a proibição imposta pelos pais. Contrariamente, as menos valorizadas são a falta de gosto pela prática e a falta de companheiros. Centrando-nos em cada uma das variáveis isoladamente, podemos verificar que, enquanto a falta de tempo aumenta com a idade, a proibição pelos pais, a falta de companheiros e a falta de gosto pela prática diminuem. Os resultados referentes à diferenciação sexual demonstram que, exceptuando a falta de companheiros, todas as outras categorias obtêm resultados superiores por parte dos rapazes, embora pouco acentuados. Quanto à variável estatuto sócio-económico, exceptuando a categoria falta de gosto pela prática, todas as outras, são mais valorizadas pelas crianças pertencentes ao estatuto baixo, com diferenças mais acentuadas nas categorias inadequação dos espaços e proibição dos pais.

Reflectindo sobre os resultados apresentados, e tendo em conta a literatura sobre esta matéria, podemos apresentar alguns dados interessantes. Assim, e relativamente às influências para a prática física e desportiva das crianças, comparando os resultados obtidos no nosso estudo com os de outros autores (Duarte, 1991; Costa, 1993; Shigunov et al., 1998; Neves, 1999), podemos constatar que, se em relação à influência exercida pelos amigos parece não haver diferenças, o mesmo já não se pode dizer relativamente aos pais e outros familiares adultos, uma vez que em todos os estudos esta categoria foi bastante valorizada, contrariamente aos resultados por nós obtidos. Uma possível explicação para esta contradição poderá residir no facto de, na maioria desses estudos, os autores apenas se terem referido à influência exercida pelos pais

sobre a prática desportiva no clube[101], enquanto nós, para além da prática desportiva no clube, também nos centramos nas actividades praticadas na rua, o que pode ter influenciado os resultados. Por outro lado, uma possível justificação para se verificar uma maior influência dos pais junto das crianças mais novas, poderá ter a ver com a liberdade que lhes é concedida para desenvolverem actividades fora de casa (como vimos anteriormente as crianças mais velhas têm maior liberdade para jogar no exterior com os amigos), sendo este facto, já por si, um factor influente na prática de actividade física das crianças na rua. Um outro dado a salientar tem a ver com o aumento da influência exercida pelos professores ou treinadores e ídolos desportivos junto das crianças mais velhas e nas do sexo masculino. Uma possível justificação poderá ter a ver com o facto de elas se encontrarem em dois ciclos diferentes em termos de escolaridade, isto é, as crianças mais novas encontram-se no 1º Ciclo de Ensino Básico (onde muitas vezes não têm professor de educação física) e as crianças mais velhas no 2º Ciclo de Ensino Básico onde frequentam a disciplina de Educação Física, tendo, muitas delas, um primeiro contacto com alguns desportos colectivos e com um professor especialista pelo qual nutrem muitas das vezes grande admiração, como se pode constatar no estudo desenvolvido por Shigunov et al. (1998) que verificaram que o professor de educação física é, para além dos colegas, uma das personagens que maior influência exerce para a prática de actividade física das crianças no seu dia a dia. Por outro lado, as crianças a partir de certa idade começam a ter uma maior apetência pela prática e interesse pelos jogos desportivos colectivos tão difundidos nos meios de comunicação social (com lugar de destaque para o futebol) e pelas empresas promotoras de diferentes marcas ligadas ao mundo do desporto, o que faz com que se identifiquem com determinados ídolos desportivos. Quanto à maior influência exercida pelos professores ou treinadores

[101] Diferentes autores referem que os pais exercem grande influência sobre a prática desportiva das crianças no clube não só em termos verbais, mas também e, essencialmente, no apoio que lhes dão para poder desenvolver essa actividade (compra de material desportivo, transporte para os locais de prática...) (Sallis e col., 1992)

e pelos ídolos desportivos junto dos rapazes, uma das razões explicativas poderá ter a ver com os interesses inerentes ao sexo pela prática de determinados jogos (Smith, 1977), e também por serem os rapazes aqueles que mais praticam actividade desportiva num clube (como pudemos observar anteriormente), assumindo, por isso, os seus treinadores e ídolos desportivos um papel mais importante que sobre as raparigas. Serrano, França e Grosso (2000) no seu estudo, verificaram de igual modo que os ídolos desportivos detinham um papel mais importante junto dos rapazes. Quanto ao facto de os pais e outros familiares adultos exercerem também mais influência sobre os rapazes vem confirmar as palavras de Sallis e col. (1992), quando dizem que a influência por parte dos pais junto das crianças do sexo masculino encontra suporte nos incentivos e encorajamento que lhes é proporcionado para que pratiquem actividade física ou desportiva. Pessanha (1995) acrescenta que, logo a partir da primeira infância, os pais e outros familiares adoptam um tipo de comportamento diferenciado face às actividades das crianças de acordo com o seu sexo, proporcionando um maior envolvimento físico-motor aos filhos do sexo masculino.

Relativamente às motivações ou razões que levam à prática de actividade física, constatamos que foi atribuído um grau elevado a todas as categorias do estudo, o que demonstra que para as crianças é importante praticar actividade física, não só para melhorar a sua forma física mas também por questões relacionadas com a saúde, com a socialização, com a escola e também por ser uma actividade ligada ao seu bem estar. Ao comparar-mos os resultados obtidos com a maioria dos estudos desenvolvidos sobre esta matéria (Serpa, 1992; Costa, 1993; Pereira e Raposo, 1998; Fonseca et al., 1998; Neves, 1999; Serrano, França e Grosso, 2000), verificamos que também em todos eles a melhoria da condição física foi uma das razões mais valorizadas. Por outro lado, enquanto que o relacionamento com a saúde foi um aspecto muito valorizado no nosso estudo, apenas encontramos referência na investigação desenvolvida por Pereira e Raposo (1998) e Serrano, França e Grosso (2000), tendo também estes autores

verificado que esta categoria se apresenta como um dos factores fundamentais que leva as crianças a praticar actividade física. Para além dos factores mencionados no nosso estudo, são também apontados como motivos importantes para a prática física e desportiva das crianças e jovens a melhoria da técnica (Gould, Feltz & Weiss, 1985; Serpa, 1992; Pereira e Raposo, 1998; Fonseca et al., 1998), a socialização com outras crianças e jovens (Gill, Gross & Huddleston, 1983; Gould, Feltz & Weiss, 1985; Serpa, 1992; Pereira e Raposo, 1998), o divertimento e convívio com os amigos (Gill, Gross & Huddleston, 1983; Costa, 1993; Pereira e Raposo, 1998), e também o desafio que proporciona (Gill, Gross & Huddleston, 1983). Quanto às motivações ou razões menos valorizados para a prática de actividade física, verificamos que, apenas no nosso estudo, foram relacionadas com as aprendizagens escolares. Outros autores encontraram, como motivações menos importantes para a prática, a valorização e o reconhecimento pessoal externo que essa prática lhes pode proporcionar (Gill, Gross & Huddleston, 1983; Gould, Feltz & Weiss, 1985; Serpa, 1992; Pereira e Raposo, 1998; Fonseca et al., 1998), o divertimento, prazer e emoções (Fonseca et al., 1998) e ainda o pretexto para sair de casa e descarregar energias (Pereira e Raposo, 1998). Pudemos também constatar que, com o aumento da idade, aumenta também a importância atribuída à melhoria da condição física (com maior incidência no sexo masculino). Fonseca et al. (1998) e Pereira e Raposo (1998) apontam uma possível justificação dizendo que as crianças mais velhas e principalmente os rapazes atribuem uma maior importância à melhoria da condição física por valorizarem mais a competição, e quererem estar cada vez mais aptos para desempenhar um bom papel na modalidade praticada.

Relativamente aos entraves e condicionantes que as crianças encontram relativamente à sua prática física diária na rua ou no clube, são apontados como mais relevantes a falta de tempo e a inadequação dos espaços pelas crianças mais velhas e também a proibição por parte dos pais pelas mais novas. Os nossos resultados estão de acordo com os obtidos por Pereira e Raposo (1998) e por

Serrano, França e Grosso (2000), pois também estes autores encontraram como entraves mais importantes à prática, a falta de tempo, a inadequação das instalações desportivas e ainda a falta de apoios. Quanto à proibição exercida pelos pais junto das crianças mais novas, diferentes estudos (Malpique, 1995; Serrano, 1996; Neto, 1997; Arez, 1998; Serra y Viguer, 1998) têm demonstrado, que a liberdade que é concedida às crianças na sua actividade lúdica e trajectos diários fora de casa aumenta com a idade, tendo as crianças mais velhas uma maior liberdade de exploração espacial. Os resultados evidenciam ainda que não é pela falta de gosto pela prática que os jovens não praticam actividade física na rua ou no clube, mas sim devido a outro tipo de impedimentos. Os nossos resultados vêm confirmar as conclusões obtidas por Cale (1992) e Dumazedier (1988), quando verificaram que os momentos mais agradáveis do dia das crianças e dos jovens era o tempo dedicado à actividade desportiva voluntária e às actividades desenvolvidas na rua com os colegas. Um dado que também nos parece ser relevante prende-se com o aumento da falta de tempo com a idade, o que reflecte uma maior ocupação por parte das crianças mais velhas. Esta constatação vem confirmar os resultados evidenciados anteriormente, quando perguntamos às crianças o tempo que dedicavam diariamente à actividade lúdica, tendo também aí verificado que eram as crianças mais velhas as que referiram dedicar menos horas a esta actividade, quer no dia útil, quer ao fim de semana, encontrando reflexo nas palavras de Sallis e Faucette (1992) quando afirmam que o decréscimo do tempo dedicado à actividade física à medida que aumenta a idade das crianças se deve essencialmente à quantidade de actividades curriculares e extra-curriculares que desenvolvem no seu dia a dia. Um outro dado que nos merece reflexão tem a ver com o facto de a maioria das crianças considerar a inadequação dos espaços como um dos principais entraves ou condicionantes para a sua prática de actividade física na rua ou no clube. Este dado não é novo, uma vez que são vários os autores (Neto, 1979; Oliveira, 1985; Serrano e Neto, 1997; Guedes, 2001) que têm chamado a atenção para este facto,

referindo que a falta de uma planificação adequada quanto à quantidade e qualidade dos espaços de jogo no meio urbano estão a limitar a criança no acesso a determinadas experiências corporais. No que diz respeito ao grupo de crianças que fizeram parte da nossa amostra, podemos constatar que a sua insatisfação ao nível dos espaços se prende mais com a qualidade do que propriamente com a quantidade, uma vez que, quando questionadas sobre a sua satisfação face à quantidade de espaços disponíveis no seu bairro para desenvolver as actividades físicas (questão 2.2.1), a maioria considerou-se satisfeita, tendo, no entanto, demonstrado logo aí a preferência por determinados espaços que lhe permitissem desenvolver algumas actividades que lhe estavam vetadas por inadequação desses mesmos espaços. Quanto à maior insatisfação relativamente à qualidade dos espaços por parte das crianças pertencentes ao estatuto baixo não encontramos explicações na literatura, tal, poderá dever-se ao facto dos recursos económicos condicionarem as famílias a residir em bairros mais desfavorecidos, onde muitas vezes existe uma maior quantidade de espaço, mas de menor qualidade. No que respeita às restrições impostas pelos pais, os dados parecem ser contraditórios, pois tanto Malina (1980b) como Serra y Viguer (1998) obtiveram resultados que indicam que as crianças pertencentes a estatutos sócio-económicos mais baixos têm maior liberdade no acesso a determinados espaços e lugares, contrariando os resultados por nós obtidos.

Após uma análise pormenorizada dos resultados sobre a actividade física e desportiva fora de casa, podemos tirar algumas conclusões gerais. A satisfação face aos espaços disponíveis no bairro por parte das crianças é elevada. No entanto, demonstram alguma insatisfação face à sua qualidade, uma vez que gostariam de ter mais espaços multi-desportivos, espaços verdes, espaços de aventura e espaços para desportos radicais, o que limita principalmente a prática de alguns jogos desportivos com bola e de desportos radicais. A actividade lúdica é praticada preferencialmente com amigos da mesma idade e do mesmo sexo ou de ambos os sexos e apresenta valores baixos em termos temporais,

principalmente durante o dia útil. Este tipo de actividade, assume um valor importante na actividade física praticada diariamente, sendo as escondidas, as apanhadas e o futebol os jogos preferidos das crianças. A prática desportiva num clube é baixa, quer em temos do número de praticantes, quer em termos do tempo que lhe é dedicado, assumindo a modalidade "futebol" um lugar de destaque. Os amigos do bairro ou da escola são quem mais influência exerce sobre a prática de actividade física, enquanto que os factores que mais motivam essa prática estão relacionados fundamentalmente com a saúde e com a manutenção da forma física. Quanto aos entraves e condicionantes à prática, são apontados, especialmente, a falta de tempo, a inadequação dos espaços e a proibição exercida pelos pais.

Para além da actividade física das crianças, vamos de seguida conhecer o que se passa relativamente à sua independência de mobilidade no meio urbano.

3 – A independência de mobilidade das crianças

A conquista progressiva de autonomia na infância permite desenvolver a capacidade de relacionamento com todo um conjunto de estruturas físicas e sociais. À medida que a criança se desenvolve, o seu espaço alarga-se, evoluindo desde o espaço primário (constituído pela casa onde habita e envolvimento próximo), até lugares mais distantes (Klein e Lisenhoff, 1982). As incursões à rua, ao bairro, à escola, a casa dos amigos e a espaços mais distantes apresentam-se como fundamentais na construção do seu mapa mental, evidenciando o papel desenvolvido pelo ambiente físico exterior no seu percurso evolutivo, bem como dos mecanismos psicossociológicos da relação com o seu espaço envolvente. O mundo contemporâneo fez, no entanto, despoletar uma série de constrangimentos (densidade de tráfego, aumento da criminalidade, espaços de jogo longe do local de residência...) que interferem nas possibilidades de acção e mobilidade das crianças. Esta constatação leva mesmo alguns autores (Craig, 1988; Van Der Spek e Noyon, 1995) a dizer que um dos aspectos do desenvolvimento que mais sofreu com as mudanças sociais na infância foi, sem dúvida, a autonomia pessoal/independência de mobilidade, constituindo-se, por isso, num motivo de preocupação por parte de diferentes quadrantes científicos (psicologia social e do desenvolvimento, sociologia urbana...) que têm procurado respostas por forma a minimizar este problema que afecta o mundo da infância.

Nesta fase do nosso estudo vamos procurar saber qual o grau de autonomia/independência de mobilidade das crianças durante as suas rotinas de vida diária. A autonomia foi encarada de uma forma abrangente, questionando para além do limite geográfico concedido nas suas actividades e deslocamentos, os locais visitados[102], os trajectos e as distâncias percorridas, bem como a forma de deslocamento e acompanhamento nos percursos efectuados.

[102] A piscina não foi considerada uma infra-estrutura de prática desportiva, porque as crianças podem frequentá-la durante o seu tempo de lazer com os familiares ou amigos, sem ser através do clube.

3.1 – Limite geográfico de brincadeira concedido e morada de amigos

Os resultados expressos no quadro 15 demonstram que todas as crianças podem brincar no espaço exterior à sua habitação, tendo mesmo a maioria (86,3%) permissão para desenvolver essa actividade até aos limites do bairro de residência.

QUADRO 15 - Limite geográfico de brincadeira concedido e morada de amigos

	Total Amostra	Idade			Sexo		Estatuto	
		8 anos	10 anos	12 anos	Masc.	Fem.	Alto	Baixo
Limite geográfico de brincadeira concedido	%	%	%	%	%	%	%	%
Apenas em casa	0	0	0	0	0	0	0	0
Até aos limites do quarteirão	32,3	61	31	5	30	34,7	33,3	31,3
Até aos limites do bairro	54	37	61	64	58	50	54	54
Sem limite	13,7	2	8	31	12	15,3	12,7	14,7
Morada dos amigos de brincadeira								
No quarteirão	41	57	39	27	41,3	40,7	43,3	38,7
No bairro	52,7	41	53	64	54,7	50,7	51,3	54
Fora do bairro	6,3	2	8	9	4	8,6	5,4	7,3

As crianças mais novas são as que apresentam um limite geográfico de brincadeira mais reduzido (61% podem brincar apenas até aos limites do quarteirão), e que, embora os limites do bairro se constituam como um local de referência para a maioria das crianças de dez e doze anos (61% e 64% pode brincar até aos limites do bairro), a percentagem que pode brincar até lugares mais distantes vai aumentando (31% das crianças de doze anos, referiu não ter limites impostos, podendo, por isso, brincar sem restrições em termos espaciais). Os resultados referentes à diferenciação sexual demonstram que, embora a percentagem de raparigas sem limites impostos seja ligeiramente superior à dos rapazes (15,3% contra 12%), mesmo assim, são estes últimos que, em maior percentagem (70% contra 65,3%), podem brincar para além dos limites do quarteirão. Os dados relativos ao estatuto sócio-económico demonstram que a percentagem de crianças pertencentes ao estatuto alto que pode brincar apenas

até aos limites do quarteirão é superior, sendo também mais elevada a percentagem de crianças do estatuto baixo sem limite geográfico de brincadeira.

No que concerne à morada dos amigos de brincadeira, os resultados demonstram que a maioria (93,7%) moram até aos limites do bairro. Se nos centrarmos na variável idade, verificamos que, exceptuando as crianças mais novas (a maioria dos amigos reside no quarteirão), as restantes afirmam que a maioria dos amigos mora no bairro, aumentando com a idade a percentagem que refere ter amigos a residir mais longe. A percentagem de crianças do sexo masculino que tem amigos a residir até aos limites do bairro é superior ao sexo feminino, referindo as raparigas ter mais amigos a residir fora do bairro. Relativamente ao estatuto sócio-económico, são as crianças pertencentes ao estatuto alto as que dizem ter mais amigos a residir no quarteirão, enquanto que as do estatuto baixo apontam ter mais amigos a residir no bairro ou fora dele.

Os resultados vêm mais uma vez demonstrar que o bairro onde as crianças habitam se apresenta como um espaço geográfico de grande importância ao nível das suas actividades, estando a rua como espaço de jogo bem presente na cultura lúdica do grupo de crianças que fizeram parte deste estudo, uma vez que todas elas referiram poder utilizar este espaço para aí desenvolver as suas brincadeiras com os amigos. Este facto parece-nos relevante e vai ao encontro das palavras de Neto (2001), quando afirma que a cultura de rua é fundamental no processo de desenvolvimento da criança, nomeadamente nas experiências de jogo informal decisivas para as suas aquisições motoras, perceptivas e sociais. Um outro dado que nos parece também ser importante salientar prende-se com o facto de termos verificado que os limites territoriais impostos ao nível da actividade lúdica das crianças tendem a aumentar com a idade. Esta constatação parece ser confirmada pelos estudos desenvolvidos por Serrano (1996) e posteriormente por Serrano, Ferreira, Lourenço e Correia (1999), pois, enquanto o primeiro autor verificou num grupo de crianças mais novas (idades compreendidas entre os sete e os dez anos) que o limite geográfico máximo de brincadeira concedido se centrava

principalmente nos limites do quarteirão, os segundos verificaram que crianças mais velhas (com doze anos de idade) evidenciavam um limite geográficos de brincadeira que podia ir até lugares longe de casa, revelando estes dados uma maior liberdade de apropriação e exploração em termos espaciais à medida que se avança na idade. Arez (1998) reforça a constatação anterior quando refere que as crianças até por volta dos nove anos de idade têm limites geográficos muito precisos, geralmente circunscritos às imediações da sua habitação, descobrindo, a pouco e pouco e com o passar do tempo, o espaço envolvente, através de incursões cada vez mais alargadas.

Relativamente às variáveis sexo e estatuto sócio-económico, se considerarmos os limites que se confinam ao bairro, podemos dizer que os rapazes e as crianças pertencentes ao estatuto baixo possuem um limite geográfico mais vasto, uma vez que referem em maior percentagem poder brincar até aos limites deste espaço. No entanto, se nos centrarmos num espaço mais alargado (proximidade do bairro), verificamos que são as raparigas e as crianças pertencentes ao estatuto alto que apresentam valores ligeiramente superiores. Esta constatação faz com que não possamos confirmar as conclusões evidenciadas por Wohlwill e Heft (1987) e Malpique (1995), quando referiram que os rapazes parecem gozar de um espaço territorial de actividade lúdica superior, e uma maior liberdade ao nível da exploração ambiental que as raparigas, e por Malina (1980b), quando constatou que eram as crianças pertencentes a meios mais desfavorecidos que tinham uma maior liberdade de exploração espacial e um envolvimento territorial de actividade mais alargado.

No que concerne à morada dos amigos de brincadeira, observamos uma relação directa com os limites geográficos concedidos às crianças na realização desta actividade. Logo, se a maioria pode brincar até aos limites do bairro, parece-nos normal que a maior percentagem dos amigos de brincadeira residam nesse espaço de acção. Por outro lado, podemos constatar que limites geográficos mais vastos permitem ter, de igual forma, amigos a residir mais longe,

reflectindo-se esta constatação no facto de serem as crianças mais velhas, as do sexo feminino e as pertencentes ao estatuto baixo aquelas que têm maior percentagem de amigos a residirem fora do bairro.

Após conhecer o limite geográfico concedido às crianças nas suas actividades lúdicas fora de casa e a morada dos amigos de brincadeira, fomos verificar se efectuam visitas a amigos, como se deslocam nessas visitas e quem os acompanha preferencialmente nos seus trajectos.

3.2 – Visitas a amigos, trajectos e acompanhantes

Os resultados expressos no quadro 16 revelam que a maioria das crianças diz ter visitado amigos nas últimas duas semanas, aumentando a percentagem de visitas com a idade. Os dados mostram também que os rapazes efectuaram mais visitas que as raparigas, assim como as crianças do estatuto alto, quando comparadas com as do estatuto baixo.

QUADRO 16 - Visitas a amigos, forma de deslocação e acompanhantes no trajecto

	Total Amostra	Idade			Sexo		Estatuto	
		8 anos	10 anos	12 anos	Masc.	Fem.	Alto	Baixo
Visitou amigos	%	%	%	%	%	%	%	%
Sim	58,7	53	60	63	65,3	52	60,7	57,7
Não	41,3	47	40	37	34,7	48	39,3	43,3
Deslocação nas visitas a amigos fora do bairro								
A pé	59	41,5	76,7	58,7	62,3	56,4	52,7	67,1
Bicicleta	9,1	9,4	6,7	11,1	12,2	5,1	5,5	12,9
Automóvel	31,4	49,1	16,6	28,6	25,5	37,2	41,8	18,8
Transporte Público	0,5	0	0	1,6	0	1,3	0	1,2
Acompanhantes no trajecto nas visitas a amigos								
Sozinho	41,9	28,3	48,3	49,2	32,7	42,3	39,6	27,1
Com crianças	20,3	15,1	28,3	17,5	22,4	17,9	14,3	27,1
Com Adultos	37,8	56,6	23,4	33,3	44,9	39,8	46,1	45,8

Das crianças que referiram ter visitado amigos, a maioria fê-lo a pé ou de automóvel, havendo ainda uma pequena percentagem que referiu tê-lo feito de bicicleta e de transporte público. Pudemos também constatar que a percentagem

ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO CASTELO BRANCO OFERTA

de crianças mais novas que efectuou o trajecto de automóvel é superior, sendo inferior a percentagem que diz tê-lo efectuado a pé. As crianças do sexo masculino realizaram em maior percentagem o trajecto a pé ou de bicicleta, enquanto que as do sexo feminino utilizaram mais o automóvel. Pudemos ainda constatar que foram as pertencentes ao estatuto baixo as que se deslocaram mais a pé e de bicicleta, enquanto que as do estatuto alto utilizaram mais o automóvel.

No que concerne aos acompanhantes no trajecto, a maior percentagem refere tê-lo efectuado sozinho ou com adultos. Se nos centrarmos nas diferentes variáveis, constatamos que foram as crianças mais novas que referiram ter sido mais acompanhadas por adultos nas visitas efectuadas a amigos, enquanto que as mais velhas (dez e doze anos) referem tê-lo feito mais sozinhas ou com outras crianças. Quanto à variável sexo, podemos constatar que, embora a maioria refira ter efectuado o trajecto sozinho ou com crianças, foram os rapazes que se deslocaram mais acompanhados por adultos. Relativamente ao estatuto sócio-económico, foram as crianças do estatuto alto as mais acompanhadas por adultos, embora aqui as diferenças sejam mínimas.

Reflectindo sobre os resultados, podemos dizer que as visitas a amigos fazem parte dos trajectos rotineiros das crianças, e são efectuados principalmente a pé ou de automóvel. Com a idade aumenta o número de visitas, e foram os rapazes e as crianças pertencentes ao estatuto alto aqueles que disseram em maior percentagem ter visitado amigos. Quanto à forma de deslocação, os rapazes e as crianças pertencentes ao estatuto baixo foram os que o fizeram mais a pé ou de bicicleta, enquanto que as raparigas e as crianças pertencentes ao estatuto alto se deslocaram mais de automóvel. Relativamente ao acompanhamento, podemos verificar que foram as crianças mais novas (oito anos) aquelas que dizem em maior percentagem fazer o trajecto com adultos, enquanto que as de dez e doze anos referiram tê-lo efectuado em maior percentagem sozinhos ou com outras crianças. O facto dos rapazes efectuarem o trajecto nas visitas a amigos em maior percentagem na companhia de adultos, vem de alguma forma contrariar os

resultados apresentados por alguns autores (Hillman e Adams, 1992; Malpique, 1995; Arez, 1998 e Serra y Viguer, 1998) quando referem que o número de amigos que as crianças estão autorizadas a visitar sozinhas, é superior por parte dos rapazes. Podemos ainda acrescentar que enquanto dos oito para os dez anos se nota que a idade foi um factor determinante ao nível da independência de mobilidade nas visitas a amigos, o mesmo não se pode dizer entre os dez e os doze anos, uma vez que a percentagem de crianças que diz ter sido acompanhadas por adultos aumentou, revelando este dado a existência de um decréscimo ao nível da autonomia ou independência de mobilidade.

A preocupação seguinte foi saber se, para além das visitas a amigos, as crianças se deslocaram a pé com outras crianças, e conhecer os motivos que influenciaram essas deslocações.

3.3 – Mobilidade a pé com outras crianças e motivo da deslocação

Os resultados do quadro 17 demonstram que a maioria referiu ter andado a pé com outras crianças nas últimas duas semanas, aumentando os valores com a idade. Os rapazes referiram ter efectuado em maior percentagem estas deslocações, bem como as crianças do estatuto baixo.

Quanto ao motivo da deslocação, a maioria das crianças refere que foi essencialmente para passear, fazer visitas a amigos ou familiares, ir à missa/catequese, deslocar-se a espaços para jogar e às compras. As crianças mais novas foram as que se deslocaram em maior percentagem à missa/catequese, mas, em contrapartida, foram aquelas que visitaram menos amigos/familiares, menos se deslocaram a espectáculos desportivos e menos foram às compras. As crianças mais velhas foram as que mais passearam, as que mais foram a espectáculos desportivos, a espaços para jogar e às compras. Um dado que nos parece relevante tem a ver com o facto de apenas 1% das crianças mais velhas ter aproveitado a companhia de amigos para visitar museus ou outras exposições, e

também por ter sido apenas neste escalão etário que aproveitaram para ir ao cinema.

QUADRO 17 – Deslocações a pé com outras crianças e motivo da deslocação

	Total Amostra	Idade			Sexo		Estatuto	
		8 anos	10 anos	12 anos	Masc.	Fem.	Alto	Baixo
Deslocou-se a pé com crianças	%	%	%	%	%	%	%	%
Sim	56,3	52	53	64	57,3	55,3	49,3	63,3
Não	43,7	48	47	36	42,7	44,7	50,7	36,7
Motivo da deslocação	%	%	%	%	%	%	%	%
Passear	51,7	49	49	57	50,7	52,7	45,3	58
Visitas (amigos/familiares...)	45,3	42	47	47	44,7	46	43,3	47,3
Visitas (museus, exposições)	0,3	0	0	1	0,7	0	0,7	0
Ida ao cinema	7,7	0	0	23	8	7,3	11,3	4
Ida à missa/catequese	35	46	23	36	34,7	35,3	29,3	40,7
Espectáculos desportivos	10	7	10	13	18	2	11,3	8,7
Ida a espaços para jogar	33,3	35	28	37	46,7	20	30	36,7
Ida às compras	24,7	14	18	42	15,3	34	26,7	22,7

Quer os rapazes, quer as raparigas aproveitaram a companhia de amigos essencialmente para passear, visitar amigos e familiares, ir à missa/catequese, a espaços para jogar e às compras. Pudemos, de igual modo, observar que as maiores diferenças são ao nível dos deslocamentos efectuados para ir a espectáculos desportivos e a espaços para jogar (mais referidos pelos rapazes), e ida às compras (mais referido pelas raparigas). Os dados revelam que foram as crianças pertencentes ao estatuto alto as que mais se deslocaram ao cinema, a espectáculos desportivos e às compras, enquanto as do estatuto baixo passearam mais, visitaram mais amigos/familiares, foram mais à missa/catequese e a espaços para jogar.

Os resultados demonstraram que as crianças apresentam níveis de independência de mobilidade que se podem considerar elevados quando acompanhadas por outras crianças, já que a maioria refere ter andado a pé com amigos. Pinto (1995) no seu estudo, também verificou que as crianças revelam alguma independência de mobilidade quando se tem em conta actividades como ir a casa de um amigo, ir às compras, fazer recados à mãe ou ir a espaços

próximos da habitação para jogar. A idade, o sexo e o estatuto sócio-económico parecem ser variáveis que influenciam estes trajectos, uma vez que eles aumentaram com a idade, e foram os rapazes e as crianças pertencentes ao estatuto baixo aqueles que referiram em maior percentagem ter efectuado mais trajectos com outras crianças. Heurlin-Norinder (1996) e Serra y Viguer (1998) confirmam estes dados, afirmando o primeiro que a idade se apresenta como um factor determinante nos trajectos diários que as crianças efectuam com os amigos, principalmente por parte dos rapazes, enquanto os segundos observaram que as crianças pertencentes a estatutos sócio-económicos mais desfavorecidos se deslocam mais com os amigos no meio urbano para ir a diferentes locais.

Nos seus trajectos as crianças aproveitam a companhia de outras crianças principalmente para passear, visitar amigos ou familiares, para ir à missa ou catequese, ir a espaços para jogar e às compras. A idade mostra interesses diferenciados, pois, enquanto as crianças mais novas, aproveitam a companhia de amigos para se deslocarem à missa ou catequese, as mais velhas aproveitam mais para passear, ir a espectáculos desportivos, a espaços para jogar e às compras. Por outro lado, esta variável parece também ser determinante no despertar de outros centros de interesse, como são as visitas a museus ou outras exposições (embora a percentagem seja baixa) e a ida ao cinema (apenas as crianças mais velhas referiram deslocar-se a estes locais na companhia de amigos). Se considerarmos a diferenciação sexual, verificamos que, os rapazes, e as raparigas, aproveitam a companhia de amigos essencialmente para passear, visitar amigos ou familiares, ir à missa ou à catequese, a espaços para jogar e às compras. Os rapazes deslocam-se mais a espectáculos desportivos e a espaços para jogar, enquanto as raparigas vão mais às compras. Ao nível do estatuto sócio-económico, uma constatação interessante tem a ver com o facto de as crianças pertencentes ao estatuto alto aproveitarem mais a companhia de amigos para se deslocar a locais onde normalmente tem de se gastar dinheiro, como seja, ir ao cinema, a espectáculos desportivos ou às compras, enquanto as do estatuto

baixo, foi para passear, visitar amigos ou familiares, ir à missa ou à catequese e a espaços para jogar.

Um outro aspecto que nos pareceu importante e que poderia contribuir para um melhor conhecimento sobre a independência de mobilidade das crianças foi saber se podiam ou não atravessar as ruas sozinhas mesmo que acompanhadas por adultos e qual a sua companhia preferencial nos passeios a pé pela cidade.

3.4 – Independência na travessia de ruas e companhia preferida nos passeios a pé.

Os resultados expressos no quadro 18 mostram-nos que a maioria das crianças (61,7%) tem liberdade de atravessar as ruas sozinhos, mesmo quando se fazem acompanhar por adultos.

QUADRO 18 - Independência na travessia de ruas e companhia preferencial nos passeios a pé

	Total	Idade			Sexo		Estatuto	
	Amostra	8 anos	10 anos	12 anos	Masc.	Fem.	Alto	Baixo
Liberdade para atravessar as ruas sozinho	%	%	%	%	%	%	%	%
Sim	61,7	35	74	76	67,3	56	58,7	64,7
Não	38,3	65	26	24	32,7	44	41,3	35,3
Preferência de companhia nos deslocamentos a pé								
Sozinho	13,3	7	19	14	14,7	12	13,3	13,3
Com crianças	34,7	24	33	47	32,7	36,7	32,7	36,7
Com adultos	52	69	48	39	52,6	51,3	54	50

Constatamos que, exceptuando as crianças mais novas, a maioria pode atravessar as ruas sozinhas mesmo quando se deslocam acompanhadas por adultos, e que essa autonomia tende a aumentar com a idade, uma vez que são as crianças mais velhas aquelas que manifestam poder fazê-lo em maior percentagem. Os rapazes revelam também ter maior independência na travessia das ruas que as raparigas, bem como as crianças pertencentes ao estatuto baixo relativamente às do estatuto alto.

Nos deslocamentos a pé, a maioria das crianças prefere a companhia de adultos ou de outras crianças. À medida que se avança na idade, diminui a

percentagem de sujeitos que prefere a companhia de adultos nos deslocamentos a pé, aumentando, em contrapartida, a percentagem que prefere a companhia de outras crianças. Os rapazes preferem andar mais sozinhos ou com adultos, enquanto as raparigas referem preferir fazê-lo mais com outras crianças. Se olharmos para os resultados referentes ao estatuto sócio-económico, verificamos que são as crianças pertencentes ao estatuto alto as que preferem em maior percentagem a companhia de adultos nos seus deslocamentos a pé, enquanto as do estatuto baixo referem preferir a companhia de outras crianças.

Os resultados permitem dizer que a travessia das ruas sozinho, de forma independente, mesmo quando acompanhados por adultos, não são obstáculo para a maioria das crianças (à excepção das mais novas), e que essa autonomia tende a aumentar com a idade e é superior por parte dos rapazes e crianças pertencentes a um estatuto sócio-económico baixo. Os resultados obtidos enquadram-se naqueles que foram expressos por outros autores, pois, Hillman e Adams (1992) verificaram que, embora a independência na travessia das ruas entre os sete e os onze anos tenha decrescido ultimamente, mesmo assim, a percentagem de crianças que pode fazê-lo de forma independente mantém-se elevada e tende a aumentar com a idade. Serrano, Ferreira, Lourenço e Correia (1999) constataram que as crianças de doze anos, dispunham de grande autonomia quando circulavam com adultos na via pública, pois, quase todas elas referiram que podiam atravessar as ruas sozinhas de forma autónoma. Arez (1998), com base nos estudos desenvolvidos por Kytta (1995) e Van-der Spek et al. (1995) vem também confirmar os dados relativamente à diferença entre os sexos, referindo que os rapazes evidenciam uma maior autonomia na travessia de ruas.

Os resultados indicam-nos que a companhia preferencial com adultos nos passeios a pé é bastante focada. No entanto, essa preferência tende a diminuir com a idade, aumentando simultaneamente a preferência pela companhia de outras crianças. Os rapazes preferem passear mais sozinhos e na companhia de adultos que as raparigas, enquanto estas dizem preferir fazê-lo acompanhadas por

outras crianças. A análise referente ao estatuto sócio-económico demonstra que, enquanto as crianças pertencentes ao estatuto alto tem uma maior preferência pela companhia de adultos, as pertencentes ao estatuto baixo referem preferir em maior percentagem a companhia de outras crianças. Um dos factores que poderá explicar a preferência de uma percentagem elevada de crianças pela companhia de adultos nos seus passeios a pé no meio urbano poderá encontrar justificação nos problemas sociais e na insegurança que afectam a nossa sociedade. Esta justificação reflecte-se nas palavras de Neto (2001), quando afirma que os dados referentes aos percursos efectuados na companhia de adultos é demonstrativo da necessidade de comportamentos de segurança e protecção. No início da adolescência, as crianças começam a fazer uma aproximação e progressivo fortalecimento do grupo de pares, aprofundando com estes laços de amizade que se vão manifestar nas actividades desenvolvidas e nos locais apropriados (Hurlock, 1982). Esta constatação pode ser considerada uma justificação para o facto de as crianças mais velhas preferirem a companhia de outras crianças nos seus passeios a pé.

Uma outra preocupação do nosso estudo foi conhecer as distâncias percorridas pelas crianças quando lhes é conferida autonomia nos seus percursos. Fomos, assim, perguntar o local mais distante onde se deslocaram a pé sozinhas ou com outras crianças nas últimas duas semanas e o tempo que demoraram no percurso efectuado.

3.5 – Maior distância percorrida a pé, sozinho/com crianças e tempo de percurso.

A análise dos dados referentes ao local mais longe de deslocamento a pé, sozinho ou com outras crianças, permite-nos constatar que a grande maioria dos trajectos se situam até às proximidades do bairro, havendo mesmo uma percentagem elevada de crianças que refere não ter efectuado nenhum trajecto.

QUADRO 19 - Maior distância percorrida a pé sozinho ou com crianças e tempo de percurso

	Total Amostra	Idade			Sexo		Estatuto	
		8 anos	10 anos	12 anos	Masc.	Fem.	Alto	Baixo
Local de deslocamento mais longe sozinho ou c/ crianças	%	%	%	%	%	%	%	%
Nenhum local	34,3	47	34	22	35,3	33,3	40,7	28
Apenas no bairro	24,7	33	25	16	20,7	28,7	26	23,3
Nas proximidades do bairro	35	20	39	46	38,7	31,3	28,7	41,3
Lugares mais longe na cidade	6	0	2	16	5,3	6,7	4,6	7,3
Tempo de percurso na deslocação mais longa a pé								
Menos de 5 minutos	37	56,6	36,4	17,9	30,9	38	42,7	27,8
Entre 5 e 15 minutos	50,3	43,4	57,6	50	54,7	47	44,9	55,6
Entre 15 e 30 minutos	12,7	0	6	32,1	14,4	15	12,4	16,6
Mais de 30 minutos	0	0	0	0	0	0	0	0

A percentagem de crianças que refere não se ter deslocado a nenhum local, ou ter-se deslocado apenas no bairro decresce com a idade, enquanto que as deslocações até às proximidades do bairro e até lugares mais distantes dentro da cidade aumentam com a idade. Comparando os sexos, verificamos que a percentagem de rapazes que diz não ter ido a nenhum local, ou ter-se deslocado até às proximidades do bairro é superior, enquanto que a percentagem de raparigas que diz ter-se deslocado apenas no bairro ou até lugares mais longe na cidade é também superior. Se juntarmos as duas categorias mais distantes (nas proximidades do bairro e até lugares mais longe dentro da cidade) verificamos que os rapazes obtêm percentagens mais elevadas, o que quer dizer que são eles que realizam maior percentagem de percursos a locais fora do bairro. Ao nível do estatuto sócio-económico, constatamos que a percentagem de crianças que referiu não se ter deslocado a nenhum lugar ou apenas no bairro pertencem ao estatuto alto, enquanto que as pertencentes ao estatuto baixo referem em maior percentagem ter-se deslocado até às proximidades do bairro ou até lugares mais longe dentro da cidade.

Quanto ao tempo gasto pelas crianças nos percursos efectuados sozinhos ou com outras crianças, podemos verificar que a grande maioria demorou nesses trajectos até um máximo de quinze minutos. Os resultados obtidos relativamente ao tempo gasto nos percursos estão de acordo com os locais onde foram

efectuados, uma vez que os trajectos que demoraram mais tempo (entre 5 e 30 minutos) aumentam com a idade, são superiores por parte dos rapazes e das crianças pertencentes ao estatuto baixo.

Uma reflexão sobre os resultados permite dizer que uma percentagem elevada de crianças não efectuou qualquer trajecto sozinho ou com amigos nas últimas duas semanas. No entanto, aquelas que o fizeram, percorreram distâncias curtas, situando-se a maioria dos trajectos mais longos apenas até às imediações do bairro, tendo demorado no percurso até um máximo de quinze minutos. A percentagem de crianças que não efectuou nenhum trajecto ou apenas dentro do bairro decresce com a idade, aumentando com esta a percentagem que efectuou deslocações até lugares mais longe e demorou mais tempo a efectuar o trajecto. Quanto à diferenciação sexual, embora a percentagem de raparigas que se deslocou até lugares mais longe tenha sido superior, pudemos constatar que os rapazes efectuaram mais trajectos para fora do bairro, sendo também superior o tempo gasto no percurso. As crianças pertencentes ao estatuto baixo foram também aquelas que percorreram maiores distâncias e gastaram mais tempo nos percursos efectuados. Van-der Spek e Noyon (1995) nos seus estudos concluíram também que a idade é um factor importante ao nível das distâncias que as crianças estão autorizadas a percorrer de forma autónoma no meio urbano, mas não encontraram diferenças relativamente ao sexo. Autores como Moore e Young (1978), Van Vliet (1983), Heurlin-Norinder (1996), Serrano (1996) e Antunes, Duarte & Colla (2000) concluíram que a idade e o sexo são factores determinantes nos limites impostos às crianças ao nível das distâncias por si percorridas de forma autónoma no meio urbano, tendo as mais velhas e as pertencentes ao sexo masculino liberdade para percorrer distâncias mais longas relativamente à sua habitação. Malina (1980b) acrescenta que às crianças de menores recursos sócio-económicos é concedida maior liberdade para se movimentarem na sua zona de residência, podendo, por isso, deslocar-se até lugares mais afastados.

Um dos aspectos que pode também ser revelador da independência de mobilidade que é concedida às crianças no meio urbano é a actividade andar de bicicleta. Assim, fomos saber se realizaram esta actividade nas últimas duas semanas, em que momento o fizeram, qual foi a companhia preferencial e quais os limites geográficos concedidos nas deslocações individuais ou com crianças.

3.6 – Deslocações de bicicleta

Quando olhamos para os resultados relativamente à actividade andar de bicicleta, verificamos que há uma percentagem elevada de crianças (52,3%) que não realizou esta actividade. O grupo de dez anos apresenta valores mais elevados nesta actividade e o de doze anos valores mais baixos. Os rapazes andaram mais que as raparigas e as diferenças são mínimas ao nível do estatuto.

QUADRO 20 – Actividade andar de bicicleta (momento, companhia e limite geográfico concedido)

	Total	Idade			Sexo		Estatuto	
	Amostra	8 anos	10 anos	12 anos	Masc.	Fem.	Alto	Baixo
Criança andou de bicicleta	%	%	%	%	%	%	%	%
Sim	47,7	48	53	42	59,3	36	47,3	48
Não	52,3	52	47	58	40,7	64	52,7	52
Momento da semana em que andou de bicicleta								
Só durante a semana	5,7	4,2	5,7	7,2	4,5	7,4	5,6	5,6
Só ao fim de semana	58,7	60,4	58,5	57,1	57,3	61,1	66,2	51,4
No dia útil e fim de semana	35,6	35,4	35,8	35,7	38,2	31,5	28,2	43
Companhia nos passeios de bicicleta								
Sozinha	25,8	18,8	39,6	19	20,2	37	28,2	25
Com crianças	61,2	58,3	49,1	76,2	73,1	38,9	53,5	66,6
Com adultos	6,7	12,5	7,5	0	2,2	14,8	8,4	5,6
Com adultos e crianças	6,3	10,4	3,8	4,8	4,5	9,3	9,9	2,8
Limite geográfico nos passeios de bicicleta (sozinha/crianças)								
Apenas no limite do quarteirão	32	47,9	34	14,3	31,4	35,2	38	27,8
Apenas nos limites do bairro	53,1	52,1	54,7	52,4	55,1	50	47,9	58,3
Na proximidade do bairro	14,9	0	11,3	33,3	13,5	14,8	14,1	13,9
Lugares longe fora do bairro	0	0	0	0	0	0	0	0

Das crianças que andaram de bicicleta, a maioria (58,7%) fê-lo ao fim de semana, sendo poucas aquelas que o fizeram apenas durante os dias úteis (5,7%).

A percentagem de raparigas que andou apenas nos dias úteis ou só ao fim de semana é superior, enquanto que a percentagem de rapazes que andou durante a semana e ao fim de semana apresenta resultados mais elevados. Relativamente ao estatuto sócio-económico, enquanto as crianças pertencentes ao estatuto alto andaram em maior percentagem apenas ao fim de semana, as do estatuto baixo apresentam valores mais elevados durante a semana e ao fim de semana simultaneamente.

Os resultados mostram que as crianças andaram de bicicleta principalmente com outras crianças e sozinhas. Os adultos foram uma companhia rara nesta actividade, havendo mesmo um decréscimo com a idade, ao ponto de nenhuma criança de doze anos ter andado de bicicleta com adultos. Relativamente à variável sexo, constatamos que os rapazes são aqueles que andaram em maior percentagem com outras crianças, enquanto que as raparigas o fizeram mais sozinhas, com adultos e com adultos e crianças simultaneamente. Se nos centrarmos no estatuto sócio-económico, verificamos que a percentagem que andou com outras crianças, é superior por parte das pertencentes ao estatuto baixo, enquanto que as do estatuto alto referem ter desenvolvido esta actividade em maior percentagem sozinhas, com adultos ou com adultos e crianças simultaneamente.

Se nos centrarmos no limite geográfico concedido na actividade andar de bicicleta sozinha ou com outras crianças, os resultados mostram-nos claramente que o bairro continua a ser o local por excelência de prática desta actividade, uma vez que a grande maioria (85,1%) teve este limite como máximo concedido. Podemos, de igual modo, constatar que a idade se apresenta como um factor determinante na liberdade concedida, uma vez que os limites do quarteirão se vão esbatendo à medida que as crianças se tornam mais velhas, aumentando simultaneamente a permissão para poder andar até às proximidades do bairro. Se nos centrarmos na variável sexo, verificamos que, embora a percentagem de raparigas que pode andar até às proximidades do bairro seja ligeiramente superior

à dos rapazes, mesmo assim, são estes últimos que, em maior percentagem, referem poder andar para além dos limites do quarteirão. Relativamente ao estatuto sócio-económico, é ligeiramente superior a percentagem de crianças pertencentes ao estatuto alto que podem andar até às proximidades do bairro. No entanto, são as do estatuto baixo aquelas que referem em maior percentagem poder andar para além dos limites do quarteirão. Gostaríamos ainda de salientar que nenhuma criança revelou poder andar até lugares mais longe fora do bairro.

Reflectindo sobre os resultados, podemos afirmar que nas últimas duas semanas houve uma grande percentagem de crianças que não andou de bicicleta, que os rapazes praticaram esta actividade em maior percentagem, e que são mínimas as diferenças encontradas ao nível da prática, quando se tem em conta o estatuto sócio-económico. Os resultados relativamente à frequência da prática são diferentes dos encontrados por outros autores, isto é, enquanto no nosso estudo os índices de prática não foram muito elevados, Serrano, Ferreira, Lourenço e Correia (1999) verificaram que a actividade andar de bicicleta era praticada pela maioria das crianças do seu estudo. Relativamente à idade, enquanto Hillman e Adams, (1992) afirmam que a actividade andar de bicicleta aumenta com a idade, no nosso estudo este aspecto não se verificou, pois, embora tenha havido um aumento dos oito para os dez anos, o mesmo não se verificou entre os dez e os doze anos, onde obtivemos mesmo um retrocesso.

Quando olhamos para a actividade andar de bicicleta e para o momento da semana em que foi efectuada, depressa verificamos que foi uma actividade praticada essencialmente ao fim de semana, que as raparigas andaram mais que os rapazes, quando se considera apenas o dia útil ou o fim de semana, enquanto estes últimos obtêm valores mais elevados quando se considera o dia útil e o fim de semana simultaneamente. Por outro lado, enquanto as crianças do estatuto alto praticaram mais ao fim de semana, as do estatuto baixo praticaram em maior percentagem simultaneamente durante a semana e ao fim de semana.

Quanto ao acompanhamento, verificamos que a maioria praticou esta actividade sozinha ou com outras crianças, sendo a prática com adultos baixa, evidenciando mesmo um decréscimo com a idade. Os rapazes andaram mais com outras crianças que as raparigas, enquanto estas o fizeram mais sozinhas, apenas com adultos e com adultos e crianças. Se nos centrarmos no estatuto sócio-económico, verificamos que são as crianças pertencentes ao estatuto baixo aquelas que andaram em maior percentagem com outras crianças, enquanto as do estatuto alto o fizeram mais sozinhas, apenas com adultos e com adultos e crianças simultaneamente.

Relativamente ao limite geográfico concedido na actividade andar de bicicleta, os resultados mostram-nos que o bairro é o limite máximo para a grande maioria das crianças, e que nenhuma andou até lugares mais longe. Estes resultados parecem confirmar os obtidos por Serrano, Ferreira, Lourenço e Correia (1999) quando verificaram que o local mais referenciado para andar de bicicleta foi o bairro onde as crianças moravam. A idade apresenta-se como determinante nos limites concedidos, o que vem confirmar os resultados obtidos por outros autores (Hillman e Adams, 1992; Malpique, 1995; Arez, 1998), pois também eles referiram que, à medida que as crianças crescem, aumenta a liberdade que lhes é concedida nos seus passeios de bicicleta com os amigos. Relativamente às variáveis sexo e estatuto sócio-económico, se considerarmos os limites que se confinam ao bairro, podemos dizer que os rapazes e as crianças pertencentes ao estatuto baixo possuem um limite geográfico maior. No entanto, se nos centrarmos num espaço mais alargado (proximidade do bairro) verificamos que são as raparigas e as crianças pertencentes ao estatuto alto que apresentam valores ligeiramente superiores. Esta constatação faz com que não possamos afirmar, tal como o fizeram outros autores (Hillman e Adams, 1992; Malpique, 1995; Van-der Spek e Noyon, 1995; Arez, 1998 e Neto 2001) que os rapazes exibem um espaço territorial mais vasto na prática desta actividade que

as raparigas, assim como as crianças do estatuto baixo relativamente às pertencentes ao estatuto alto, tal como afirmam Serra y Viguer (1998).

De acordo com Neto (2001) e Guedes (2001), quando se estuda a independência de mobilidade das crianças no meio urbano, deve ter-se uma visão abrangente do fenómeno. Por isso, para além de termos investigado os limites geográficos concedidos para a brincadeira e andar de bicicleta, os percursos efectuados aquando das visitas a amigos ou deslocações para ir a diferentes locais no meio urbano, debruçamo-nos também, sobre alguns trajectos efectuados diariamente pelas crianças a partir de casa. O primeiro desses trajectos é o que vai de casa até à escola, onde procuramos saber a distância percorrida, o transporte usado e os acompanhantes.

3.7 – Trajecto casa/escola

Os resultados referentes ao trajecto casa/escola mostram-nos, relativamente às distâncias, que a maioria das crianças mora a menos de 1000 metros da escola (73%), e que a percentagem que mora acima dessa distância aumenta com a idade. Se nos centrarmos na diferenciação sexual e no estatuto sócio-económico, verificamos que são as raparigas e as crianças pertencentes ao estatuto baixo aquelas que, em maior percentagem, moram a mais de 1000 metros da escola.

Quanto ao transporte utilizado no percurso, verificamos que a maioria desloca-se a pé ou de automóvel, e que o transporte público e a bicicleta são utilizados por uma percentagem baixa de crianças. As mais velhas, as pertencentes ao sexo masculino, e ao estatuto baixo, são claramente aquelas que se deslocam mais a pé para a escola, enquanto as mais novas, as raparigas e as pertencentes ao estatuto alto o fizem mais de automóvel. O transporte público é igualmente mais referenciado pelas raparigas e pelas crianças pertencentes ao estatuto baixo.

QUADRO 21 - Trajecto casa/escola (Distância, transporte e acompanhantes no percurso)

	Total Amostra	Idade			Sexo		Estatuto	
		8 anos	10 anos	12 anos	Masc.	Fem.	Alto	Baixo
Distância	%	%	%	%	%	%	%	%
Menos de 500 metros	37,3	38	40	34	39,3	35,3	43,3	31,3
Entre 500 e 1000 metros	35,7	42	34	31	38,7	32,7	31,3	40
Mais de 1000 metros	27	20	26	35	22	32	25,4	28,7
Transporte usado no percurso								
A pé	57,3	52	51	69	61,3	53,3	49,3	65,3
Bicicleta	0,7	0	2	0	0,7	0,7	0,7	0,7
Automóvel	37,7	48	40	25	36	39,3	46	29,3
Transporte público	4,3	0	7	6	2	6,7	4	4,7
Acompanhantes no percurso								
Sozinha	23,3	19	25	26	26	20,7	53,3	34
Com crianças	33	18	33	48	31,3	34,7	25,3	40,7
Com adultos	43,7	63	42	26	42,7	44,6	21,4	25,3

A maioria (56,3%) refere efectuar o percurso até à escola sozinhas ou com outras crianças, e a idade revela-se importante na autonomia concedida, verificando-se um decréscimo do acompanhamento por adultos à medida que aumenta a idade, aumentando simultaneamente o percurso efectuado de forma individual e com outras crianças. Um outro dado que nos parece relevante, tem a ver com o facto de as crianças de oito e dez anos realizarem em maior percentagem o percurso acompanhadas por adultos, enquanto as de doze anos o fazem principalmente com outras crianças. Se nos centrarmos na diferenciação sexual, verificamos que predomina o acompanhamento por adultos, seguido do acompanhamento por outras crianças, e que os rapazes o fazem mais sozinhos que as raparigas, enquanto estas são mais acompanhadas por adultos ou por outras crianças. Ao nível do estatuto sócio-económico as crianças pertencentes ao estatuto alto efectuam o percurso principalmente sozinhas, enquanto as pertencentes ao estatuto baixo o fazem principalmente com outras crianças. Podemos de igual forma constatar que são as pertencentes ao estatuto baixo que referem ser mais acompanhadas por adultos no percurso.

Reflectindo sobre os resultados, podemos dizer que o trajecto percorrido até à escola não é muito longo, uma vez que a maioria das crianças mora a menos de 1000 metros, aumentando esta distância com a idade. Uma possível explicação para o facto das crianças mais velhas morarem mais longe da escola, poderá ter a ver com o facto de elas frequentarem dois ciclos de ensino diferenciados, isto é, enquanto as mais novas frequentam o primeiro ciclo do ensino básico com uma rede escolar mais vasta distribuída pelas diferentes zonas (bairros) da cidade, o que faz com que a escola esteja mais próxima das suas habitações, as mais velhas frequentam o segundo ciclo do ensino básico, com escolas em menor número e concentradas nas extremidades da cidade. Daí a maior distância que elas dizem ter de percorrer. Uma outra constatação prende-se com o facto de serem as raparigas e as crianças pertencentes ao estatuto sócio-económico baixo aquelas que referem morar mais longe da escola.

O tipo de transporte utilizado no trajecto casa/escola tem sido um dos aspectos bastante referenciados na literatura. Quando olhamos para os resultados, verificamos que se enquadram dentro dos obtidos por outros autores (Sobral, 1992; Malpique, 1995; Heurlin-Norinder, 1995 e Serrano, 1996), uma vez que também eles verificaram que este percurso é efectuado essencialmente a pé ou de automóvel. Um outro dado prende-se com o facto de serem as crianças mais velhas, as pertencentes ao sexo masculino e as do estatuto baixo, aquelas que realizam com maior frequência o percurso a pé, enquanto que as mais novas, as pertencentes ao sexo feminino e ao estatuto alto, o efectuam mais vezes de automóvel.

No que diz respeito aos acompanhantes no trajecto casa/escola, embora Hillman e Adams (1992) e Neto (1997) refiram que a percentagem de crianças que diz efectuá-lo sozinho ou com os amigos tenha decrescido de forma acentuada nos últimos anos, verificamos no nosso estudo que a maioria (exceptuando as crianças mais novas) o efectua sozinho ou com outras crianças. Um outro dado que cabe salientar tem a ver com o facto de termos verificado

que, com o aumento da idade, diminuiu o acompanhamento por adultos, e aumentou a percentagem que se desloca sozinha ou com crianças para a escola. A idade parece ser um factor determinante na independência de mobilidade concedida às crianças no trajecto casa/escola, uma vez que os estudos com crianças mais novas (Serra, 1992; Malpique, 1995 e Serrano, 1996) revelaram que os adultos eram a companhia dominante nesse trajecto, enquanto que outros, que desenvolveram estudos com crianças mais velhas (Serrano, Ferreira, Lourenço e Correia, 1999) verificaram que a maioria podia efectuar este percurso sozinho ou com amigos da sua idade. Hillman e Adams (1992) corroboram esta opinião, dizendo que a idade é um factor determinante na liberdade que é concedida às crianças no trajecto casa/escola, gozando as mais velhas de maior autonomia. Finalmente, quando comparados os sexos ou o estatuto sócio-económico, constatamos que os rapazes efectuam mais o trajecto sozinhos, enquanto as raparigas e as crianças pertencentes ao estatuto baixo o fazem em maior percentagem acompanhados por adultos. Este facto poderá ser demonstrativo de uma maior independência de mobilidade no percurso por parte dos rapazes e crianças do estatuto alto.

Após uma abordagem ao trajecto casa/escola, fomos procurar saber se as crianças frequentavam uma instituição de tempos livres e como era realizado o trajecto entre a casa e essa instituição.

3.8 – Frequência e trajecto casa/instituição de tempos livres

Através dos resultados evidenciados no quadro 22 podemos observar que a maioria das crianças (80,3%) não frequenta nenhuma instituição de tempos livres. Este tipo de instituições é mais frequentada pelas crianças mais novas, pelas pertencentes ao sexo feminino e ao estatuto alto. Das crianças que frequentam este tipo de instituição, a maioria (80,1%) desloca-se mais de 500 metros.

QUADRO 22 - Frequência e trajecto casa/Inst. tempos livres (distância, transporte e acompanhantes)

	Total Amostra	Idade			Sexo		Estatuto	
		8 anos	10 anos	12 anos	Masc.	Fem.	Alto	Baixo
Frequência de instituição de tempos livres	%	%	%	%	%	%	%	%
Sim	19,7	34	10	15	17,3	22	26	13,3
Não	80,3	66	90	85	82,7	78	74	86,7
Distância no percurso								
Menos de 500 metros	19,9	26,5	20	13,3	19,2	24,2	30,8	5
Entre 500 e 1000 metros	37,5	32,4	40	40	38,5	33,3	33,3	40
Mais de 1000 metros	42,6	41,1	40	46,7	42,3	42,5	35,9	55
Transporte usado no percurso								
A pé	41,8	35,3	30	60	46,2	36,4	46,2	30
Bicicleta	0	0	0	0	0	0	0	0
Automóvel	53,8	64,7	70	26,7	50	60,6	51,3	65
Transporte público	4,4	0	0	13,3	3,8	3	2,5	5
Acompanhantes no percurso								
Sozinha	11,1	0	0	33,3	7,7	9,1	7,7	10
Com crianças	13,8	14,7	0	26,7	19,2	12,1	17,9	10
Com adultos	75,1	85,3	100	40	73,1	78,8	74,4	80

Podemos constatar que as crianças mais novas, as do sexo feminino e as pertencentes ao estatuto alto são aquelas que, em maior percentagem, referem morar a menos de 500 metros da instituição de tempos livres. Quanto ao transporte utilizado no percurso, verificamos que a maioria o efectua de automóvel ou a pé, que o transporte público é utilizado por uma percentagem baixa de crianças e que nenhuma o realiza de bicicleta. As mais velhas, as pertencentes ao sexo masculino, e ao estatuto alto são claramente aquelas que se deslocam mais a pé para a instituição de tempos livres.

Se nos centrarmos nos dados respeitantes aos acompanhantes no trajecto, verificamos que a maioria o faz na companhia de adultos, sendo reduzida a percentagem que o efectua com outras crianças ou sozinha. Quanto à variável idade, podemos constatar que apenas algumas crianças com doze anos efectuam o trajecto sozinhas, sendo também aquelas que o realizam em maior percentagem na companhia de outras crianças. Um aspecto curioso tem a ver com o facto de todas as crianças de dez anos terem afirmado efectuar este percurso na companhia de adultos. Se nos centrarmos na diferenciação sexual e no estatuto

sócio-económico, verificamos que são as raparigas e as crianças pertencentes ao estatuto baixo, as que efectuam o percurso em maior percentagem na companhia de adultos.

Uma reflexão sobre os resultados permite-nos concluir que a percentagem de crianças que frequenta uma instituição de tempos livres é baixa, sendo as mais novas, as do sexo feminino e as pertencentes ao estatuto alto aquelas que apresentam taxas de frequência mais elevadas. Esta constatação parece contrariar as afirmações de alguns autores (Neto, 1994; Serrano, 1996; Pereira & Neto, 1999) quando afirmaram que, hoje em dia, os tempos livres das crianças estão altamente institucionalizados. È importante dizer, no entanto, que estes autores proferiram esta conclusão relativamente aos grandes centros urbanos, podendo, por isso, constituir-se como explicação para esta contradição. Até à instituição de tempos livres, a maioria tem de percorrer mais de 1000 metros. Enquanto as crianças de oito e dez anos realizam em maior percentagem este percurso de automóvel na companhia de adultos, as mais velhas (doze anos) fazem-no mais a pé, sozinhas ou com outras crianças, revelando este facto uma maior independência de mobilidade no trajecto. Podemos também constatar que são as crianças do sexo feminino e as pertencentes ao estatuto baixo aquelas que se deslocam mais de automóvel na companhia de adultos, demonstrando este facto que neste trajecto os rapazes e as crianças pertencentes ao estatuto alto são aqueles que revelam maior independência de mobilidade.

O passo seguinte foi saber a percentagem de crianças que frequentavam a piscina e como era o trajecto até essa infra-estrutura desportiva.

3.9 – Frequência e trajecto casa/piscina

Os resultados expressos no quadro 23 mostram-nos que a maioria das crianças (89,7%) não frequentou a piscina nas últimas duas semanas, e que houve uma diminuição da frequência à medida que se avançou na idade. Olhando para as outras variáveis, podemos observar que, em relação à diferenciação sexual, as

diferenças são mínimas, enquanto que o estatuto sócio-económico evidencia índices de frequência mais elevados por parte das crianças do estatuto alto.

QUADRO 23 - Frequência e trajecto casa/piscina (distância, transporte e acompanhantes)

	Total Amostra	Idade			Sexo		Estatuto	
		8 anos	10 anos	12 anos	Masc.	Fem.	Alto	Baixo
Frequência da piscina	%	%	%	%	%	%	%	%
Sim	10,3	17	12	2	10,7	10	12,7	8
Não	89,7	83	88	98	89,3	90	87,3	92
Distância								
Menos de 500 metros	28,9	11,8	25	50	18,8	20	26,3	8,3
Entre 500 e 1000 metros	20,1	35,3	25	0	25	33,3	31,6	25
Mais de 1000 metros	51	52,9	50	50	56,2	46,7	42,1	66,7
Transporte usado no percurso								
A pé	35,6	23,5	33,3	50	31,3	26,7	36,8	16,7
Bicicleta	0	0	0	0	0	0	0	0
Automóvel	61,6	76,5	58,4	50	68,7	66,7	63,2	75
Transporte público	2,8	0	8,3	0	0	6,6	0	8,3
Acompanhantes no percurso								
Sozinha	0	0	0	0	0	0	0	0
Com crianças	19,4	0	8,3	50	6,3	6,6	5,3	8,3
Com adultos	80,6	100	91,7	50	93,7	93,4	94,7	91,7

Quando à distância no trajecto, a maioria das crianças que frequenta este tipo de instalação (51%) percorreram mais de 1000 metros, e são os rapazes e as crianças pertencentes ao estatuto baixo aquelas que percorrem uma distância mais longa.

O trajecto até à piscina, é efectuado pela maioria das crianças de automóvel, e são as mais velhas, as pertencentes ao sexo masculino, e ao estatuto alto aquelas que se deslocam mais a pé.

Relativamente aos acompanhantes no trajecto, verificamos que a maior percentagem de crianças o efectua na companhia de adultos (80,6%), e que nenhuma efectuou este percurso sozinha. Verificamos que o acompanhamento por adultos decresce com a idade, aumentando a companhia de outras crianças no trajecto, que as diferenças entre os sexos são mínimas, e que o trajecto efectuado com adultos é ligeiramente superior por parte das crianças pertencentes ao estatuto alto.

Reflectindo sobre os resultados, podemos dizer que a maioria das crianças referiu não se deslocou à piscina, enquadrando-se estes dados na baixa frequência a instituições que oferecem prática desportiva às crianças, como já foi evidenciado anteriormente. Uma possível justificação para esta constatação pode ter a ver com a localização destas infra-estruturas (as piscinas cobertas na cidade encontram-se situadas em locais de difícil acesso), o que, de alguma forma, encontra eco nas palavras de Dishman & Sallis (1994), quando afirmam que o acesso às instalações de prática desportiva podem influenciar favoravelmente a participação das crianças nesse tipo de práticas, uma vez que os resultados dos estudos apontam para relações, embora fracas mas significativas, entre a proximidade das instalações e a sua frequência por parte das crianças durante os seus tempos livres. A idade mostrou-se também um factor importante no decréscimo da frequência desta instituição de prática desportiva, indo ao encontro dos resultados evidenciados nos estudos de King & Coles (1992) e Fernandez e Solá (1998) que constataram que as crianças apresentam um decréscimo da participação neste tipo de actividades à medida que aumenta a idade. São as crianças pertencentes ao estatuto alto aquelas que mais frequentaram esta instituição, podendo esta constatação encontrar justificação no facto de a sua frequência acarretar alguns custos em termos monetários que poderão afastar algumas crianças de menores recursos económicos. Quanto à distância a percorrer, a maior percentagem tem de deslocar-se mais de 1000 metros e são as crianças do sexo masculino e pertencentes ao estatuto baixo, aquelas que têm de percorrer maiores distâncias. Com a idade diminui a percentagem que efectua este trajecto de automóvel, aumentando simultaneamente aqueles que o fazem a pé. São também as crianças pertencentes ao sexo masculino e ao estatuto alto aquelas que, em maior percentagem, efectuaam este trajecto a pé. Relativamente aos acompanhantes no trajecto, pudemos observar que ele é efectuado principalmente na companhia de adultos, com maior incidência por parte das crianças pertencentes ao estatuto alto.

A independência de mobilidade evidenciada pelas crianças no trajecto casa/piscina apresenta valores bastante reduzidos, uma vez que a maioria faz o percurso de automóvel na companhia de adultos. As razões que podem justificar esta constatação, pensamos poder encontrá-las na localização destas infra-estruturas (como já referimos anteriormente), pois, como refere Arez (1998), a distância que vai do local onde habitam as crianças até aos locais de prática de actividade física constitui-se como um factor importante ao nível da autonomia que lhes é concedida no trajecto.

Embora já se tenha anteriormente efectuado um levantamento das crianças que frequentam um clube desportivo aquando da abordagem da actividade física, os resultados aqui obtidos servem essencialmente para contextualizar as questões que se seguem e que são relativas ao trajecto até essa instituição de prática desportiva. Procuramos assim saber a distância percorrida, o transporte usado e os acompanhantes das crianças no trajecto até ao clube.

3.10 – Trajecto casa/clube

Os resultados expressos no quadro 24 mostram-nos que a maioria das crianças (75,7%) não frequenta nenhum clube desportivo, como já tinha sido evidenciado anteriormente, sendo a frequência menor por parte das crianças mais novas. As crianças do sexo masculino frequentam mais o clube que as do sexo feminino, e as diferenças ao nível do estatuto sócio-económico são mínimas.

Quando à distância no trajecto, a grande maioria percorre mais de 1000 metros ou mais de 500 metros. Com o aumento da idade diminui a percentagem de crianças que tem de percorrer mais de 1000 metros até ao clube e são as do sexo masculino e as pertencentes ao estatuto baixo aquelas que percorrem um trajecto mais longo.

Até ao clube, a maioria das crianças efectua o percurso de automóvel ou a pé, enquanto que o transporte público é utilizado por uma percentagem diminuta. Um dado que gostaríamos de salientar tem a ver com o facto de haver também

uma pequena percentagem de crianças de doze anos pertencentes ao sexo masculino que utiliza a bicicleta no trajecto até ao clube.

QUADRO 24 - Frequência e trajecto casa/clube (distância, transporte e acompanhantes)

	Total	Idade			Sexo		Estatuto	
	Amostra	8 anos	10 anos	12 anos	Masc.	Fem.	Alto	Baixo
Frequência do clube	%	%	%	%	%	%	%	%
Sim	24,3	18	29	26	29,3	19,3	24	24,7
Não	75,7	82	71	74	70,7	80,7	76	75,3
Distância								
Menos de 500 metros	12,7	5,6	17,2	15,4	4,6	27,6	16,7	10,8
Entre 500 e 1000 metros	39,2	33,3	37,9	46,2	38,6	41,4	47,2	32,4
Mais de 1000 metros	48,1	61,1	44,8	38,4	56,8	31	36,1	56,8
Transporte usado no percurso								
A pé	26,3	5,6	31	42,3	15,9	48,3	33,3	24,3
Bicicleta	2,6	0	0	7,7	4,6	0	2,8	2,7
Automóvel	64,3	88,8	65,6	38,5	68,2	51,7	55,6	67,6
Transporte público	6,8	5,6	3,4	11,5	11,3	0	8,3	5,4
Acompanhantes no percurso								
Sozinha	15,6	5,6	10,3	30,8	15,9	17,3	19,4	13,5
Com crianças	10,1	0	3,5	26,9	11,4	10,3	13,9	8,1
Com adultos	74,3	94,4	86,2	42,3	72,7	72,4	66,7	78,4

Com o aumento da idade, nota-se uma diminuição na percentagem de crianças que se desloca de automóvel para o clube, enquanto que aumenta a percentagem que o faz a pé. As crianças mais velhas são também aquelas que mais utilizam o transporte público. Relativamente à diferenciação sexual, os rapazes deslocam-se mais de automóvel para o clube que as raparigas, enquanto estas o fizem mais a pé. Por outro lado, apenas os rapazes utilizam a bicicleta ou o transporte público no trajecto. Quanto ao estatuto sócio-económico, são as crianças pertencentes ao estatuto baixo aquelas que se deslocam mais de automóvel e menos a pé.

Os dados respeitantes aos acompanhantes no trajecto mostram-nos que a maior percentagem de crianças o efectua na companhia de adultos, decrescendo estes valores com a idade, aumentando simultaneamente a percentagem que o percorre sozinha ou com outras crianças. Os resultados respeitantes à

diferenciação sexual evidenciam diferenças mínimas entre os rapazes e as raparigas, enquanto os dados relativos ao estatuto sócio-económico revelam que a percentagem de crianças pertencentes ao estatuto baixo que efectua o trajecto com adultos é superior.

Os resultados apresentados vêm ao encontro daqueles que havíamos referido anteriormente quando abordamos a actividade desportiva das crianças, pois, também aí verificamos que a prática desportiva num clube era diminuta, tendo sido as crianças mais novas e as pertencentes ao sexo feminino aquelas que apresentaram índices de prática mais baixos. Ao abordarmos o trajecto que vai de casa até ao clube, verificamos que a maioria das crianças tem de percorrer distâncias longas (mais de 500 metros, ou mesmo mais de 1000 metros), efectuando o percurso essencialmente de automóvel ou a pé e predominantemente na companhia de adultos. As crianças mais velhas são as que percorrem distâncias menores, diminuindo de igual modo com a idade a percentagem de trajectos efectuados de automóvel e na companhia de adultos. Em contrapartida aumenta a percentagem das que o efectuam sozinhas ou na companhia de amigos. Se nos debruçarmos sobre as variáveis sexo e estatuto sócio-económico, constatamos que os rapazes e as crianças pertencentes ao estatuto baixo são as que têm de percorrer distâncias maiores, utilizando de igual forma em maior percentagem no trajecto o automóvel como meio de transporte. No que toca aos acompanhantes no trajecto, enquanto a variável sexo revelou diferenças diminutas, são as crianças pertencentes ao estatuto baixo aquelas que mais efectuam este percurso na companhia de adultos, e apenas os rapazes utilizam o transporte público e a bicicleta no trajecto.

Fazendo uma reflexão sobre a independência de mobilidade das crianças entre a casa onde habitam e o clube onde praticam uma modalidade desportiva, podemos começar por dizer que a distância que separa estes dois locais pode constituir-se como um dos primeiros entraves à independência de mobilidade no percurso, uma vez que a percentagem de crianças que mora a mais de 1000

metros do clube apresenta valores elevados, traduzindo-se este facto na necessidade de se deslocarem de automóvel na companhia de adultos. Embora possa funcionar como atenuante o facto de morarem mais perto do clube, pensamos que a idade é, mesmo assim, um factor influente, uma vez que os resultados demonstraram que à medida que as crianças se tornam mais crescidas, aumenta também a percentagem que efectua o percurso sozinho ou com outras crianças. Quanto ao sexo e ao estatuto sócio-económico, embora sejam os rapazes e as crianças pertencentes ao estatuto baixo as que fazem o trajecto em maior percentagem de automóvel, pensamos que a justificação poderá ter a ver essencialmente com a distância a percorrer (moram mais longe) e não com as restrições impostas ao nível da mobilidade.

Após uma análise pormenorizada dos resultados sobre a independência de mobilidade das crianças, podemos desde já retirar algumas conclusões gerais. Em primeiro lugar, constatamos que os limites geográficos concedidos ao nível das actividades desenvolvidas com os amigos (brincar, andar de bicicleta...) apresentam restrições que tendem a diminuir com a idade. A variável sexo não apresenta resultados conclusivos, uma vez que os rapazes evidenciam maior liberdade até aos limites do bairro, invertendo-se ligeiramente os resultados para além desses limites. Quanto ao estatuto sócio económico, as diferenças são pequenas, mas, mesmo assim, são as crianças pertencentes ao estatuto baixo aquelas que revelam limites territoriais mais alargados.

As visitas a amigos são efectuadas essencialmente a pé ou de automóvel e fazem parte das rotinas das crianças, tal como os passeios a pé com amigos para ir a diferentes locais. O número de trajectos aumenta com a idade e, enquanto as raparigas revelam maior independência de mobilidade nas visitas a amigos, os rapazes e as crianças pertencentes ao estatuto baixo revelam efectuar maior número de trajectos a pé com outras crianças, traduzindo-se este facto, numa maior liberdade para passear, visitar amigos ou familiares, participar na missa ou catequese, ir a espaços para jogar e às compras. Quando se deslocam com adultos

no meio urbano, a travessia das ruas sozinho e de forma independente parece não se constituir como obstáculo para a maioria das crianças. Mesmo assim, essa autonomia aumenta com a idade, e é superior nos rapazes e nas crianças pertencentes a um estatuto sócio-económico baixo. Nos passeios a pé preferem a companhia de adultos, aumentando com a idade o interesse pela companhia de outras crianças. As distâncias percorridas sozinhas ou com amigos são de um modo geral curtas, confinando-se na sua maioria às imediações do bairro, aumentando com a idade o número de trajectos mais longos, sendo os rapazes e as crianças do estatuto baixo aqueles que se deslocam mais para fora do bairro.

A actividade andar de bicicleta é realizada por um percentagem baixa de crianças (os rapazes desenvolvem esta actividade mais que as raparigas), é efectuada predominantemente ao fim de semana, e a independência de mobilidade é elevada mas com restrições em termos geográficos. A idade apresenta-se como um factor importante nos limites concedidos, enquanto que as variáveis sexo e estatuto sócio-económico revelam diferenças mínimas.

Quanto aos trajectos efectuados pelas crianças a partir de casa para se deslocarem a diferentes instituições, pudemos concluir que o trajecto até à escola é o mais curto, é efectuado essencialmente a pé, principalmente pelas crianças mais velhas, pelas pertencentes ao sexo masculino e ao estatuto baixo, sendo também, o automóvel um meio de transporte bastante mencionado. No trajecto até à escola as crianças revelam alguma independência de mobilidade, uma vez que a maioria (exceptuando as mais novas) o efectua sozinho ou com amigos. A idade, o sexo e o estatuto sócio-económico assumem-se como variáveis importantes ao nível da independência de mobilidade neste percurso, sendo as crianças mais velhas, os rapazes e as pertencentes ao estatuto alto aquelas que evidenciam níveis mais elevados de autonomia. Os resultados mostram também que as instituições de tempos livres, a piscina e o clube desportivo são frequentadas por uma percentagem baixa de crianças, e que os trajectos são efectuados especialmente de automóvel ou a pé na companhia de adultos

(excepto as mais velhas que efectuam em maior percentagem o trajecto casa/instituição de tempos livres a pé, sozinhas ou com amigos), o que revela níveis baixos de independência de mobilidade. Os resultados demonstram ainda que a idade e o estatuto sócio-económico podem assumir-se como variáveis importantes ao nível da independência de mobilidade nestes trajectos, uma vez que as crianças mais velhas evidenciam níveis mais elevados em todos eles. As crianças pertencentes ao estatuto baixo revelam maior independência de mobilidade até à piscina, enquanto as pertencentes ao estatuto alto revelam maior independência de mobilidade até à instituição de tempos livres e ao clube. Ao nível da diferenciação sexual, apenas encontramos diferenças dignas de registo no trajecto casa/instituição de tempos livres, (os rapazes apresentam maior independência de mobilidade), apresentando os restantes trajectos diferenças mínimas.

Após análise detalhada dos dados resultantes dos questionários aplicados às crianças, onde procuramos saber os seus níveis de actividade física e independência de mobilidade no meio urbano, passamos de seguida a debruçar-nos sobre as questões que foram levantadas aos pais relativamente às mesmas temáticas, procurando conhecer as principais razões que podem interferir na actividade física ou independência de mobilidade dos seus filhos.

4 – Opinião dos pais sobre os obstáculos que interferem na actividade física e independência de mobilidade dos seus filhos no meio urbano.

Na sociedade contemporânea é inegável a influência que as estruturas sociais exercem sobre a vida diária das crianças, assumindo os pais um papel fundamental nas actividades desenvolvidas e locais frequentados pelos seus filhos. As expectativas, atitudes e valores atribuídos às diferentes actividades, podem constituir-se como fortes incentivos ou, pelo contrário, como factores inibidores da prática dessas mesmas actividades, reflectindo-se este facto de forma clara no comportamento evidenciado pelas crianças. Hoje em dia podem ser apontadas um conjunto de causas de natureza global que têm contribuído para afastar as crianças dos espaços exteriores (Arez, 1998), levando muitas vezes os pais a tomar a responsabilidade pela segurança dos seus filhos, provocando restrições na sua liberdade de apropriação espacial e independência de mobilidade (Trenter e Doyle, 1996). Procuramos de seguida saber como é que os pais ajuízam a actividade lúdica e a mobilidade dos seus filhos no meio urbano, e quais são, na sua opinião, os principais obstáculos que podem interferir sobre essa actividade e mobilidade.

4.1 – Liberdade concedida às crianças e principais obstáculos nas suas actividades lúdicas e independência de mobilidade no meio urbano.

Os resultados expressos no quadro 25 mostram-nos de forma clara que a maioria dos pais (67,3%) considera que os seus filhos não têm muita liberdade ao nível da actividade lúdica e independência na sua mobilidade no meio urbano. À medida que se avança na idade pode observar-se um aumento da percentagem dos pais que consideram que os seus filhos têm muita liberdade para brincar ou deslocar no meio urbano de forma independente. Se nos centrarmos nas restantes variáveis, verificamos que são os pais dos rapazes e das crianças pertencentes ao estatuto sócio-económico baixo aqueles que consideram, em maior percentagem,

que os seus filhos possuem muita liberdade para brincar na rua e uma grande independência de mobilidade no meio urbano.

QUADRO 25– Liberdade concedida às crianças e principais obstáculos para a act. lúd. e ind. mob.

	Total	Idade			Sexo		Estatuto	
	Amostra	8 anos	10 anos	12 anos	Masc.	Fem.	Alto	Baixo
O seu filho(a) tem muita liberdade para brincar na rua e possui grande Ind. de Mob. no meio urbano	%	%	%	%	%	%	%	%
Sim	32,7	17	30	51	34	30	22	42
Não	67,3	83	70	49	66	70	78	58
Principais obstáculos à act. lúd e Ind. de Mob. das crianças no meio urbano								
Ser muito novo	71	90,4	61,4	61,2	72,7	72,4	72,6	72,4
Ser pouco responsável	12,5	19,3	10	8,2	16,2	10,5	11,1	16,1
Perigo do tráfego	79,8	86,7	77,1	75,5	85,9	74,3	84,6	73,6
Medo de assalt. e molest. por adultos	8,1	2,4	5,7	16,3	7,1	6,7	8,5	4,6
Receio de brigas e prob com crianças	54,4	61,4	52,9	49	50,5	59	55,6	54
Ambiente poluído	10,5	21,6	10	0	12,1	12,4	12,8	11,5

Quanto aos principais obstáculos apontados e que podem interferir na actividade lúdica e independência de mobilidade dos seus filhos, verificamos que se centram fundamentalmente em torno de três eixos; o perigo que representa o tráfego automóvel, a idade (o facto de ser muito novo), e o receio de brigas e problemas com outras crianças. Quanto aos factores considerados menos importantes, aparecem o medo de assaltos e molestações por adultos, o ambiente poluído e o sentido de responsabilidade. Podemos constatar que os obstáculos referenciados como mais importantes (ser muito novo, perigo do tráfego automóvel e receio de brigas e problemas com outras crianças) decrescem com a idade, o mesmo acontecendo relativamente ao sentido de responsabilidade e ambiente poluído, aumentando por outro lado o medo de assaltos e molestações por adultos. Os resultados referentes à diferenciação sexual mostram-nos que as principais diferenças se encontram ao nível do sentido de responsabilidade, onde a percentagem de pais dos rapazes que considera os seus filhos pouco responsáveis é superior aos das raparigas, assim como ao nível do perigo de tráfego. Pelo contrário, o receio de brigas e problemas com outras crianças são apontados como obstáculos mais relevantes pelos pais das raparigas. Ao nível do

estatuto sócio-económico, as maiores diferenças aparecem relacionadas com o sentido de responsabilidade, que é mais valorizado pelos pais das crianças pertencentes ao estatuto baixo, enquanto que o perigo de tráfego e medo de assaltos e molestações por adultos é mais valorizados pelos pais das crianças pertencentes ao estatuto alto.

Um olhar sobre os resultados mostra-nos que os pais estão conscientes de que os seus filhos não possuem muita liberdade ao nível da sua actividade lúdica e independência de mobilidade no meio urbano, que essa autonomia aumenta à medida que se tornam mais crescidos, sendo os rapazes e as crianças pertencentes ao estatuto baixo aquelas que gozam de níveis mais elevados de apropriação espacial e independência de mobilidade. Estes resultados vêm confirmar as conclusões já evidenciadas por outros autores relativamente às variáveis idade, sexo e estatuto sócio-económico (Moore e Young, 1978; Malina, 1980b; Wohlwill e Heft, 1987; Malpique, 1995; Kitta, 1995; Van der Spek e Noyon, 1995; Heurlin-Norinder, 1996; Arez, 1998; Serrano, Ferreira, Lourenço e Correia, 1999), uma vez que também eles verificaram que as crianças mais velhas, os rapazes e as pertencentes a classes sociais mais desfavorecidas tinham um espaço territorial mais vasto e maior independência nos seus deslocamentos.

Se nos debruçarmos sobre os principais obstáculos à actividade lúdica e independência de mobilidade no meio urbano, verificamos que, para além da idade (ser muito novo), são também apontados o perigo que representa o tráfego automóvel e o receio de brigas e problemas com outras crianças. Estes resultados reflectem também as conclusões evidenciadas por diferentes autores (Hillman e Adams, 1992; Van der Spek e Noyon, 1995; Kitta, 1995; Heurlin-Norinder, 1996; Arez, 1998) quando realçaram que os pais das crianças mais novas impõem um maior número de restrições à mobilidade dos seus filhos, e que a insegurança nas ruas provocada pelo tráfego automóvel excessivo e pelos problemas sociais têm sido apontados em diferentes países como as causas principais para essas restrições. Um dado curioso que gostaríamos de realçar tem

a ver com o facto de apenas uma percentagem baixa de pais ter referido, entre as restrições, o medo de assaltos e molestações por parte de adultos, contrariamente à literatura que considera este factor importante. Uma possível justificação para esta constatação poderá ser encontrada no facto de o nosso estudo ter sido efectuado numa cidade média do interior do país, onde a realidade criminal se encontra muito distante daquela que se observa nos grandes centros. Se nos centrarmos nas diferentes variáveis do estudo, podemos verificar que, com a idade decrescem os obstáculos relacionados com o perigo de tráfego e o receio de brigas ou problemas com outras crianças (os pais revelam maior confiança na responsabilidade de circulação e relacionamento com os pares), aumentando o medo de assaltos e molestações por parte de adultos. Este último dado pode ser reflexo de uma maior liberdade que é concedida às crianças em termos de apropriação espacial e trajectos efectuados de forma independente (são menos acompanhados por adultos, logo estão mais expostos a ser interpelados por estranhos). Ao nível da diferenciação sexual, observamos que os pais dos rapazes dão maior relevo aos perigos relacionados com o tráfego e ao sentido de responsabilidade dos seus filhos (por os considerar pouco responsáveis), enquanto que, por estranho que pareça, são os pais das raparigas aqueles que evidenciam maior receio de brigas e problemas com outras crianças. Pudemos também constatar que os pais das crianças pertencentes ao estatuto baixo, atribuem maior importância ao fraco sentido de responsabilidade dos seus filhos, enquanto que os do estatuto alto atribuem mais importância ao perigo proporcionado pelo tráfego automóvel e assaltos e molestações por adultos. Os dados revelam também que enquanto os pais das crianças pertencentes ao estatuto baixo revelam uma maior preocupação com factores intrínsecos (sentido de responsabilidade), os do estatuto alto mostram maiores preocupações com factores extrínsecos (problemas de ordem social).

Após verificar a liberdade concedida ao nível da actividade lúdica e mobilidade, fomos procurar saber o que os pais pensam sobre a liberdade

concedida aos seus filhos nas actividades andar de bicicleta, patins ou skate no meio urbano, e também conhecer a sua opinião relativamente aos principais obstáculos que podem interferir sobre estas actividades.

4.2 – Liberdade concedida às crianças e principais obstáculos nas actividades andar de bicicleta, patins ou skate no meio urbano.

Os resultados expressos no quadro 26 mostram-nos que a maioria dos pais (69,3%) consideram que os seus filhos não têm muita liberdade para andar de bicicleta, patins ou skate no meio urbano, e que essa liberdade é mais baixa por parte das crianças mais novas, aumentando gradualmente com a idade.

QUADRO 26 – Liberdade concedida e principais obstáculos para andar de bicicleta, patins ou skate

	Total	Idade			Sexo		Estatuto	
	Amostra	8 anos	10 anos	12 anos	Masc.	Fem.	Alto	Baixo
O seu filho(a) tem muita liberdade para andar de bicicleta, patins ou skate no meio urbano	%	%	%	%	%	%	%	%
Sim	30,7	20	30	42	32,7	28,7	32	29,3
Não	69,3	80	70	58	67,3	71,3	68	70,7
Principais obstáculos às actividades andar de bicicleta, patins ou skate no dia a dia das crianças								
Ser muito novo	51,9	71,3	50	34,5	53,5	54,2	51,9	55,7
Ser pouco responsável	12,8	13,8	5,7	19	11,9	13,1	8,8	16
Perigo de acidente	88,6	91,3	90	84,5	90,1	87,9	94,1	83,9
Perigo do tráfego	86,3	83,8	87,1	87,9	88,1	84,1	90,2	82,1
Medo de assalt. e molest. por adultos	11	7,5	10	15,5	10,9	10,3	9,8	11,3
Receio de brigas/prob. com crianças	15,6	20	11,4	15,5	11,9	19,6	15,7	16
Ambiente poluído	0	0	0	0	0	0	0	0

Se nos centrarmos nas restantes variáveis, observamos que os pais dos rapazes que consideram que os seus filhos possuem muita liberdade para efectuar este tipo de actividades é superior aos das raparigas, o mesmo acontecendo relativamente aos pais das crianças do estatuto alto, em comparação com os pais das do estatuto baixo.

Os principais obstáculos apontados pelos pais e que podem interferir nas actividades andar de bicicleta, patins ou skate, centram-se em torno de três eixos: o perigo de acidente, o perigo que representa o tráfego automóvel e idade (ser

muito novo). Podemos constatar que o perigo de acidente e o ser muito novo sofrem um decréscimo com a idade, enquanto que o perigo do tráfego automóvel tende a aumentar, assim como o medo de assaltos e molestações por adultos. Os resultados referentes à diferenciação sexual mostram-nos que as principais diferenças se encontram ao nível do perigo de tráfego, mais apontado pelos pais dos rapazes, e receio de brigas e problemas com outras crianças, mais apontado pelos pais das raparigas. Quanto ao estatuto sócio-económico, as maiores diferenças aparecem ao nível do sentido de responsabilidade e ser muito novo, mais referidos pelos pais pertencentes ao estatuto baixo, enquanto que os do estatuto alto apontam em maior percentagem o perigo de tráfego e perigo de acidente.

À semelhança do que referimos anteriormente relativamente à liberdade concedida na actividade lúdica, a maioria dos pais considera que os seus filhos não dispõem de muita liberdade para andar de bicicleta, patins ou skate na rua, aumentando essa liberdade à medida que se tornam mais crescidos. Os pais dos rapazes e das crianças pertencentes ao estatuto alto referem, em maior percentagem, conceder muita liberdade aos seus filhos para poder andar de bicicleta, patins ou skate na rua. Se fizermos uma retrospectiva, verificamos que os resultados evidenciados anteriormente vão ao encontro daqueles que foram apontados quando estudamos o nível de independência de mobilidade e o limite geográfico concedido na actividade andar de bicicleta, uma vez que também aí ficou claro que a maioria das crianças apenas podia andar com amigos dentro do bairro, e que os limites territoriais concedidos aumentam com a idade e são superiores por parte dos rapazes. Por outro lado, podemos dizer que os resultados obtidos no nosso estudo vão ao encontro dos obtidos por Hillman e Adams (1992), Malpique (1995) e Arez (1998), relativamente ao aumento de liberdade com a idade, e também parecem confirmar os resultados obtidos por Van der Spek e Noyon (1995), Arez (1998) e Neto (2001), relativamente à maior liberdade evidenciada pelos rapazes. Relativamente ao estatuto sócio-económico,

verificamos que são os pais das crianças do estatuto alto aqueles que referem, em maior percentagem, conceder grande liberdade aos seus filhos nesta actividade, o que contraria os resultados apresentados por Mallina (1980b) e Serra y Viguer (1998).

Quanto aos principais obstáculos apontados pelos pais relativamente às actividades andar de bicicleta, patins ou skate no meio urbano, verificamos que a idade (os filhos serem muito novos) e o perigo que representa o tráfego automóvel continuam a ser dos mais referenciados, tal como aconteceu anteriormente aquando da abordagem da actividade lúdica e independência de mobilidade, juntando-se a estes dois factores o perigo de acidente. A inclusão deste último facto parece-nos ter lógica, pois a bicicleta é um meio de locomoção com alguma instabilidade em termos de equilíbrio que pode ser usado na via pública (onde a intensidade de trânsito é cada vez maior), tornando-se por isso numa actividade perigosa, ao nível dos acidentes que podem ser provocados. Gostaríamos ainda de salientar que, à medida que aumenta a idade, decresce o perigo de acidente na opinião dos pais (este facto pode encontrar justificação no maior sentido de responsabilidade), mas, em contrapartida, aumenta o perigo relacionado com o tráfego automóvel e o medo de assaltos e molestações provocados por adultos (menores restrições espaciais, poderão expor as crianças a maior número de perigos). Se nos debruçarmos sobre a diferenciação sexual, podemos observar que os pais dos rapazes atribuem mais importância aos perigos relacionados com o tráfego, enquanto os pais das raparigas apontam em maior percentagem o receio de brigas ou problemas com outras crianças, tal como já havia sido referenciado anteriormente aquando da abordagem da actividade lúdica e mobilidade. Relativamente ao estatuto sócio-económico, constatamos que as maiores diferenças surgiram ao nível do sentido de responsabilidade e idade (por serem muito novas), mais referidos pelos pais das crianças pertencentes ao estatuto baixo, enquanto que os perigos relacionados com o tráfego automóvel e de acidente são mais apontados pelos pais das crianças do

estatuto alto. Tal como aconteceu anteriormente, também aqui os pais revelam preocupações de natureza diferente (pais do estatuto baixo mostraram maiores preocupações por factores intrínsecos, enquanto os do estatuto alto focaram mais os extrínsecos).

Para terminar, fomos perguntar aos pais a sua opinião sobre a liberdade concedida e desejada pelos seus filhos relativamente à actividade física diária e independência de mobilidade no meio urbano, e também a interferência de três grandes factores (organização espacial, trânsito e criminalidade) nessa liberdade.

4.3 – Opinião dos pais relativamente a aspectos relacionados com a actividade física e independência de mobilidade no dia a dia dos seus filhos

Quando se questionou os pais sobre o a liberdade ao nível da mobilidade e actividade física que concediam aos seus filhos no meio urbano, verificamos que a maioria (73%) considerou que impunha limitações. No entanto, à medida que se avança na idade pode constatar-se que a percentagem de pais que diz conceder grande independência de mobilidade e liberdade na actividade física diária dos seus filhos aumenta, o que vem confirmar os dados obtidos nos questionários efectuados às crianças.

Se nos debruçarmos sobre as restantes variáveis, podemos observar que as diferenças entre os rapazes e as raparigas são baixas e que são os pais das crianças pertencentes ao estatuto alto aqueles que referem, em maior percentagem, conceder grande independência de mobilidade e liberdade na actividade física diária dos seus filhos. Quando se perguntou aos pais se os seus filhos gostariam de ter mais independência ao nível da sua mobilidade e actividade física do que aquela que lhe era concedida, a maior percentagem (58,3%) considerou que os seus filhos se encontravam satisfeitos a este nível. No entanto, foi nas variáveis idade e estatuto sócio-económico que encontramos maior insatisfação, uma vez que são os pais das crianças mais novas e das do estatuto baixo aqueles que, em maior percentagem, consideram que os seus filhos

não estão satisfeitos face à liberdade que lhes é concedida. Relativamente à diferenciação sexual as diferenças observadas foram baixas.

QUADRO 27 – Opinião dos pais sobre aspectos da act. física e ind. de mobilidade dos seus filhos

	Total	Idade			Sexo		Estatuto	
	Amostra	8 anos	10 anos	12 anos	Masc.	Fem.	Alto	Baixo
Concedo ao meu filho(a) grande Ind. de Mob. e liberdade para a sua A.F.	%	%	%	%	%	%	%	%
Sim	27	12	25	44	26	28	31,3	22,7
Não	73	88	75	56	74	72	68,7	77,3
O meu filho(a) gostava de ter mais Ind. de Mob. e liberdade na sua A.F.								
Sim	41,7	48	37	40	40,7	42,7	34,7	48,7
Não	58,3	52	63	60	59,3	57,3	65,3	51,3
A organização do esp. urbano limita a Ind. de Mob. e a A. F. das crianças								
Sim	64,7	72	70	52	66	63,3	61,3	68
Não	35,3	28	30	48	34	36,7	38,7	32
O trânsito limita a Ind. de Mob. e a A.F. diária das crianças na rua								
Sim	77	94	82	55	77,3	76,7	72,7	81,3
Não	23	6	18	45	22,7	23,3	27,3	18,7
A criminalidade limita a Ind. de Mob. e a A.F. das crianças na rua								
Sim	65,7	78	73	46	66	65,3	61,3	70
Não	34,3	22	27	54	34	34,7	38,7	30

No que toca às razões que podem estar por detrás das limitações impostas pelos pais à actividade física e independência de mobilidade diária dos seus filhos, pudemos observar que a maior percentagem refere que a organização urbana, o trânsito e a criminalidade se constituem como factores importantes. A idade mostrou ser uma variável determinante ao nível das limitações, uma vez que os resultados demonstram que a percentagem de pais que considera os factores enunciados como limitadores diminui à medida que as crianças se tornam mais crescidas. Se nos centrarmos nas variáveis sexo e estatuto sócio-económico, verificamos que são os pais dos rapazes e das crianças pertencentes ao estatuto baixo, aqueles que consideram em maior percentagem a importância destes factores nas limitações por si impostas.

Os resultados expressos vêm, de alguma forma, confirmar grande parte das constatações obtidas anteriormente, isto é, mostram que a maioria das crianças

tem uma liberdade de prática física e independência de mobilidade com algumas restrições impostas pelos pais. No entanto, essas limitações parecem ser, na opinião destes, bem aceites e compreendidas pelos seus filhos, uma vez que a maioria refere que eles estão satisfeitos com as limitações que lhes são impostas. A idade apresenta-se, na opinião dos pais, como um factor determinante nas concessões ao nível da actividade física e da independência de mobilidade, demonstrando claramente os resultados que, à medida que a criança cresce, as limitações se vão tornando cada vez menores, diminuindo também a insatisfação face às liberdades concedidas. Se nos centrarmos nas restantes variáveis, verificamos que a diferenciação sexual apresenta pequenas diferenças, enquanto que, ao nível do estatuto sócio-económico, são os pais das crianças pertencentes ao estatuto alto aquelas que, em maior percentagem, dizem conceder grande independência de mobilidade e liberdade para desenvolvimento da actividade física dos seus filhos, o que se reflecte na maior satisfação apresentada por estes relativamente a essa liberdade.

Quanto aos factores limitadores da actividade física e independência de mobilidade das crianças, verificamos que a opinião dos pais vem reforçar algumas constatações que já haviam expressado anteriormente, quando os questionamos sobre os principais obstáculos relativamente à actividade lúdica, à actividade andar de bicicleta, patins ou skate e quanto à independência de mobilidade dos seus filhos. Na opinião dos pais, a forma como está organizado o meio urbano, o trânsito que assola as cidades e a criminalidade constituem-se, sem sombra de dúvidas, como factores que interferem directamente na actividade física e independência de mobilidade dos seus filhos, apresentando-se a idade como determinante na diminuição do risco oferecido por esses obstáculos. A diferenciação sexual apresenta poucas diferenças ao nível das condicionantes impostas. No entanto as limitações são ligeiramente inferiores para as raparigas. Quanto ao estatuto sócio-económico, são os pais das crianças pertencentes ao estatuto baixo aqueles que consideram em maior percentagem que os obstáculos

apontados se constituem como factores limitadores da independência de mobilidade e da actividade física dos seus filhos.

Após uma análise pormenorizada dos resultados sobre a opinião dos pais relativamente à actividade física e independência de mobilidade dos seus filhos, podemos tirar algumas conclusões gerais. Em primeiro lugar, pudemos comprovar, à semelhança do que já havia sido constatado quando questionamos as crianças, que também a maioria dos pais considera que os seus filhos estão limitados na sua independência de mobilidade e actividade física (onde se inclui a actividade lúdica e a actividade andar de bicicleta, patins ou skate) no meio urbano, e que essa liberdade e independência tende a aumentar com a idade e apresenta níveis mais elevados por parte dos rapazes. Quanto ao estatuto sócio-económico, encontramos alguma controvérsia, uma vez que os resultados revelam que, quando nos centramos na independência de mobilidade e actividade lúdica, os pais consideram que são as crianças pertencentes ao estatuto baixo aquelas que gozam de mais independência e liberdade, invertendo-se os resultados quando nos centramos na actividade andar de bicicleta, patins ou skate, considerando aqui os pais que são as crianças pertencentes ao estatuto alto aquelas que gozam de maior liberdade. Relativamente aos principais obstáculos, pudemos concluir que "o ser muito novo" e o tráfego automóvel são os factores que se salientaram, quer ao nível da actividade lúdica e independência de mobilidade, quer ao nível da actividade andar de bicicleta, patins ou skate, aos quais se podem juntar o receio de brigas e problemas com outras crianças, focado relativamente às primeiras, e o perigo de acidente, relativamente às segundas. Com a idade decrescem em nível de importância os factores relacionados com o tráfego automóvel, o perigo de acidente e o receio de brigas e problemas com outras crianças, aumentando o medo de assaltos e molestações por adultos. Os pais dos rapazes atribuem maior relevo ao perigo de tráfego e sentido de responsabilidade, enquanto os pais das raparigas apontam como factor mais importante o receio de brigas e problemas com outras crianças. Ao nível do

estatuto sócio-económico, podemos concluir que, enquanto os pais pertencentes ao estatuto baixo atribuem maior importância aos factores idade e ao sentido de responsabilidade dos seus filhos, os pertencentes ao estatuto alto atribuem maior importância aos perigos de tráfego e acidente e também revelam maior medo de assaltos e molestações por adultos.

Para terminar, gostaríamos de referir que a literatura especializada nesta área demonstra que, entre os factores mais relevantes para as restrições, estão claramente aqueles que dizem respeito à segurança, com lugar de destaque para os perigos inerentes ao tráfego automóvel (aumento constante do número de veículos a circular cada vez mais depressa numa "luta constante contra o tempo") e aqueles que estão relacionados com problemas de ordem social (como o aumento da criminalidade) e também os problemas inerentes à imaturidade das crianças, (reflectindo-se nas brigas ou problemas com outras crianças e ainda nos incómodos que podem causar a terceiros), o que vem de alguma forma comprovar os resultados obtidos no nosso estudo.

5 - A actividade física e independência de mobilidade das crianças (resultados dos diários de actividades e monitores de frequências cardíacas)

Vamos de seguida apresentar e discutir os resultados, tomando por base as informações recolhidas através dos diários de actividade e monitores de frequência cardíaca[103]. A apresentação com base nos diários de actividade será descritiva[104] e assenta numa análise do conteúdo que permitiu a codificação das informações em diferentes categorias[105] (anexo 10). A complementaridade dos dados recolhidos através dos diários e dos monitores de frequências cardíacas permite descrever a percentagem de tempo semanal passado em cada uma das categorias, a média da frequência cardíaca exibida pelas crianças e também a percentagem de tempo dessa frequência, de acordo com diferentes níveis de intensidade (leve, moderada e intensa) nessas mesmas categorias. Procuraremos ainda saber se há diferenças significativas entre as variáveis ao nível do tempo semanal e da média exibida em cada uma das categorias referidas anteriormente.

Relativamente aos níveis de intensidade da actividade física, não nos baseamos em fórmulas de cálculo da actividade física, pelo facto de estas estarem desajustadas relativamente à população infanto-juvenil, como refere Diniz (1997). O facto de não haver consensos estabelecidos entre os especialistas relativamente aos limiares para a actividade física "moderada" ou "moderada a intensa" (Sallis & Patrick, 1994)[106], fez com que optássemos por considerar os

[103] A informação apenas se refere às actividades de tempos livres após o período escolar nos dias úteis e após o almoço ao fim de semana.

[104] Procura-se que esta análise seja de âmbito mais geral, procurando salientar apenas os resultados mais relevantes, por forma a servir de complemento àqueles que foram obtidos através dos questionários.

[105] Sabendo que as possibilidades de categorizar a actividade física são inúmeras, como refere Cachapuz (1998), baseamo-nos na categorização apresentada por Caspersen e col. (1985) e mais tarde aperfeiçoada por Luís (2000), efectuamos uma adaptação de acordo com as necessidades do nosso estudo.

[106] Warburton & Woods (1996) utilizaram o sistema de categorização tomando por base a equivalência estabelecida por Armstrong (1990), tendo considerado como limiar de actividade de intensidade "moderada a vigorosa" valores acima dos 139 bpm. Mota (1994), no seu estudo, considerou como limites mínimos para a actividade física de intensidade moderada os 140 bpm. Diniz (1997) usou um limiar de

intervalos usados por Amendoeira, Santos e Fontes Ribeiro (2000) na base de três níveis de intensidade: actividade física leve quando era inferior a 120 bpm,; actividade moderada entre 120 e 160 bpm e actividade intensa quando se situava acima dos 160 bpm. Um aspecto que gostaríamos de salientar tem a ver com o facto de termos acrescentado aos quadros uma coluna com os resultados da actividade moderada/intensa, habitualmente designada na língua inglesa por "Moderate-to-Vigorous Physical Activity", que representa, no âmbito da temática da epidemiologia, o valor determinante de qualquer impacto sobre a saúde, como referem Armstrong, Balding, Gentle & Kirby (1990), Armstrong (1991) e Magalhães (2001). Optamos também, e pelas razões expressas anteriormente, por verificar se existiam diferenças significativas entre as variáveis neste nível de intensidade.

5.1 – Actividades Dentro de Casa

O espaço interior da habitação apresenta-se nas sociedades modernas, qualquer que seja a sua expressão, como o cenário dominante durante a infância (Malpique, 1995), desenvolvendo a criança neste espaço de apropriação directa predominantemente actividades funcionais e lúdicas (Lurçat, 1982). A análise efectuada com base nos diários de actividade permitiu codificar estas actividades em seis categorias diferenciadas (actividade lúdica, refeições, higiene pessoal, actividades domésticas, actividades escolares e visionamento televisivo).

Tal como constatamos nas informações obtidas através dos questionários, também aqui as crianças realizam uma grande quantidade e diversidade de jogos durante a semana estudada, jogos esses que requerem índices baixos de actividade física/movimento, a que Malpique (1995) chamou de "jogos de movimentação controlada", por muitos deles se praticarem sem necessidade de

140 bpm para representar o limite inferior das actividades susceptíveis de desenvolver a capacidade aeróbia e um limiar inferior de 160 bpm para considerar a actividade física intensa.

sair do mesmo local, ou implicarem um mínimo de actividade motora. Os jogos mais praticados são os que utilizam bonecos/bonecas e a consola/game boy (ambos com 44,4%), os jogos de computador e os que utilizam uma bola/balão (ambos com 33,3%), o monopólio (27,8%), os puzzles (22,2%) e os jogos de cartas, carrinhos e dominó (todos com 16,7%). Gomes (1991) constatou que nos espaços interiores os jogos e brincadeiras das crianças assumem um carácter predominantemente sedentário.

Podemos verificar que os jogos que utilizam carrinhos e bonecos/bonecas são os mais realizados pelas crianças mais novas, enquanto que outros, como os jogos de regras mais complexas (jogos de cartas, monopólio, dominó e puzzles) e os jogos de computador, são mais praticados por crianças mais velhas. Podemos, de igual modo, verificar que os jogos com carrinhos, com cartas, o monopólio e os jogos electrónicos (computador e consola/game boy) são mais usados pelas crianças do sexo masculino, enquanto que os jogos com bonecos/bonecas, os puzzles e o dominó, são mais usados pelo sexo feminino. Relativamente ao estatuto sócio-económico, os jogos com carrinhos, com cartas, o monopólio e a consola/game boy, são mais praticados por crianças pertencentes ao estatuto baixo, enquanto os jogos de computador, são essencialmente realizados pelas do estatuto alto. Quanto ao acompanhamento, constatamos que a maioria dos jogos são desenvolvidos individualmente ou com outras crianças.

Os resultados anteriormente descritos permitem-nos confirmar alguns dados obtidos nos questionários. Constatamos que a panóplia de jogos que fazem parte da actividade lúdica das crianças dentro de casa é vasto e diversificado, que existem jogos preferenciais que variam de acordo com a idade, o sexo e o estatuto sócio-económico, e que são realizados maioritariamente de forma individual ou com outras crianças. Gostaríamos, no entanto, de salientar que, relativamente à utilização do computador, os resultados obtidos entre os questionários e os diários relativamente à variável idade apresentam alguma controvérsia, uma vez que, nos primeiros esta variável se revelou pouco

importante, o mesmo não tendo acontecido nos segundos, onde ficou claro que são as crianças mais velhas os maiores utilizadores. Quando comparamos os resultados obtidos com os de outros estudos, constatamos uma grande aproximação nas conclusões, uma vez que os diferentes autores (Sutton-Smith, 1979; Lurçat, 1982; Johnson, 1987; Malpique, 1995; Pessanha, 1995; Serrano, 1996; Tercedor, 1999) puderam também constatar que, dentro de casa, a panóplia de jogos das crianças é vasto e diversificado, com predominância dos jogos de dramatização, electrónicos e de mesa pertencentes à categoria dos jogos comercializados. Os autores citados referem também ter encontrado diferenças quando se tem em conta variáveis diferenciadas como o sexo, a idade ou o estatuto sócio-económico.

Para além da actividade lúdica, são percepcionadas outras actividades desenvolvidas dentro de casa e, tal como anteriormente, os dados resultantes da análise dos diários de actividades vieram confirmar que as actividades escolares e o visionamento televisivo fazem parte das rotinas diárias das crianças, independentemente do sexo, idade ou estatuto sócio-económico a que pertencem. De entre as actividades escolares destacam-se os trabalhos de casa, a leitura e escrita, a matemática, o desenho e a pintura, e são desenvolvidas maioritariamente de forma individual sem a supervisão de adultos. Quanto ao visionamento televisivo, não é efectuado a uma hora determinada (sofrendo variações ao longo da semana). No entanto, pode salientar-se o período da noite após o jantar. É uma actividade efectuada individualmente ou com crianças (quando efectuada durante o dia) ou na companhia de adultos (quando efectuada à noite após o jantar). Estes resultados vêm confirmar os resultados obtidos por outros autores (Serra, 1992; Pereira, 1993; Pinto, 1995; Serrano e Neto, 1997) que também haviam constatado que o visionamento televisivo e as tarefas escolares são actividades relevantes nas rotinas diárias das crianças. Tercedor (1999) pôde também confirmar no seu estudo que as tarefas escolares e o visionamento televisivo faziam parte das rotinas diárias das crianças, e que as

primeiras ocupavam cerca de uma hora diária, enquanto as segundas iam muito para além desse tempo.

A ajuda nas tarefas domésticas, é outra actividade muito participada (83,3%) mas esporádica (uma ou duas participações ao longo da semana para a maioria das crianças). As tarefas que mais se destacam estão relacionadas com o arrumar da casa, limpar o pó (efectuadas principalmente na companhia de adultos, principalmente a mãe) e levantar e pôr a mesa para as refeições (realizada preferencialmente sozinha ou com os irmãos). Estes resultados vêm confirmar aqueles que já haviam sido proferidos por outros autores (Serra, 1992; Torres, 1995; Serrano, 1996), tendo também eles constatado que a maioria das crianças que fizeram parte dos seus estudos realizava este tipo de actividades. As crianças mais novas foram as que menos participavam nestas tarefas, o que vem confirmar os resultados obtidos nos questionários, pois também aí havíamos verificado um acréscimo de participação com a idade. Quanto à diferenciação sexual, não pudemos confirmar os resultados obtidos nos questionários nem aqueles que foram obtidos por outros autores (Sobral, 1992; Costa, 1993; Pinto,1995) que apontam para uma maior participação por parte das raparigas nestas tarefas, uma vez que não constatamos diferenças na participação entre rapazes e raparigas.

Podemos ainda observar que as refeições são tomadas preferencialmente em casa ou na casa de familiares (exceptuando as crianças mais novas que lancham na instituição de tempos livres), sendo o lanche tomado, na maioria das vezes, sozinho ou com crianças, e o jantar na companhia de familiares (normalmente os pais e irmãos). Quanto à higiene pessoal,[107] é efectuada em casa, preferencialmente de forma individual pelas crianças.

[107] Nesta categoria apenas consideramos a actividade tomar banho, uma vez que as outras actividades relacionadas com a higiene pessoal como seja lavar as mãos, assoar, limpar a cara (...) são acções de realização rápida difíceis de codificar. Por outro lado, consideramos que eram acções pouco relevantes para o estudo.

5.2 – Actividades Fora de Casa

As características do espaço exterior permitem às crianças uma apropriação diferenciada daquela que é efectuada nos espaços interiores, devido, em parte, a uma menor estruturação do envolvimento e maiores oportunidades de expansão espacial que se traduzem num leque diversificado de actividades aí desenvolvidas. A análise efectuada com base nos diários de actividade permite codificar estas actividades em seis categorias diferenciadas (actividade lúdica, actividade desportiva, actividades livres orientadas em instituições, assistência a espectáculos, mobilidade e outras).

Relativamente à actividade lúdica, constatamos que todas as crianças brincam/jogam fora de casa durante a semana. No entanto, são as mais novas aquelas que apresentam maiores restrições (desenvolvem menor número de vezes esta actividade no espaço exterior). Os jogos mais praticados são as escondidas (55,6%), o toca e foge e o futebol (ambos com 50%), o andar de bicicleta (44,4%) e as corridas e saltos (33,3). Podemos constatar que são as crianças mais novas as que menos praticam os jogos mencionados, mas, em contrapartida, são as que mais recorrem a jogos realizáveis num parque infantil (baloiços e escorrega). Quanto à diferenciação sexual, verificamos que o futebol, o andar de bicicleta e as corridas/saltos são praticados maioritariamente pelos rapazes, enquanto o jogo do elástico, saltar à corda e outros jogos com bola apenas fazem parte da actividade lúdica das raparigas. Estes resultados vêm ao encontro das palavras de Pomar e Neto (1997) quando dizem que as formas de actividade que implicam maior contacto físico, mais dispêndio energético e coordenação motora determinam o tipo de jogos predominantemente masculinos (futebol, corridas...), ou predominantemente femininos (saltar à corda, elástico...). Ao nível do estatuto sócio-económico não detectamos grandes diferenças. Relativamente ao acompanhamento nos jogos, confirmamos que são realizados na maioria dos casos com outras crianças, preferencialmente da mesma idade e do mesmo sexo.

Os resultados obtidos permitem confirmar algumas conclusões evidenciadas anteriormente nos questionários e também aquelas que foram proferidas por diferentes autores nos seus estudos (Serra, 1992; Pereira, 1993; Torres, 1995; Malpique, 1995; Serrano, 1996 e Vasconcelos, 1998). Assim, começamos por verificar que as crianças dispõem de alguma liberdade para desenvolver as suas actividades lúdicas fora de casa, e que a idade é uma variável determinante ao nível da autonomia de apropriação espacial e expansão territorial. O espaço junto da habitação é o lugar privilegiado de prática de uma grande quantidade e diversidade de jogos que, na sua essência, requerem níveis elevados de actividade física, por implicarem muito movimento. Neto (2001) refere que os espaços adjacentes à habitação são fundamentais na vida das crianças, ao nível do jogo e independência de acção. O bairro apresenta-se, por isso, como um dos lugares mais significativos no dia a dia das crianças, contribuindo de uma forma profunda para o seu desenvolvimento individual e social (Morales, 1980 e Pol i Urrútia, 1981). Os resultados confirmam, ainda, que a idade e o sexo são duas variáveis que traduzem um interesse e uma atitude diferenciados face aos jogos praticados fora de casa com os amigos, tal como já haviam comprovado Johnson (1987), Malpique (1995) e Pomar e Neto (1997), o mesmo não se podendo afirmar em relação ao estatuto sócio-económico, uma vez que não encontramos grandes diferenças.

Um olhar sobre a actividade desportiva num clube permitiu-nos verificar que apenas cinco crianças (27,8%) praticam uma de cinco modalidades diferentes (judo, natação, atletismo, ténis e futebol), apenas uma ou duas vezes por semana e, como máximo, duas horas de cada vez. Relativamente às diferentes variáveis, embora Gaya e Torres (1998) tivessem constatado que as crianças pertencentes a um estatuto mais elevado se deslocavam mais a clubes desportivos, e Calmeiro (1999) tenha referido que as crianças de estatuto mais baixo parecem ter maiores dificuldades para se envolver no desporto federado, devido a problemas de transporte e dinheiro para a aquisição de material desportivo, no nosso estudo,

não encontramos diferenças de registo ao nível da idade e do estatuto sócio-económico, o mesmo não acontecendo relativamente à diferenciação sexual, uma vez que são essencialmente os rapazes a praticar este tipo de actividades (80%). Os dados expressos vêm confirmar o que já havíamos concluído, e vai ao encontro daquilo que foi proferido por muitos autores (King & Coles, 1992; Pereira, 1993; Costa, 1993; Torres, 1995; Serrano, 1996; Gomes, 1997; Fernandez e Solá, 1998; Serrano, Ferreira, Lourenço e Correia, 1999; Matos, Simões, Canha e Fonseca, 2000; Serrano, Santos e Lopes, 2000) quando afirmaram que a prática desportiva das crianças num clube é baixa, com níveis reduzidos de tempo semanal de prática e que existe um predomínio e um maior envolvimento na prática por parte dos rapazes (Sobral, 1992; Sallis, 1993; Tercedor, 1999, Póvoas, 2000; Serrano, França e Grosso, 2000).

Quanto à actividade livre orientada, contrariamente aos resultados obtidos por Serrano (1996) e Pereira & Neto (1999) constatamos que uma grande percentagem de crianças não frequenta nenhuma instituição de tempos livres, e aquelas que o fazem deslocam-se a quatro tipos de instituições (catequese, conservatório, inglês e instituição de tempos livres - A.T.L). De entre estas instituições, a catequese é aquela onde se deslocam mais crianças (55,6%), seguida do A.T.L. (33,3%), conservatório (27,8%) e Inglês (11,1%). Podemos ainda verificar que apenas as crianças mais novas (8 anos) frequentam o A.T.L., sendo também aquelas que maioritariamente frequentam a catequese. Por outro lado, o conservatório e o inglês são apenas frequentados por crianças do estatuto alto, sendo a primeira instituição frequentada essencialmente por raparigas e a segunda por rapazes. Os dados confirmam os resultados obtidos através dos questionários que demonstram uma baixa frequência de instituições de tempos livres por parte das crianças do estudo, sendo as mais novas, as do sexo feminino e as do estatuto alto as que apresentam taxas de frequência mais elevadas.

Relativamente à assistência a espectáculos, podemos constatar que a participação é diminuta (16,7%) e esporádica (apenas uma vez por semana),

confirmando estes resultados a fraca participação neste tipo de eventos por parte das crianças que se encontram na faixa etária que vai dos oito aos doze anos, como foi proferido por Serrano e Neto (1996).

5.3 – A Independência de Mobilidade

Uma observação atenta dos diários de actividade permite detectar diferentes formas de mobilidade por parte das crianças para se deslocarem a diferentes locais, permite visionar os limites geográficos concedidos pelos adultos nas suas deslocações, conhecer os locais visitados, os trajectos e as distâncias percorridas, bem como o acompanhamento nos percursos efectuados. É com base na percepção de trajectos para visitar amigos, nos passeios e nos deslocamentos efectuados para as instituições que frequentam ou para espaços de jogo que podemos aperfeiçoar o conhecimento sobre a independência de mobilidade das crianças nas suas rotinas de vida.

Ao analisar os limites geográficos concedidos às crianças, constatamos que todas elas têm permissão para desenvolver actividades e deslocar-se no espaço exterior (pátio, na rua ou em espaços multi-desportivos) dentro dos limites do bairro, deslocando-se para aí preferencialmente a pé, sozinhos ou na companhia de amigos (a bicicleta é utilizada por algumas crianças nesses trajectos). Estes resultados permitem confirmar, mais uma vez, que a área física do bairro se apresenta com um significado importante para os seus habitantes, funcionando, segundo Freid y Gleicher (1961), como um prolongamento da habitação, no qual estão delineados e se estruturam várias partes com base numa sensação de pertença, e onde se fortalecem laços de vizinhança que conferem aos pais maiores níveis de segurança, traduzindo-se este facto numa maior permissividade na exploração espacial e autonomização por parte das crianças nesse lugar (mesmo das mais novas). Pinto (1995) vem reforçar esta ideia, referindo que no seu estudo pôde constatar que nas imediações da sua habitação as crianças

dispunham de grande liberdade na exploração do envolvimento, principalmente quando estavam inseridos no grupo de amigos.

As visitas à casa de familiares e amigos, dentro e fora do bairro, fazem parte do quotidiano de muitas das crianças, sendo os trajectos percorridos principalmente a pé (sozinhas) ou de automóvel (acompanhados por adultos). A idade mostra ser um factor importante na independência de mobilidade conferida às crianças nestes trajectos, pois podemos constatar que a maioria das mais novas (8 anos) realiza esses percursos preferencialmente na companhia de adultos, a pé (trajectos mais curtos) e de automóvel (trajectos mais longos), enquanto as mais velhas (10 e 12 anos) os percorrem principalmente a pé e sozinhas. Por outro lado, as distâncias mostram ser um factor importante, ao nível da independência de mobilidade, havendo maiores restrições quando os percursos são mais longos e há necessidade de sair para fora do bairro. Os resultados vêm confirmar aqueles que havíamos obtido anteriormente aquando da análise dos questionários, e também os de outros autores, quando referem que as crianças têm por hábito visitar amigos e familiares com alguma frequência, realizando o percurso principalmente a pé ou de automóvel, e que o número de trajectos e a independência de mobilidade aumenta com a idade (Hillman e Adams, 1992; Pinto, 1995; Arez, 1998).

Durante a semana as crianças deslocam-se a diferentes instituições, revelando os trajectos uma independência de mobilidade com muitas limitações, à excepção daquele que era efectuado até à instituição escolar[108]. Tercedor (1999), constatou também no seu estudo que a maioria das crianças efectuava o caminho para a escola a pé e revelava alguma autonomia neste trajecto. Arez (1998) refere que os pais acompanham menos os filhos à escola, do que a outros lugares onde podem desenvolver actividades relacionadas com o lazer, devido à menor acessibilidade desses locais. Os resultados revelam que os trajectos para a

[108] - Para além da quotidianeidade (trajecto bem conhecido, efectuado diariamente), uma possível razão que poderá aumentar a independência de mobilidade das crianças no percurso até à escola pode ser encontrada nas distâncias a percorrer (um trajecto mais curto implica uma maior autonomia).

instituição de tempos livres (A.T.L.), para o clube, para a catequese ou conservatório, são efectuados na maioria das vezes na companhia de adultos principalmente de automóvel, independentemente da idade, do sexo ou do estatuto sócio-económico (apenas uma pequena percentagem de crianças mais velhas efectuam alguns destes trajectos a pé na companhia de amigos). Arez (1998) concluiu também no seu estudo que a maioria das deslocações efectuadas pelas crianças a espaços onde pode praticar actividade física (clube, piscina...) eram efectuados na maioria das vezes de automóvel na companhia de adultos. Da escola para casa ou para a instituição de tempos livres, a idade mostra ser uma variável determinante ao nível da independência de mobilidade (todas as crianças de oito anos realizam o percurso a pé ou de automóvel acompanhadas por adultos, uma percentagem elevada de dez anos já o efectua a pé na companhia de amigos, e todas as de doze anos o realizam a pé ou de autocarro, sozinhas ou na companhia de amigos). Para além dos trajectos até às diferentes instituições, são poucas as crianças que passeiam a pé pela cidade, e, quando acontece, esses passeios são efectuados normalmente para fazer compras na companhia de familiares adultos.

Uma reflexão sobre os resultados relativos à independência de mobilidade permite afirmar que a idade, mais do que qualquer outra variável, parece ser determinante na forma como as crianças podem fazer a apropriação dos lugares de forma autónoma, notando-se uma clara progressão ao nível dos limites territoriais impostos e um aumento da autonomia nos trajectos diários efectuados, à medida que se avança em termos etários. Os diferentes autores que estudaram a independência de mobilidade das crianças (Moore e Young, 1978; Van Vliet, 1983; Schoggen e Schoggen, 1984; Van Der Spek e Noyon, 1995; Serrano, 1996; Serra y Viguer, 1998 e Antunes, Duarte & Colla, 2000) parecem reforçar esta constatação, quando afirmam que a apropriação do espaço está ligada aos ciclos de vida, tornando-se as crianças mais autónomas e independentes ao nível da exploração espacial, à medida que crescem. Gostaríamos ainda de acrescentar

que, embora os resultados expressos nesta parte do estudo, não tivessem mostrado grandes diferenças quanto às variáveis sexo e estatuto sócio-económico, autores como Hillman e Adams (1992), Heurlin-Norinder (1996), Arez (1998) e Neto (2001) concluíram que os rapazes parecem gozar de uma maior autonomia nos trajectos e apropriação dos lugares, enquanto Serra y Viguer (1998) e Malina (1980b) verificaram que as crianças pertencentes a um estatuto sócio-económico mais baixo têm menores restrições ambientais e maior independência ao nível da sua mobilidade.

Para terminar gostaríamos de acrescentar que, para além dos factores ligados à segurança, um aspecto que também poderá ser determinante na autonomia de mobilidade das crianças poderá ter a ver com as distâncias a percorrer. Parece-nos que o acompanhamento por adultos a determinados locais não tem apenas a ver com o receio ou a falta de confiança nas crianças, mas, muitas vezes, com a distância dos trajectos que implicam um deslocamento de automóvel, e também, pela necessidade de cumprir horários cada vez mais apertados, não apenas por parte das crianças relativamente às instituições frequentadas, mas também para dar resposta às necessidades temporais dos adultos, o que leva à necessidade de demorar o menor tempo possível nos trajectos a percorrer.

Para além da descrição sobre a actividade física e independência de mobilidade das crianças durante os seus tempos livres, vamos, de seguida, apresentar o tempo semanal que dedicaram às diferentes actividades, e estudar a variação das frequências cardíacas ao nível da intensidade, durante a realização dessas mesmas actividades.

6– Tempo e intensidade das actividades e deslocações semanais.

Neste ponto procuramos quantificar o tempo dedicado pelas crianças às diferentes actividades e, deslocamentos semanais, apresentar a média da frequência cardíaca e a percentagem de tempo passado nos diferentes níveis de intensidade (pré-definidos) em cada uma das categorias do estudo. Veremos também se existem ou não diferenças significativas entre as variáveis em cada um dos pontos enunciados[109]. Gostaríamos ainda de acrescentar que a não verificação de diferenças em determinadas categorias se deveu à exiguidade da amostra (act. desportiva, assistência a espectáculos, higiene e outras actividades).

6.1 – Percentagem de tempo semanal gasto nas actividades e deslocações.

Os resultados referentes ao tempo semanal gasto pelas crianças nas suas actividades físicas e deslocações durante o período em que decorreu a observação, mostram que o visionamento televisivo, a actividade lúdica, as actividades escolares, as refeições e também a actividade livre orientada, são aquelas a que dedicam mais tempo durante a semana. Esta constatação pode, na nossa opinião, ser justificada de acordo com duas ordens de factores - a periodicidade de ocorrência (são actividades diárias realizadas em muitos casos mais que uma vez) e o tempo de ocorrência (são actividades realizadas durante mais horas). Esta afirmação encontra suporte nas conclusões dos estudos de diferentes autores (Pereira, 1993; Pinto, 1995; Serrano, 1996; Tercedor, 1999; Monteiro et al. 2000), quando evidenciaram que estas actividades fazem parte das rotinas diárias da maioria das crianças em idade escolar.

[109] Nos diferentes níveis de intensidade (leve moderado e intenso) optámos por verificar se existem diferenças significativas apenas no nível moderado/intenso, por este ser considerado, no âmbito da temática da epidemiologia, o valor determinante de qualquer impacto sobre a saúde, como referem diferentes autores (Armstrong, Balding, Gentle & Kirby, 1990; Armstrong, 1991 e Magalhães, 2001).

QUADRO 28– Percentagem e comparação (Anova) de tempo semanal passado nas diferentes categorias pela totalidade da amostra e de acordo com a variável idade.

	Total Amostra	Idade							
		8 anos		10 anos		12 anos			
Categorias	%	%	D.P	%	D.P	%	D.P	Valor F	Valor de p
Mobilidade a pé	3,8	1,2	0,9	5	2,3	5,4	2,6	**7,246**	**0,006**
Mob. de transporte	3,8	4,7	2,4	4,4	3,5	2,5	0,9	1,350	0,289
Act. Lúdica em casa	10,7	11,3	6,9	9,8	7,9	10,8	3,5	0,090	0,915
Act. Lúdica fora casa	11,4	8,5	5,8	15	8,7	10,8	3,8	1,575	0,239
Act. Desportiva	1,3	0,6	0,9	1,3	3,1	1,9	3,4	a	a
Act. Livre orientada	13,8	36	5,0	1,5	2,9	4	3,1	**156,987**	**0,000**
Actividade Doméstica	1,8	1,8	1,5	1,5	1,3	2,2	1,5	0,348	0,712
Actividades escolares	9,8	3,5	3,7	11	3,3	14,8	4,9	**12,622**	**0,001**
Visionam. Televisivo	23,1	19,2	7,2	24,8	12,4	25,5	4,0	0,950	0,409
Higiéne Pessoal	0,9	0,4	0,6	1,1	1,5	1,1	1,3	a	a
Refeições	16,9	11,3	4,7	20,2	2,2	19,1	1,0	**15,135**	**0,000**
Assistir a Espectáculos	0,6	0,7	1,6	1,1	2,0	0	0	a	a
Outros	1,9	0,8	1,4	3,3	2,7	1,6	2,5	a	a

a – A exiguidade da amostra nalguns grupos levou a que não se verificassem as diferenças estatísticas

QUADRO 29 – Resultados do Teste de Scheffe nas categorias onde foram detectadas diferenças significativas

Categorias	Idades	Sig.
Mobilidade a pé	8-10	**0,024**
	8-12	**0,012**
	10-12	0,937
Actividade livre orientada	8-10	**0,000**
	8-12	**0,000**
	10-12	0,512
Actividades escolares	8-10	**0,017**
	8-12	**0,001**
	10-12	0,284
Refeições	8-10	**0,001**
	8-12	**0,002**
	10-12	0,843

Comparando os resultados mencionados com os obtidos nos questionários, podemos confirmar que o visionamento televisivo, a actividade lúdica e os trabalhos escolares, estão realmente entre as actividades a que as crianças dedicam mais horas durante os seus tempos livres. Um aspecto que gostaríamos de salientar, tem a ver com o facto do tempo passado numa instituição de tempos livres estar entre os mais elevados, o que parece um contra-senso uma vez que uma grande percentagem de crianças referiu não frequentar este tipo de instituições. A explicação para os valores encontrados reside naquilo a que chamamos anteriormente "tempo de ocorrência", pois constatamos que as crianças mais novas referem passar muitas horas diárias (36% do tempo livre

semanal) numa instituição de tempos livres (ATL) o que vem de alguma forma influenciar o resultado obtido. Quanto às actividades com registos de tempo semanal mais baixo, podemos afirmar que estão dentro do esperado, uma vez que os resultados obtidos nos questionários apontam, de igual forma, para tempos diminutos na actividade desportiva semanal no clube e assistência a espectáculos, por serem actividades praticadas por poucas crianças e com tempos de prática diminutos. Muitos autores (King & Coles, 1992; Sallis, 1993; Pereira, 1993; Costa, 1993 e 1997; Torres, 1995; Serrano, 1996; Gomes, 1997; Fernandez e Solá, 1998; Tercedor, 1999; Serrano, Ferreira, Lourenço e Correia, 1999; Matos, Simões, Canha e Fonseca, 2000; Serrano, Santos e Lopes, 2000), puderam confirmar nos seus estudos que a maioria das crianças e jovens não pratica qualquer actividade desportiva no clube, e aqueles que o fazem dedicam-lhe menos de três horas semanais. Neves (1999) e Tercedor (1999) reforçam os dados obtidos, referindo que as actividades físicas extra escolares das crianças e jovens se situam predominantemente no domínio da recreação (actividades especialmente de carácter lúdico) e não no âmbito desportivo sob a responsabilidade dos clubes (onde assumem um carácter essencialmente competitivo). Quanto à assistência a espectáculos, Serrano e Neto (1997) corroboram os nossos resultados, afirmando que se tratava de uma actividade esporádica nas rotinas de vida das crianças. Se nos centrarmos nos resultados sobre o tempo gasto nos trajectos semanais, constatamos que apresenta valores reduzidos, podendo a explicação para este facto ser encontrada, não no número de trajectos diários efectuados (a maioria das crianças realiza esta acção diariamente), mas sim nas distâncias percorridas e também na forma como são efectuados (a grande maioria são trajectos curtos realizados a pé, sendo os mais longos efectuados essencialmente de automóvel), o que fez encurtar o tempo gasto nesses trajectos.

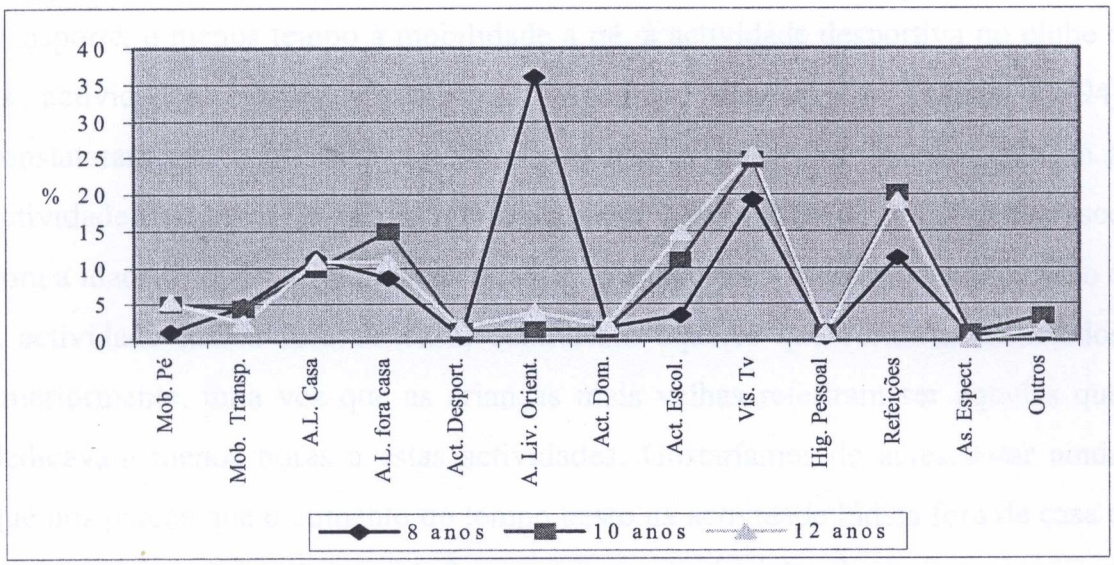


GRÁFICO 1 - Percentagem tempo semanal passado nas categorias de acordo com a idade

Podemos constatar que a idade assume um papel importante no tempo que é dedicado às diferentes actividades semanais, passando as crianças mais novas mais tempo em actividade livre orientada[110] e em actividade lúdica dentro de casa, mas, em contrapartida, menos tempo em frente ao televisor, na realização das actividades escolares, nas refeições, em actividade lúdica fora de casa, em actividades desportivas no clube e nos trajectos efectuados a pé. Os resultados evidenciam mesmo a existência de diferenças estatisticamente significativas entre as crianças mais novas (oito anos) e as restantes (dez e doze anos), nas categorias mobilidade a pé ($F = 7,246$, $p = 0,006$), actividade livre orientada ($F = 156,987$, $p = 0,000$), actividades escolares ($F = 12,622$, $p = 0,001$) e refeições ($F = 15,135$, $p = 0,000$).

Comparando os resultados com aqueles que foram obtidos através dos questionários, podemos confirmar que, também aí, a idade se apresenta como um factor importante no tempo que é dedicado a determinadas actividades durante os tempos livres das crianças, uma vez que são também as mais novas aquelas que dedicam mais tempo à actividade lúdica dentro de casa e à mobilidade de

[110] A actividade livre orientada foi claramente a de maior diferenciação, uma vez que todas as crianças mais novas passaram várias horas durante os dias úteis numa instituição de tempos livres, influenciando inclusivamente este facto os resultados globais como já foi referido anteriormente.

transporte, e menos tempo à mobilidade a pé, à actividade desportiva no clube e às actividades escolares em casa. Mendoza, Sagrera & Batista (1994) constataram que a percentagem de tempo que as crianças e jovens dedicam à actividade física fora da escola (principalmente à actividade desportiva) decresce com a idade. Por outro lado, os resultados referentes ao visionamento televisivo e à actividade lúdica fora de casa, contrariam aqueles que foram evidenciados anteriormente, uma vez que as crianças mais velhas referiram ser aquelas que dedicavam menos horas a estas actividades. Gostaríamos de acrescentar ainda que nos parece que o aumento do tempo gasto na actividade lúdica fora de casa e nos trajectos efectuados a pé, bem como a diminuição do tempo gasto em transportes, pode ser revelador de uma maior liberdade e autonomia evidenciada com o aumento da idade, como é apontado por diferentes autores (Van Vliet, 1983; Hillman e Adams, 1992; Van Der Spek e Noyon, 1995; Heurlin-Norinder, 1996; Serra y Viguer, 1998 e Antunes, Duarte & Colla, 2000).

Os resultados relativos à diferenciação sexual evidenciam que as actividades às quais os rapazes e as raparigas dedicam maior percentagem de tempo semanal são as mesmas, e que, embora os rapazes tenham revelado ter andado mais tempo a pé, passado mais tempo em actividade lúdica (dentro e fora de casa), mais tempo em actividade desportiva, e menos tempo de transporte, em actividade doméstica, visionamento televisivo e actividades escolares, não são detectadas diferenças estatisticamente significativas em nenhuma das categoria presentes no estudo[111].

[111] Os resultados do "t" teste revelaram que apenas o valor relativo ao visionamento televisivo poderia ser indicador de diferenças significativas. No entanto, como era um valor que se encontrava quase no limiar da significância, recorremos ao teste não paramétrico de Mann-Whitney para confirmação, tendo os resultados deste último demonstrado que afinal não havia diferenças estatisticamente significativas entre as variáveis em nenhuma das categorias estudadas.

QUADRO 30 – Percentagem e comparação (t teste) de tempo semanal passado nas diferentes categorias de acordo com a variável sexo.

	Sexo						
	Masc.		Fem.				
Categorias	%	D.P	%	D.P	t	p	Sig. (b)
Mobilidade a pé	4,2	2,7	3,5	2,9	0,575	0,574	0,426
Mob. de transporte	3,3	2,8	4,3	2,4	- 0,856	0,404	0,144
Act. Lúdica em casa	12,9	7,2	8,4	3,9	1,625	0,124	0,171
Act. Lúdica fora casa	13,3	5,3	9,6	7,7	1,174	0,257	0,085
Act. Desportiva	1,7	2,7	0,8	2,5	a	a	a
Act. Livre orientada	14,1	18,1	13,5	15,9	0,072	0,944	0,894
Actividade Doméstica	1,4	1,4	2,2	1,3	- 1,282	0,218	0,249
Actividades escolares	9,6	6,0	9,9	6,7	- 0,097	0,924	0,965
Visionam. Televisivo	19,2	6,5	27,1	9,0	- 2,132	**0,049**	0,070
Higiéne Pessoal	1,2	1,6	0,6	0,6	1,156	0,265	0,746
Refeições	16,9	5,4	16,9	4,9	- 0,009	0,993	0,659
Assistir a Espectáculos	0,5	1,6	0,6	1,3	a	a	a
Outros	1,5	2,1	2,3	2,8	a	a	a

a – A exiguidade da amostra nalguns grupos levou a que não se verificassem as diferenças estatísticas
b) Resultados do teste de Mann-Whitney

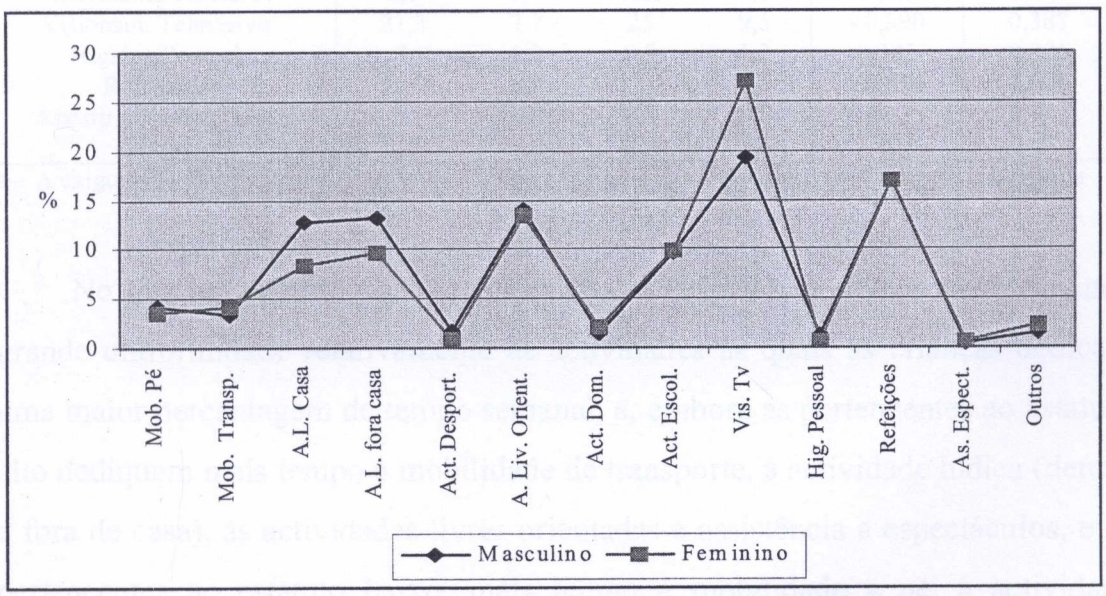


GRÁFICO 2 - Percentagem tempo semanal passado nas categorias de acordo com o sexo

Quando comparamos estas constatações com as evidenciadas anteriormente através dos questionários, verificamos que também aí ficou patente uma maior participação dos rapazes na actividade lúdica (dentro e fora de casa) e na actividade desportiva no clube, assim como um maior apoio por parte das raparigas às tarefas domésticas. Estes dados vêm confirmar as constatações de Sallis (1993); Fernandez e Solá (1998); Tercedor (1999), Póvoas (2000) e

Serrano, França e Grosso (2000) relativamente à maior participação dos rapazes na actividade lúdica e actividade desportiva, bem como as de Sobral (1992), Costa (1993), Pinto (1995), Torres (1995) e Serrano (1996) relativamente à maior participação por parte das raparigas nas actividades domésticas.

QUADRO 31 – Percentagem e comparação (t teste) de tempo semanal passado nas diferentes categorias de acordo com a variável estatuto sócio-económico.

	Estatuto					
	Alto		Baixo			
Categorias	%	D.P	%	D.P	t	p
Mobilidade a pé	2,7	1,6	5	3,2	- 2,001	0,063
Mob. de transporte	4,5	2,6	3,1	2,5	1,190	0,252
Act. Lúdica em casa	12	6,7	9,3	5,4	0,942	0,360
Act. Lúdica fora casa	12,5	4,4	10,4	8,5	0,647	0,527
Act. Desportiva	0,9	2,7	1,6	2,6	a	a
Act. Livre orientada	16,1	17,3	11,5	16,4	0,576	0,573
Actividade Doméstica	1,6	1,3	2	1,5	- 0,592	0,562
Actividades escolares	8,8	6,7	10,6	5,8	- 0,625	0,541
Visionam. Televisivo	21,3	7,7	25	9,5	- 0,890	0,387
Higiéne Pessoal	1	1,2	0,8	1,2	0,385	0,706
Refeições	15,9	5,0	17,9	5,1	- 0,856	0,405
Assistir a Espectáculos	1	2,0	0,2	0,5	a	a
Outros	1,5	1,6	2,3	3,1	a	a

a – A exiguidade da amostra nalguns grupos levou a que não se verificassem as diferenças estatísticas

No que ao estatuto sócio-económico diz respeito, podemos observar uma grande uniformidade relativamente às actividades às quais as crianças dedicam uma maior percentagem de tempo semanal, e, embora as pertencentes ao estatuto alto dediquem mais tempo à mobilidade de transporte, à actividade lúdica (dentro e fora de casa), às actividades livres orientadas e assistência a espectáculos, e as pertencentes ao estatuto baixo, mais tempo à mobilidade a pé, à actividade desportiva no clube, à actividade doméstica, actividades escolares e visionamento televisivo, podemos constatar que essas diferenças não são estatisticamente significativas em nenhuma das categorias estudadas.

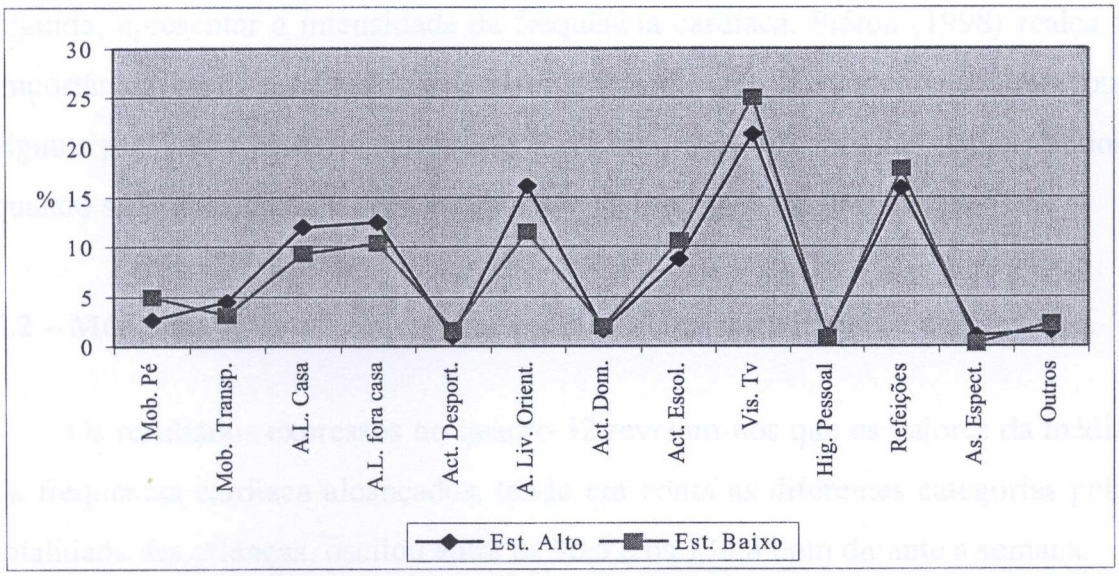


GRÁFICO 3 - Percentagem tempo semanal passado nas categorias de acordo com o estatuto

Ao compararmos os resultados relativos ao estatuto sócio-económico com os evidenciados anteriormente através dos questionários, verificamos que também aí ficou patente uma maior participação por parte das crianças do estatuto alto na actividade lúdica em casa, assistência a espectáculos e frequência mais elevada de instituições de tempos livres, enquanto que as pertencentes ao estatuto baixo apresentam uma maior participação na actividade desportiva e actividade doméstica. Relativamente à prática desportiva, parece não haver consensos entre os diferentes autores, uma vez que Tercedor (1999) verificou no seu estudo que eram as crianças pertencentes ao estatuto sócio-económico baixo as que mais praticavam actividade desportiva num clube, enquanto que Gottlieb e Chen (1985) e Serrano, Santos e Lopes (2000) constataram que foram as pertencentes ao estatuto sócio-económico mais alto as que obtiveram níveis de prática mais elevados. Mota e Silva (1998), por seu turno, não encontraram nenhuma associação significativa entre o estatuto sócio-económico e a prática deste tipo de actividades. Quanto à actividade doméstica, parece também não haver resultados concludentes.

Após analisar o tempo passado nas diferentes actividades, vamos, de seguida, apresentar a intensidade da frequência cardíaca. Piéron (1998) realça a importância desta medição fisiológica, referindo que ela permite avaliar com alguma precisão o nível de actividade física das crianças e recolher dados válidos quando se pretende conhecer a intensidade das suas actividades diárias.

6.2 – Média da Frequência cardíaca semanal nas actividades e deslocações.

Os resultados expressos no quadro 32 revelam-nos que os valores da média da frequência cardíaca alcançados, tendo em conta as diferentes categorias pela totalidade das crianças, oscilou entre os 96,5 e os 134,8 bpm durante a semana.

QUADRO 32 – Média e comparação (Anova) da frequência cardíaca nas diferentes categorias pela totalidade da amostra e de acordo com a variável idade.

	Total Amostra	Idade							
		8 anos		10 anos		12 anos			
Categorias	Média	Média	D.P	Média	D.P	Média	D.P	Valor F	Valor de p
Mobilidade a pé	113,5	110	8,1	117,2	12,7	112,8	11,8	0,575	0,575
Mob. de transporte	111,7	112,8	6,0	111,8	9,6	110,3	7,2	0,165	0,849
Act. Lúdica em casa	107,1	109,1	11,7	108,3	7,8	103,8	4,0	0,698	0,513
Act. Lúdica fora casa	125,8	120,5	5,7	128,2	8,1	128,6	3,6	3,392	0,061
Act. Desportiva	134,8	119,7	5,4	136,7	-	149	21,7	a	a
Act. Livre orientada	103,3	111,1	9,5	100,4	0,8	93,8	8,1	**6,487**	**0,014**
Actividade Doméstica	97,6	100,2	5,3	99,3	9,0	93,4	10,6	0,854	0,450
Actividades escolares	97,3	98,8	10,2	100,1	10,3	93,2	3,9	1,086	0,364
Visionam. Televisivo	101,7	105,7	5,8	104,3	10,9	95,1	4,0	3,565	0,054
Higiéne Pessoal	105,9	95,3	17,7	106,7	12,7	109,6	6,6	a	a
Refeições	99,9	104,1	6,8	101,1	10,8	94,6	4,7	2,308	0,134
Assistir a Espectáculos	112,8	106,6	-	116	39,0	-	-	a	a
Outros	96,5	95,6	3,4	96,8	10,7	96,6	2,3	a	a

a – A exiguidade da amostra nalguns grupos levou a que não se verificassem as diferenças estatísticas

QUADRO 33 – Resultados do Teste de Scheffe nas categorias onde foram detectadas diferenças significativas

Categorias	Idades	Sig.
Act. Livre orientada	8-10	0,215
	8-12	**0,015**
	10-12	0,547

As actividades realizadas no espaço exterior (actividade desportiva, a actividade lúdica e os deslocamentos) são aquelas onde a média da frequência

cardíaca semanal é mais alta, enquanto que as actividades de interior (actividades escolares, domésticas e refeições entre outras) são as que registam as médias de frequência cardíaca mais baixas. Esta constatação permite confirmar que as características do envolvimento físico são determinantes nos padrões de comportamento das crianças, facilitando ou limitando o tipo de movimentações que aí podem ocorrer (Sallis e Owen, 1997), e que as condições espaciais interferem nos níveis de intensidade da frequência cardíaca atingidos (Johnson, Christie e Yawkey, 1998).

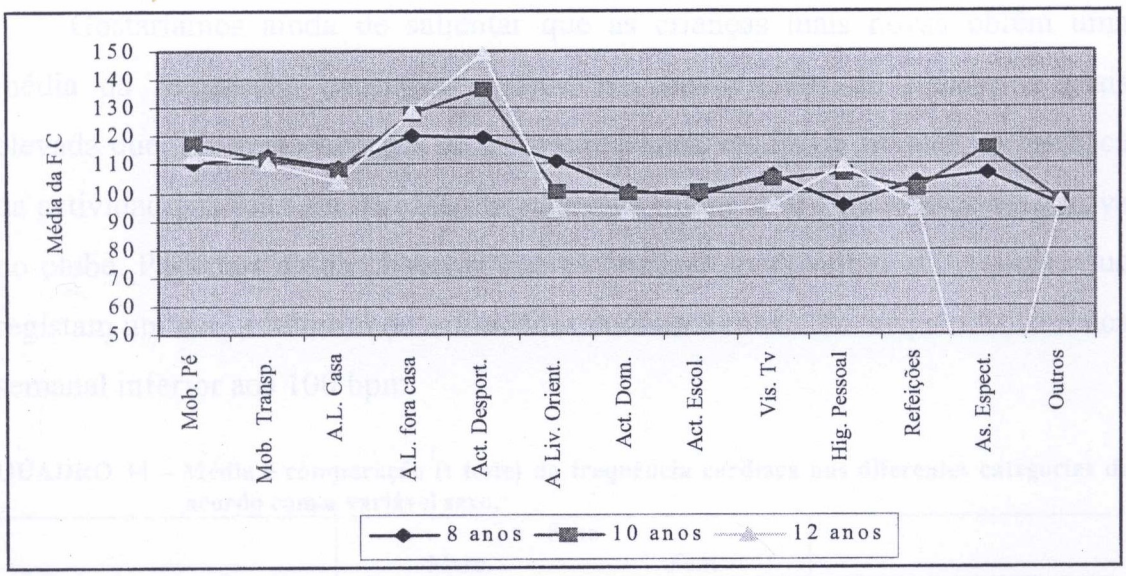


GRÁFICO 4 – Média da frequência cardíaca nas categorias de acordo com a idade

Ao debruçarmo-nos sobre as diferentes variáveis, constatamos que todas elas parecem exercer alguma influência sobre a intensidade da frequência cardíaca semanal das crianças nas suas actividades. Relativamente à idade, podemos constatar que, exceptuando a actividade livre orientada, todas as outras actividades com frequência cardíaca acima dos 110 bpm é semelhante nos diferentes escalões, notando-se apenas uma diferenciação na ordem pela qual aparecem os níveis de intensidade. No que toca às actividades que apresentam uma média mais baixa (inferior a 100 bpm), embora haja algumas diferenças em termos etários, elas também não divergem muito. Os resultados mostram que a

média semanal da frequência cardíaca de determinadas actividades (actividade lúdica fora de casa e actividade desportiva num clube) aumenta à medida que se avança em termos etários, enquanto noutras (actividade lúdica em casa, actividade livre orientada numa instituição, visionamento televisivo e mobilidade de transporte) diminui. No entanto, podemos constatar que apenas existem diferenças estatisticamente significativas ao nível da média da frequência cardíaca semanal das crianças na categoria actividade livre orientada ($F = 6,487$, $p = 0,014$), e que essas diferenças se manifestaram apenas entre as crianças de oito e doze anos.

Gostaríamos ainda de salientar que as crianças mais novas obtêm uma média da frequência cardíaca semanal nas deslocações de transporte mais elevada que nas deslocações a pé, bem como uma média da frequência cardíaca da actividade lúdica fora de casa mais elevada que a obtida na prática desportiva no clube. Podemos ainda observar que as crianças mais velhas são aquelas que registam um maior número de actividades com uma média da frequência cardíaca semanal inferior aos 100 bpm.

QUADRO 34 – Média e comparação (t teste) da frequência cardíaca nas diferentes categorias de acordo com a variável sexo.

	Sexo					
	Masc.		Fem.			
Categorias	Média	D.P	Média	D.P	t	p
Mobilidade a pé	112,4	11,5	114,8	10,9	- 0,440	0,666
Mob. de transporte	110,4	9,2	112,9	5,2	- 0,693	0,498
Act. Lúdica em casa	107,2	6,5	106,9	10,1	0,075	0,941
Act. Lúdica fora casa	126,9	7,6	124,6	6,3	0,669	0,513
Act. Desportiva	134,3	21,3	136,7	-	a	a
Act. Livre orientada	103,4	13,0	103,3	10,2	0,23	0,982
Actividade Doméstica	97,9	11,5	97,3	6,3	0,137	0,893
Actividades escolares	98,8	11,0	95,6	4,9	0,762	0,458
Visionam. Televisivo	100,2	9,4	103,1	7,9	- 0,723	0,480
Higiéne Pessoal	104	7,1	107,7	14,8	- 0,508	0,625
Refeições	98,1	9,4	101,8	7,4	- 0,936	0,363
Assistir a Espectáculos	88,4	-	125	26,1	a	a
Outros	97	12,2	96,2	5,4	0,138	0,894

a – A exiguidade da amostra nalguns grupos levou a que não se verificassem as diferenças estatísticas

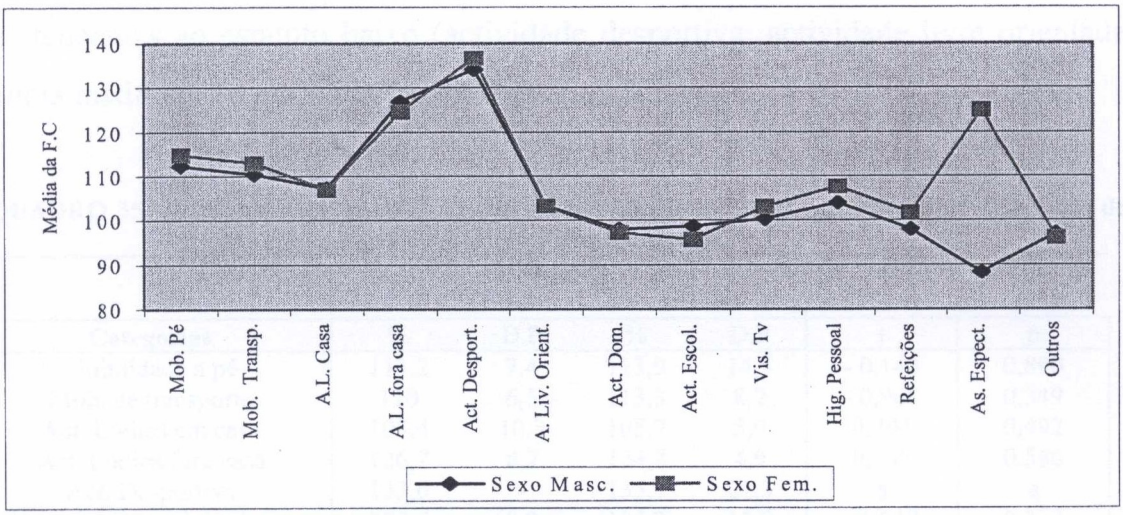


GRÁFICO 5 – Média da frequência cardíaca nas categorias de acordo com o sexo

Os resultados relativos ao género mostram que as actividades onde a média da frequência cardíaca é mais elevada é comum aos dois sexos, exceptuando a assistência a espectáculos que aparece como uma das mais elevadas nas raparigas e mais baixas nos rapazes. Podemos ainda constatar que os rapazes obtêm uma média semanal da frequência cardíaca mais elevada durante a actividade lúdica (em casa e fora de casa) e nas actividades escolares, enquanto as raparigas obtêm médias superiores na actividade desportiva praticada no clube, na mobilidade (a pé e de transporte) e durante a assistência a espectáculos, no entanto, embora fossem detectadas essas diferenças, podemos confirmar que elas não são estatisticamente significativas.

Quanto ao estatuto sócio-económico, as actividades onde a média da frequência cardíaca é mais elevada é também comum a ambos os estatutos, exceptuando a assistência a espectáculos que aparece como a mais elevada nas pertencentes ao estatuto baixo, e como uma das mais baixas no estatuto alto. Os resultados demonstram que há actividades onde são as crianças pertencentes ao estatuto alto que apresentam uma média da frequência cardíaca semanal mais elevada (actividade lúdica em casa e fora de casa, actividades domésticas, actividades escolares e visionamento televisivo), enquanto noutras são as

pertencentes ao estatuto baixo (actividade desportiva, actividade livre orientada numa instituição e mobilidade a pé e de transporte).

QUADRO 35 – Média e comparação (t teste) da frequência cardíaca nas diferentes categorias de acordo com a variável estatuto sócio-económico.

	Estatuto					
	Alto		Baixo			
Categorias	%	D.P	%	D.P	t	p
Mobilidade a pé	113,2	7,4	113,9	14,5	- 0,140	0,890
Mob. de transporte	110	6,5	113,3	8,2	- 0,965	0,349
Act. Lúdica em casa	108,4	10,8	105,7	5,0	0,704	0,492
Act. Lúdica fora casa	126,7	8,7	124,8	4,9	0,587	0,566
Act. Desportiva	133,6	-	135,1	21,3	a	a
Act. Livre orientada	100,5	8,0	106,7	13,8	- 1,012	0,333
Actividade Doméstica	97,8	8,6	97,3	9,6	0,097	0,924
Actividades escolares	98,1	9,7	96,6	8,0	0,350	0,732
Visionam. Televisivo	103	9,6	100,3	7,7	0,662	0,518
Higiéne Pessoal	102,1	11,3	109,6	10,7	- 1,076	0,313
Refeições	100,5	10,0	99,4	7,1	0,283	0,781
Assistir a Espectáculos	97,5	12,9	143,5	-	a	a
Outros	98,1	10,2	94,9	6,3	0,588	0,573

a – A exiguidade da amostra nalguns grupos levou a que não se verificassem as diferenças estatísticas

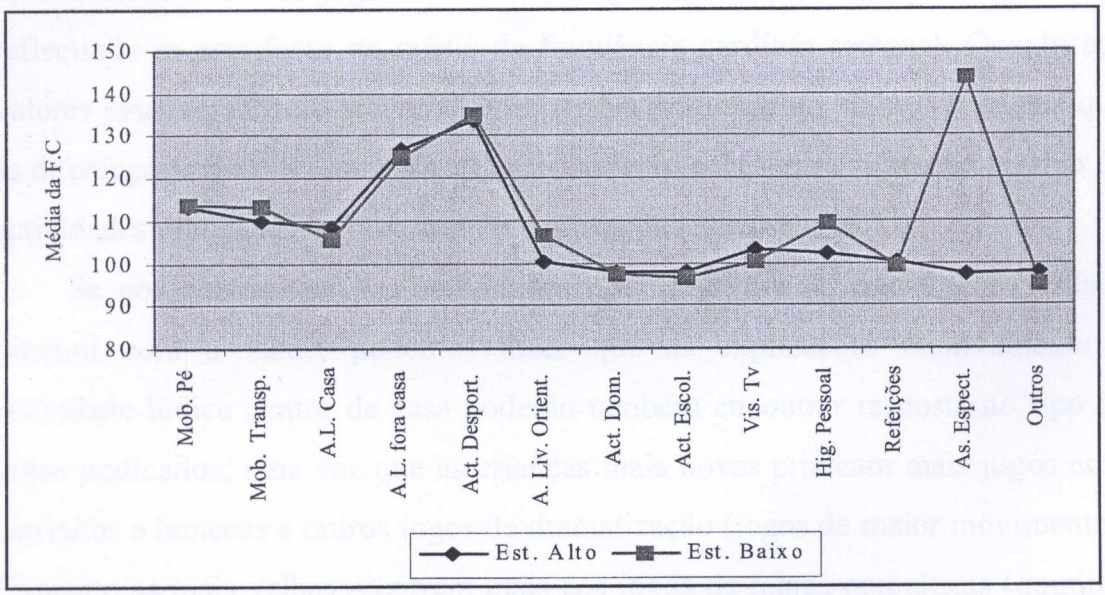


GRÁFICO 6 – Média da frequência cardíaca nas categorias de acordo com o estatuto

Os resultados das provas estatísticas aplicadas, demonstram também aqui que, não existem diferenças estatisticamente significativas, relativamente à média da frequência cardíaca semanal das crianças, em nenhuma das categorias observadas.

Numa reflexão sobre os resultados relativos à frequência cardíaca das crianças nas diferentes actividades do seu dia a dia, diremos que nos parece natural que não tenha havido grandes oscilações entre as variáveis ao nível da intensidade, uma vez que a maioria dos estudos, como já foi referido anteriormente, revelam que as actividades realizadas no espaço exterior à habitação são mais intensas que as realizadas dentro de casa. Pensamos, no entanto, poder avançar com algumas explicações possíveis para justificar determinados resultados. Assim, o aumento da frequência cardíaca semanal na actividade lúdica fora de casa evidenciado com a idade poderá estar relacionado com o tipo de jogos praticados, uma vez que pudemos constatar (através dos questionários e dos diários de actividade) que eles apresentaram diferenças em função da idade, recorrendo as mais novas com maior frequência aos jogos de dramatização (de menor intensidade física), enquanto as mais velhas jogaram mais futebol e outros jogos de corrida e perseguição (de maior intensidade), reflectindo-se este facto na média da frequência cardíaca semanal. Quanto aos valores evidenciados na actividade desportiva praticada no clube, pensamos que as diferenças existentes entre as crianças poderão encontrar explicação no tipo de actividades praticadas[112], bem como na intensidade das sessões[113].

Se nos centrarmos nas actividades onde a média da frequência cardíaca diminui com a idade, podemos dizer que as explicações relativamente à actividade lúdica dentro de casa poderão também encontrar resposta no tipo de jogos praticados, uma vez que as crianças mais novas praticam mais jogos com carrinhos e bonecas e outros jogos de dramatização (jogos de maior movimento), enquanto as mais velhas recorrem mais aos jogos de regras complexas (dominó, damas...) que requerem menor movimento. A diminuição da frequência cardíaca verificada durante a actividade livre orientada poderá ter a ver com o tipo de

[112] Ainsworth e col. (1993) referem que as actividades desportivas variam em termos de intensidade e custos energéticos.

[113] Coelho (1979) refere que as sessões de prática desportiva, quando se trabalha com crianças mais novas, são normalmente mais curtas e de menor intensidade.

instituição frequentada, pois, enquanto as crianças mais novas frequentam uma instituição de tempos livres (ATL) onde passam parte do dia com actividades diversificadas (entre as quais se pode destacar a aula de educação física) e intervalos entre as actividades, onde praticam actividades ao ar livre (diferentes tipos de jogos), as mais velhas frequentam instituições onde as exigências de movimento são menores (catequese, conservatório, aula de inglês...), daí a existência de diferenças significativas quando se teve em conta a variável idade. Quanto à diminuição da frequência cardíaca durante o visionamento televisivo, poderá encontrar justificação no tipo de programas televisionados. Serrano e Neto (1997) constataram, num estudo sobre as preferências televisivas, que as crianças mais novas vêem mais desenhos animados, onde as emoções e intensidade da acção é mais elevada, enquanto as mais velhas vêem mais séries documentais e telenovelas, podendo este facto justificar as diferenças encontradas. Relativamente às deslocações a pé, uma possível razão explicativa para a média da frequência cardíaca mais baixa por parte das crianças mais novas, pensamos poder encontrá-la na menor independência de mobilidade de que gozam durante os seus trajectos, e no tipo de acompanhamento durante os mesmos[114]. A frequência cardíaca semanal mais elevada por parte das crianças mais novas nas deslocações de transporte, quando comparada com as deslocações a pé, pensamos que poderá encontrar justificação no facto de muitas delas se deslocarem diariamente para os tempos livres na carrinha da instituição na companhia de amigos (envolvimento propício à brincadeira e que se traduz num aumento dos valores da frequência cardíaca).

A média semanal de frequência cardíaca mais elevada por parte dos rapazes ao nível da actividade lúdica (dentro e fora de casa) pode também encontrar

[114] Como pudemos constatar anteriormente, as crianças mais novas percorrem a maioria dos trajectos na companhia de adultos (estando sujeitas ao ritmo de deslocamento imposto e a maiores restrições comportamentais), enquanto as mais velhas o fazem mais sozinhas ou na companhia de outras crianças, o que lhes proporciona uma maior liberdade de movimento e expansão na exploração do envolvimento, traduzindo-se este facto em níveis mais elevados da frequência cardíaca.

justificação no tipo de jogos praticados. Malpique (1995) refere que os jogos desenvolvidos pelos rapazes são normalmente mais movimentados e de maior desgaste físico que os das raparigas, o que faz com que sejam mais exigentes em termos físicos[115]. Quanto à média de frequência cardíaca mais elevada por parte dos rapazes relativamente às actividades escolares, poderá ter a ver com o tipo de actividade em que se envolveram ou com a importância conferida às actividades realizadas durante a semana de observação. Simonet (1989) refere que os estados emocionais podem provocar variações ao nível da frequência cardíaca, isto é, estar a estudar para um teste importante é diferente de estar a pintar de forma descontraída. A média mais elevada por parte das raparigas nas deslocações poderá ter a ver com a forma de deslocamento, com o local para onde se deslocam, e também, com o acompanhamento no trajecto. Relativamente à actividade desportiva no clube, a razão que poderá justificar uma média da frequência cardíaca mais elevada por parte das raparigas poderá ser influenciada pelo número de crianças que referiu desenvolver esta actividade (apenas uma rapariga praticou actividade física no clube) e também pela modalidade praticada[116]. No que respeita à assistência a espectáculos, a razão explicativa é semelhante à anterior, pois apenas duas raparigas e um rapaz se deslocaram a um espectáculo desportivo, por isso o número de crianças envolvido e os factores do envolvimento podem ter influenciado os resultados. Magill (1984) refere que aspectos como a incerteza do resultado, o facto de se estar a assistir um jogo importante ou um jogo da equipa de que gostamos (...) poderão interferir e influenciar os níveis de frequência cardíaca apresentados.

Quanto às diferenças encontradas, tendo em conta o estatuto sócio-económico, poderão ser explicadas por razões semelhantes àquelas que foram

[115] Esta foi uma constatação que pudemos comprovar no nosso estudo (através dos questionários e dos diários de actividade), pois encontramos uma actividade lúdica diferenciada entre os sexos, sendo os jogos dos rapazes de maior intensidade. No entanto, cabe aqui realçar que as diferenças encontradas não foram estatisticamente significativas.

[116] A modalidade praticada foi o atletismo, que aparece na classificação de Ainsworth e col. (1993) como uma daquelas que obtém custos energéticos mais elevados.

proferidas anteriormente, isto é, a actividade lúdica pode encontrar explicações no tipo de actividade praticada, as actividades escolares no tipo de actividades desenvolvidas ou na importância que lhes é conferida no momento, o visionamento televisivo no tipo de programas ao qual se assiste, a mobilidade com a forma de deslocamento, o local para onde é efectuada a deslocação ou o tipo de acompanhamento no trajecto, e a actividade desportiva poderá sofrer influência do tipo de modalidade praticada ou intensidade das sessões de prática.

Após uma abordagem ao tempo e intensidade da frequência cardíaca semanal evidenciados pelas crianças, identificamos em seguida a percentagem de tempo semanal que elas passam nas diferentes intensidades da actividade física em cada uma das categorias.

6.3 – Tempo semanal gasto nas diferentes intensidades da actividade física.

Uma análise dos diferentes estudos onde foi monitorizada a actividade física das crianças e jovens permitiu-nos constatar que a maioria se debruçou essencialmente sobre essa actividade em termos de conjunto, sendo muito poucos aqueles que fizeram uma análise individualizada das diferentes categorias que a compõem. Pensamos por isso que esta nossa análise poderá trazer um contributo precioso para o conhecimento da intensidade das diferentes actividades diárias das crianças durante as suas rotinas de vida.

Os resultados relativos à totalidade da amostra, expressos através do quadro 36, revelam-nos que as actividades semanais de tempo livre das crianças são, à excepção da actividade lúdica fora de casa e da actividade desportiva no clube, actividades de baixa intensidade física, situando-se a maior percentagem dos valores da frequência cardíaca em níveis inferiores aos 120 bpm.

QUADRO 36 – Percentagem de tempo nos diferentes níveis de intensidade da actividade física em cada uma das categorias para a totalidade da amostra

	Leve <120	Moderada [120 a 160]	Intensa >160	Moderada + Intensa >120
Categorias	%	%	%	%
Mobilidade a pé	66,4	29,7	3,9	**33,6**
Mob. de transporte	71,7	26,9	1,4	**28,3**
Act. Lúdica em casa	75,9	23,0	1,1	**24,1**
Act. Lúdica fora casa	45,4	45,5	9,1	**54,6**
Act. Desportiva	31,7	51,0	17,3	**68,3**
Act. Livre orientada	85,0	13,9	1,1	**15,0**
Actividade Doméstica	92,7	7,2	0,1	**7,3**
Actividades escolares	93,8	6,1	0,1	**6,2**
Visionam. Televisivo	85,3	14,2	0,5	**14,7**
Higiéne Pessoal	81,7	18,3	0	**18,3**
Refeições	88,9	11,0	0,1	**11,1**
Assistir a Espectáculos	63,5	32,3	4,2	**36,5**
Outros	88,3	11,7	0	**11,7**
Total semanal	**74,6**	**22,4**	**3,0**	**25,4**

Os valores demonstram também um decréscimo acentuado das percentagens da frequência cardíaca nas diferentes actividades semanais das crianças, quando se passa da actividade considerada leve, até à actividade intensa, apresentando esta última valores muito reduzidos (apenas a actividade desportiva ultrapassa os 10%). Podemos também observar que mais de metade das categorias definidas no estudo apontam para uma percentagem de tempo da frequência cardíaca acima dos 80% em valores que se situam na actividade física considerada leve, sendo as actividades semanais de intensidade mais baixa, as escolares, a doméstica, as refeições, outras actividades, o visionamento televisivo, a actividade livre orientada e a higiene pessoal.

Se nos centrarmos nas percentagens obtidos ao nível da actividade moderada/intensa, considerada no âmbito da temática da epidemiologia um valor determinante de qualquer impacto sobre a saúde (Armstrong, Balding, Gentle & Kirby, 1990; Armstrong, 1991; Magalhães, 2001), podemos constatar que apenas a actividade desportiva no clube e a actividade lúdica fora de casa se situam acima dos 50%, havendo mais três categorias acima dos 24% (assistência a espectáculos, mobilidade a pé e de transporte) e uma que se situa muito próximo desse valor (actividade lúdica em casa). O reflexo das evidências anteriores está

expresso nos valores apresentados pela média da totalidade semanal, onde se pode observar que as crianças passam a maior percentagem de tempo em actividade leve, mantendo-se o decréscimo acentuado até à actividade intensa.

QUADRO 37 – Percentagem de tempo nos diferentes níveis de intensidade da actividade física em cada uma das categorias de acordo com a variável idade

	8 anos				10 anos				12 anos			
Categorias	%				%				%			
	Leve	Mod	Int.	Mod/Int	Leve	Mod	Int.	Mod/Int	Leve	Mod	Int.	Mod/Int
Mobilidade a pé	77,9	20,9	1,2	**22,1**	57,8	38,1	4,1	**42,2**	65,5	28,6	5,9	**34,5**
Mob. de transporte	70,7	28,4	0,9	**29,3**	72,0	25,4	2,6	**28,0**	72,2	26,9	0,9	**27,8**
Act. Lúdica em casa	72,2	26,6	1,2	**27,8**	77,7	20,9	1,4	**22,3**	77,7	21,6	0,7	**22,3**
Act. Lúdica fora casa	57,0	37,9	5,1	**43,0**	37,2	53,0	9,8	**62,8**	42,0	45,5	12,5	**58,0**
Act. Desportiva	50,5	49,5	0	**49,5**	22,6	59,9	17,5	**77,4**	17,6	48	34,5	**82,4**
Act. Livre orientada	74,6	23,0	2,4	**25,4**	88,1	11,9	0	**11,9**	95,7	4,3	0,1	**4,4**
Actividade Doméstica	90,0	10,0	0	**10,0**	91,9	7,8	0,3	**8,1**	95,9	4,1	0	**4,1**
Actividades escolares	91,6	8,1	0,3	**8,4**	90,5	9,5	0	**9,5**	99,1	0,9	0	**0,9**
Visionam. Televisivo	84,2	14,9	0,9	**15,8**	78,8	21,0	0,2	**21,2**	93,0	6,8	0,2	**7,0**
Higiene Pessoal	90,0	10,0	0	**10,0**	82,1	17,9	0	**17,9**	78,1	21,9	0	**21,9**
Refeições	84,4	15,2	0,4	**15,6**	85,6	14,3	0,1	**14,4**	96,6	3,4	0	**3,4**
Assistir a Espectáculos	85,4	14,6	0	**14,6**	52,5	41,3	6,2	**47,5**	-		-	-
Outros	100	0	0	**0**	87,0	13,0	0	**13,0**	80,8	19,2	0	**19,2**
Total semanal	**79,1**	**19,9**	**1,0**	**20,9**	**71,1**	**25,7**	**3,2**	**28,9**	**76,2**	**19,3**	**4,5**	**23,8**

Relativamente às diferentes variáveis do estudo, podemos constatar uma predominância de tempo passado em actividade física leve em todos os escalões etários, verificando-se de igual forma, à excepção da actividade desportiva no clube e da actividade lúdica fora de casa, um decréscimo percentual acentuado quando se caminha da actividade leve para a intensa. Se nos centrarmos nas actividades de menor intensidade, verificamos que são aquelas que se realizam num espaço interior (actividade doméstica, as actividades escolares, a higiene pessoal, o visionamento televisivo, as refeições, a actividade lúdica, a actividade livre orientada e outras actividades). Contrariamente, as de maior intensidade são as efectuadas num espaço exterior (actividade desportiva, actividade lúdica e mobilidade a pé). Gostaríamos de salientar que na faixa etária de oito anos não houve qualquer registo da frequência cardíaca acima de 160 bpm durante a actividade desportiva, e que as crianças de doze anos obtiveram uma

percentagem considerável acima dessa mesma intensidade na categoria assistir a espectáculos.

Os valores expressos através do total semanal permitem confirmar que, independentemente da faixa etária a que pertencem as crianças, a maior percentagem de tempo nas diferentes actividades é passado na categoria leve (com valores inferiores aos 120 bpm), decrescendo de forma acentuada até à percentagem de tempo passado em actividade intensa. Gostaríamos ainda de salientar que se observa um aumento da percentagem de tempo semanal passado em actividade moderada/intensa entre os oito e os dez anos, seguido de um decréscimo para a idade de doze anos. O resultado anterior vai ao encontro daquele que foi apresentados por Sallis (1993), quando verificou, num estudo efectuado nos EUA que a actividade física das crianças tendia a aumentar até por volta dos dez anos, sofrendo, de seguida, um declínio que se tornava mais acentuado a partir desta idade.

QUADRO 38 – Percentagem e comparação (Anova) de tempo semanal passado no nível moderado/intenso nas diferentes categorias de acordo com a variável idade.

	Idade							
	8 anos		10 anos		12 anos			
Categorias	%	D.P	%	D.P	%	D.P	Valor F	Valor de p
Mobilidade a pé	22,1	21,0	42,2	22,9	34,5	18,3	1,293	0,305
Mob. de transporte	29,3	12,0	28,0	15,1	27,8	16,8	0,017	0,983
Act. Lúdica em casa	27,8	23,0	22,3	15,4	22,3	10,5	0,208	0,815
Act. Lúdica fora casa	43	11,7	62,8	15,6	58,0	6,4	**4,565**	**0,028**
Act. Desportiva	49,5	25,2	77,4	-	82,4	22,5	a	a
Act. Livre orientada	25,4	21,1	11,9	8,4	4,4	3,0	2,847	0,101
Actividade Doméstica	10	7,9	8,1	11,9	4,1	4,8	0,503	0,617
Actividades escolares	8,4	15,6	9,5	17,0	0,9	1,0	0,740	0,495
Visionam. Televisivo	15,8	6,0	21,2	18,9	7,0	4,2	2,277	0,137
Higiéne Pessoal	10	14,1	17,9	25,2	21,9	12,2	a	a
Refeições	15,6	9,0	14,4	16,8	3,4	1,5	2,223	0,143
Assistir a Espectáculos	14,6	-	47,5	67,2	-		a	a
Outros	0	0	13,0	16,3	19,2	26,4	a	a

a – A exiguidade da amostra nalguns grupos levou a que não se verificassem as diferenças estatísticas

QUADRO 39 – Resultados do Teste de Scheffe nas categorias onde foram detectadas diferenças significativas

Categorias	Idades	Sig.
Act. Lúdica fora casa	8-10	**0,036**
	8-12	0,123
	10-12	0,787

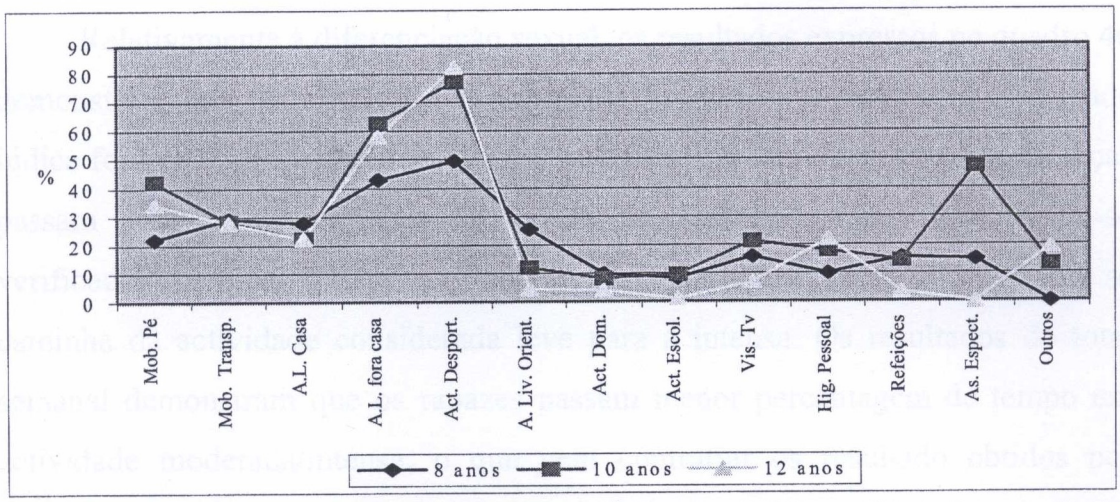


GRÁFICO 7 – Percentagem de tempo semanal no nível moderado/intenso de acordo com a idade

Comparando as diferentes faixas etárias, com base nos parâmetros de actividade moderada/intensa, constatamos que, embora as crianças mais novas obtenham percentagens de tempo mais elevados na mobilidade de transporte, actividade lúdica em casa, actividade livre orientada, actividade doméstica e refeições, e as mais velhas na actividade desportiva no clube, higiene pessoal e noutras actividades, apenas são detectadas diferenças estatisticamente significativas na categoria actividade lúdica fora de casa ($F = 4,565$, $p = 0,028$) entre as crianças de oito e dez anos.

QUADRO 40 – Percentagem de tempo nos diferentes níveis de intensidade da actividade física em cada uma das categorias de acordo com a variável sexo

Categorias	Sexo Masculino %				Sexo Feminino %			
	Leve	Mod	Int.	Mod/Int	Leve	Mod	Int.	Mod/Int
Mobilidade a pé	69,4	26,5	4,1	**30,6**	63,2	33,3	3,5	**36,8**
Mob. de transporte	73,8	24,9	1,3	**26,2**	69,5	28,8	1,7	**30,5**
Act. Lúdica em casa	75,8	22,9	1,3	**24,2**	75,9	23,2	0,9	**24,1**
Act. Lúdica fora casa	41,9	49,4	8,7	**58,1**	48,9	41,5	9,6	**51,1**
Act. Desportiva	34,1	48,7	17,2	**65,9**	22,6	59,9	17,5	**77,4**
Act. Livre orientada	82,8	15,4	1,8	**17,2**	86,7	12,8	0,5	**13,3**
Actividade Doméstica	90,2	9,8	0	**9,8**	94,9	4,8	0,3	**5,1**
Actividades escolares	90,2	9,6	0,2	**9,8**	97,9	2,1	0	**2,1**
Visionam. Televisivo	85,3	13,9	0,8	**14,7**	85,2	14,6	0,2	**14,8**
Higiene Pessoal	89,0	11,0	0	**11,0**	74,4	25,6	0	**25,6**
Refeições	89,0	10,9	0,1	**11,0**	88,7	11,0	0,2	**11,2**
Assistir a Espectáculos	100	0	0	**0**	45,2	48,6	6,2	**54,8**
Outros	89,8	10,2	0	**10,2**	87,3	12,7	0	**12,7**
Total semanal	**77,8**	**19,5**	**2,7**	**22,2**	**72,4**	**24,5**	**3,1**	**27,6**

Relativamente à diferenciação sexual, os resultados expressos no quadro 40 demonstram que, exceptuando a actividade desportiva no clube, a actividade lúdica fora de casa e a assistência a espectáculos, em ambos os sexos as crianças passam a maior percentagem de tempo em actividade física leve, tendo-se verificado, de igual forma, um decréscimo percentual acentuado quando se caminha da actividade considerada leve para a intensa. Os resultados do total semanal demonstram que os rapazes passam menor percentagem de tempo em actividade moderada/intensa, o que vem contrariar os resultado obtidos por outros autores (Armstrong e Bray, 1991; Gilbey e Gilbey, 1995; Myers e col. 1996; Howell e col. 1999) que verificaram um envolvimento durante maior percentagem de tempo por parte das raparigas em actividade física de baixa intensidade, e dos rapazes em actividades mais intensas.

QUADRO 41 – Percentagem e comparação (t teste) de tempo semanal passado no nível moderado/intenso nas diferentes categorias de acordo com a variável sexo.

	Sexo					
	Masc.		Fem.			
Categorias	%	D.P	%	D.P	t	p
Mobilidade a pé	30,6	21,3	36,8	21,9	- 0,590	0,564
Mob. de transporte	26,2	16,9	30,5	10,6	- 0,639	0,532
Act. Lúdica em casa	24,2	13,2	24,1	19,8	0,014	0,989
Act. Lúdica fora casa	58,1	15,6	51,1	12,3	1,062	0,304
Act. Desportiva	65,9	27,2	77,4	-	a	a
Act. Livre orientada	17,2	18,5	13,3	16,4	0,418	0,683
Actividade Doméstica	9,8	11,5	5,1	5,3	1,047	0,314
Actividades escolares	9,8	17,2	2,1	2,6	1,242	0,233
Visionam. Televisivo	14,7	15,6	14,8	9,5	- 0,022	0,983
Higiéne Pessoal	11,0	11,6	25,6	17,3	- 1,562	0,157
Refeições	11,0	14,3	11,2	9,6	- 0,056	0,956
Assistir a Espectáculos	0	-	54,8	-	a	a
Outros	10,2	18,6	12,7	24,8	a	a

a – A exiguidade da amostra nalguns grupos levou a que não se verificassem as diferenças estatísticas

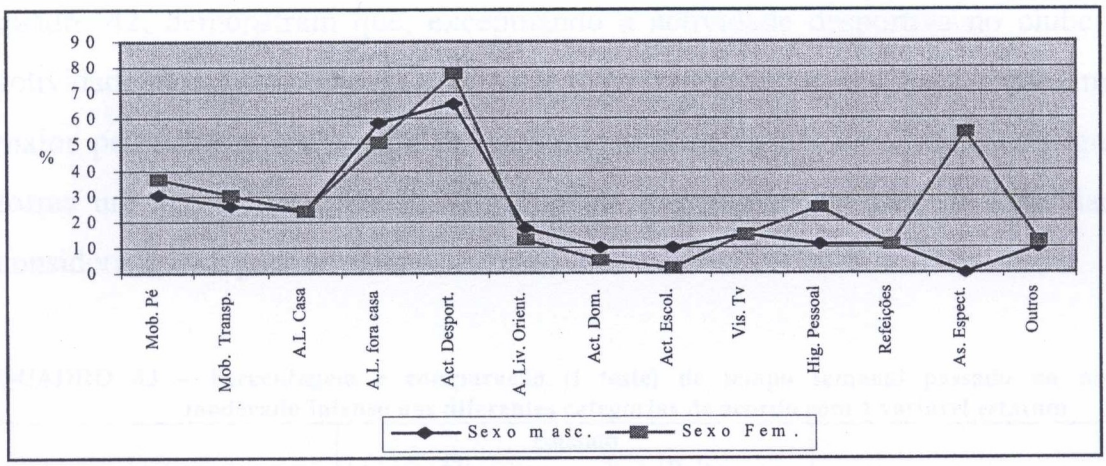


GRÁFICO 8 – Percentagem de tempo semanal no nível moderado/intenso de acordo com o sexo

Os resultados revelam ainda que embora os rapazes passem uma percentagem de tempo mais elevada nos níveis moderado/intenso na actividade lúdica em casa, actividade lúdica fora de casa, actividade livre orientada, actividade doméstica e actividades escolares, e as raparigas na mobilidade a pé, mobilidade de transporte, actividade desportiva, no visionamento televisivo, na higiene pessoal, nas refeições, na assistência a espectáculos e noutras actividades, não se registam diferenças estatisticamente significativas em nenhuma delas.

QUADRO 42 – Percentagem de tempo nos diferentes níveis de intensidade da actividade física em cada uma das categorias de acordo com a variável estatuto sócio-económico

Categorias	Estatuto Alto %				Estatuto Baixo %			
	Leve	Mod	Int.	Mod/Int	Leve	Mod	Int.	Mod/Int
Mobilidade a pé	64,7	32,9	2,4	**35,3**	68,4	26,1	5,5	**31,6**
Mob. de transporte	75,6	21,9	2,5	**24,4**	67,7	31,9	0,4	**32,3**
Act. Lúdica em casa	71,0	27,3	1,7	**29,0**	80,8	18,7	0,5	**19,2**
Act. Lúdica fora casa	45,1	44,0	10,9	**54,9**	45,7	46,9	7,4	**54,3**
Act. Desportiva	33,5	55,9	10,6	**66,5**	31,3	49,7	19,0	**68,7**
Act. Livre orientada	92,3	7,2	0,5	**7,7**	75,3	23,0	1,7	**24,7**
Actividade Doméstica	91,3	8,7	0	**8,7**	94,3	5,4	0,3	**5,7**
Actividades escolares	93,8	6,2	0	**6,2**	93,9	6,0	0,1	**6,1**
Visionam. Televisivo	82,6	16,9	0,5	**17,4**	88,0	11,6	0,4	**12,0**
Higiene Pessoal	86,7	13,3	0	**13,3**	76,7	23,3	0	**23,3**
Refeições	87,6	12,2	0,2	**12,4**	90,1	9,8	0,1	**9,9**
Assistir a Espectáculos	92,7	7,3	0	**7,3**	5,0	82,5	12,5	**95,0**
Outros	84,4	15,6	0	**15,6**	92,2	7,8	0	**7,8**
Total semanal	**77,0**	**20,7**	**2,3**	**23,0**	**70,0**	**26,4**	**3,7**	**30,0**

Relativamente ao estatuto sócio-económico, os resultados expressos no quadro 42, demonstram que, exceptuando a actividade desportiva no clube, a actividade lúdica fora de casa e a assistência a espectáculos, as crianças passam a maior percentagem de tempo em actividade física leve. Verificamos de igual forma um decréscimo percentual acentuado, quando se caminha da actividade considerada leve para a intensa.

QUADRO 43 – Percentagem e comparação (t teste) de tempo semanal passado no nível moderado/intenso nas diferentes categorias de acordo com a variável estatuto

	Estatuto					
	Alto		Baixo			
Categorias	%	D.P	%	D.P	t	p
Mobilidade a pé	35,3	17,0	31,6	26,2	-0,341	0,738
Mob. de transporte	24,4	12,3	32,3	15,0	- 1,221	0,240
Act. Lúdica em casa	29,0	19,9	19,2	10,6	1,292	0,215
Act. Lúdica fora casa	54,9	18,4	54,3	9,1	0,088	0,931
Act. Desportiva	66,5	-	68,7	-	a	a
Act. Livre orientada	7,7	3,9	24,7	22,5	- 2,121	0,055
Actividade Doméstica	8,7	11,2	5,7	4,2	0,970	0,350
Actividades escolares	6,2	15,2	6,1	2,60	0,657	0,521
Visionam. Televisivo	17,4	15,3	12,0	9,2	0,909	0,377
Higiéne Pessoal	13,3	14,1	23,3	17,5	- 0,996	0,349
Refeições	12,4	14,9	9,9	8,4	0,446	0,662
Assistir a Espectáculos	7,3	-	95,0	-	a	a
Outros	15,6	20,5	7,8	12,2	a	a

a – A exiguidade da amostra nalguns grupos levou a que não se verificassem as diferenças estatísticas

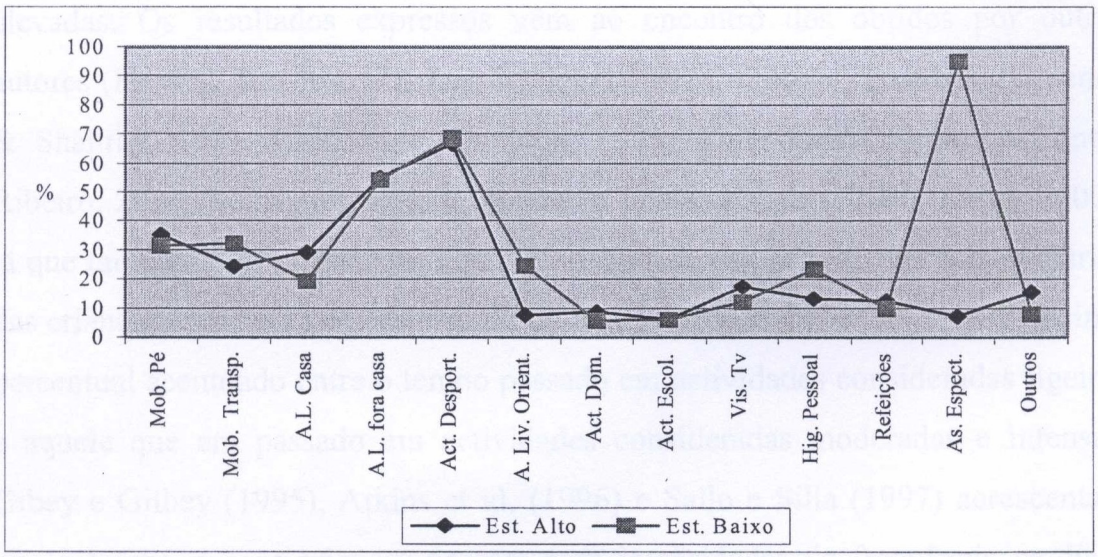


GRÁFICO 9 – Percentagem de tempo semanal no nível moderado/intenso de acordo com estatuto

Ao comparar os resultados, podemos constatar que apesar das crianças pertencentes ao estatuto alto, passarem uma percentagem de tempo mais elevada no nível moderado/intenso nas categorias mobilidade a pé, actividade lúdica em casa e fora de casa, actividade doméstica, actividades escolares, visionamento televisivo, refeições e noutras actividades, e as pertencentes ao estatuto baixo, na mobilidade de transporte, actividade desportiva, actividade livre orientada, higiene pessoal e na assistência a espectáculos, não são detectadas diferenças estatisticamente significativas em nenhuma delas.

Os totais semanais vêm também demonstrar que, independentemente do estatuto sócio-económico a que pertencem, as crianças passam a maior percentagem de tempo em actividade leve, havendo um decréscimo acentuado quando caminhamos desta para a actividade intensa, e são as pertencentes ao estatuto alto aquelas que passam menor percentagem de tempo semanal em actividade moderada/intensa.

Uma reflexão sobre os resultados, permite-nos constatar que, durante a semana, as crianças passam grande parte do tempo livre em actividades consideradas leves, sendo os momentos de intensidade alta muito reduzidos, mesmo naquelas actividades onde as médias da frequência cardíaca são mais elevadas. Os resultados expressos vêm ao encontro dos obtidos por outros autores (Howell, Bursick, Sharkey & Mclure, 1978; Gilliam, Freedson, Greenen & Shahray, 1981; Riddoch e Boreham, 1995; Amendoeira, Santos e Fontes Ribeiro, 2000; Rodrigues, Pereira, Santos e Fontes Ribeiro, 2000; Kelly, 2000), já que também eles constataram que a intensidade das actividades físicas diárias das crianças apontava para valores de baixa intensidade, havendo um decréscimo percentual acentuado entre o tempo passado em actividades consideradas ligeiras e aquele que era passado em actividades consideradas moderadas e intensas. Gibey e Gilbey (1995), Atkins et al. (1996) e Sallo e Silla (1997) acrescentam que o tempo que as crianças passam com intensidades de frequência cardíaca

acima de 140 bpm nas suas actividades físicas diárias é baixo, decrescendo mesmo esses valores quando se considera a frequência acima dos 160 bpm.

As actividades semanais de intensidade mais elevada são, sem sombra de dúvida, a prática desportiva num clube, a actividade lúdica (principalmente aquela que é efectuada fora de casa) e as deslocações, independentemente das variáveis em questão. Estas conclusões vêm reforçar os dados obtidos anteriormente através das médias da frequência cardíaca, uma vez que também aí são estas actividades que obtiveram resultados mais elevados.

Quando nos centramos nas diferentes variáveis, podemos constatar que há actividades onde a intensidade é mais elevada por parte das crianças mais novas (mobilidade de transporte, na actividade lúdica em casa, na actividade livre orientada, na actividade doméstica e nas refeições), enquanto noutras são as mais velhas que obtêm uma intensidade mais elevada (actividade desportiva no clube, higiene pessoal e outras actividades). Os resultados demonstram também que, em determinadas categorias a intensidade diminuiu com a idade (actividade lúdica em casa, actividade livre orientada, actividade doméstica e refeições), enquanto noutras aumentou (actividade desportiva, higiene pessoal e outras actividades), e que foram detectadas diferenças estatisticamente significativas no nível moderado/intenso apenas na categoria actividade lúdica fora de casa entre as crianças de oito e dez anos de idade. Um outro aspecto a acrescentar tem a ver com o facto dos totais semanais terem demonstrado um aumento do tempo passado em actividade física nos níveis moderado/intenso entre os 8 e os 10 anos e um decréscimo daí para os 12 anos. Estes resultados vêm confirmar os obtidos anteriormente, quando estudamos a média das frequências cardíacas nas diferentes actividades, e vai ao encontro das conclusões proferidas por diferentes autores. Odriazola (1986) refere que o conhecimento científico acumulado nos últimos anos por fisiólogos do exercício parece demonstrar que "a deterioração" da forma física sofre um decréscimo a partir dos dez anos, motivada essencialmente pela redução da actividade física mais intensa. Malina (1991) diz

que os níveis de actividade física aumentam até ao inicio da adolescência e depois tendem a diminuir. Fernández e Solá (1998) acrescentam que, nesta fase, não há apenas uma diminuição dos níveis de prática de actividade física, mas também da própria intensidade das diferentes actividades que a constituem. Segundo Wold (1989), os adolescentes preferem realizar com os amigos actividades não organizadas (conversar, ouvir música...) do que ocupar o tempo com a actividade desportiva num clube.

Os resultados relativos à diferenciação sexual demonstram que, em determinadas actividades (mobilidade, actividade desportiva, visionamento televisivo, assistência a espectáculos e refeições), são as raparigas que evidenciam percentagens de tempos mais altas nos níveis moderado/intenso, enquanto noutras (actividade lúdica, actividade livre orientada, actividade doméstica e actividades escolares) são os rapazes, embora as diferenças observadas não fossem estatisticamente significativas em nenhuma das categorias do estudo. Os totais semanais demonstram que os rapazes passam menor percentagem de tempo nos níveis moderado/intenso que as raparigas, contrariando estes resultados os obtidos na maioria dos estudos efectuados (Armstrong, Balding, Gentle & Kirby, 1990; Armstrong, 1991; Fernández e Solá, 1998) que registaram uma maior intensidade nas actividades físicas por parte dos rapazes. Dos estudos consultados, apenas Armstrong e Bray (1991) não encontraram diferenças significativas na proporção de tempo despendido acima dos 140 bpm entre rapazes e raparigas durante uma semana. Há ainda autores (Riddoch e Boreham, 1995 e Howell et al., 1999) que referem que as diferenças entre os sexos parecem atenuar-se quando se considera toda a actividade física realizada, e não apenas a actividade desportiva. Gostaríamos de salientar que as justificações avançadas sobre a actividade desportiva no clube e assistência a

espectáculos[117] exercem, na nossa opinião, influência sobre os resultados finais relativamente à variável sexo.

Quanto ao estatuto sócio-económico, constatamos que as crianças pertencentes ao estatuto alto obtêm percentagens de tempo mais elevadas nos níveis de intensidade moderado/intenso nalgumas categorias (mobilidade a pé, actividade lúdica, actividade doméstica, visionamento televisivo, actividades escolares, refeições e noutras actividades), enquanto as pertencentes ao estatuto baixo as obtêm noutras (mobilidade de transporte, actividade desportiva, actividade livre orientada, assistência a espectáculos), tal como anteriormente, também aqui podemos constatar que os resultados das diferenças registadas não se mostram estatisticamente significativos em nenhuma das categorias estudadas. Os resultados semanais demonstram também que as crianças pertencentes ao estatuto alto passam menor percentagem de tempo nos níveis moderado/intenso que as pertencentes ao estatuto baixo. Estes resultados permitem confirmar aqueles que foram avançados anteriormente, quando apresentamos a média da frequência cardíaca nas diferentes actividades e podem, de igual modo, encontrar explicação nas justificações aí apresentadas.

Para terminar, e tendo em conta os resultados obtidos através dos diários de actividade e monitores de frequência cardíaca, podemos concluir que as crianças que fizeram parte do nosso estudo realizam um conjunto diversificado de actividades durante os seus tempos livres. No entanto, aquelas onde passam maior percentagem de tempo, para além das refeições, são o visionamento televisivo, a actividade lúdica e as actividades escolares. Ao centrarmo-nos nas diferentes variáveis, podemos constatar que as crianças mais novas dedicam uma

[117] Apenas uma rapariga praticou actividade desportiva no clube, desenvolvendo aí uma actividade (atletismo) que aparece na classificação de Ainsworth e col. (1993) como uma daquelas que obtém custos energéticos mais elevados, razão que poderá justificar uma média da frequência cardíaca mais elevada por parte das raparigas. O número de praticantes e o tipo de actividade praticada vai exercer influência nos resultados finais. No que toca à assistência a espectáculos, a razão explicativa é semelhante à anterior, pois apenas duas raparigas e um rapaz se deslocaram a um espectáculo desportivo, por isso o número e os factores do envolvimento podem também ter exercido influência sobre os resultados.

maior percentagem de tempo às actividades realizadas dentro de casa (principalmente as que pertencem ao domínio da recreação) e menos tempo às actividades realizadas no exterior, e que as diferenças apenas apresentam valores estatisticamente significativos ao nível da actividade livre orientada, actividades escolares e refeições, entre as crianças mais novas (oito anos) e as de dez e doze anos. Quanto ao género e ao estatuto, embora tenha havido diferenças percentuais no tempo passado em diferentes actividades, elas não se mostram estatisticamente significativas.

Os trajectos semanais são muitos e efectuados com regularidade. No entanto, o tempo gasto nesta categoria é diminuto, o que revela um predomínio de trajectos de curta distância. Podemos ainda constatar que são os rapazes e as crianças pertencentes ao estatuto baixo, aqueles que dedicam uma maior percentagem de tempo às deslocações a pé. No entanto apenas são detectadas diferenças estatisticamente significativas na percentagem de tempo gasto na mobilidade a pé entre as crianças mais novas (oito anos) e as de dez e doze anos. A idade, o sexo e o estatuto sócio-económico revelam também algumas diferenças ao nível da independência de mobilidade, apresentando as crianças mais velhas uma maior liberdade de apropriação dos lugares e uma maior autonomia nas deslocações.

Os resultados respeitantes à frequência cardíaca revelam que a maior percentagem do tempo livre das crianças é passado em actividades com valores baixos. Ao centrarmo-nos nas diferentes variáveis podemos verificar que a média semanal aumentou dos oito para os dez anos, sofrendo, de seguida um retrocesso, e que a percentagem de actividades com média semanal mais baixa (inferior a 100 bpm) é claramente superior por parte das crianças mais velhas. Os resultados relativos à diferenciação sexual e ao estatuto sócio-económico mostram que a intensidade da actividade física semanal dos rapazes e das crianças pertencentes ao estatuto alto é menos intensa. Gostaríamos de acrescentar que, embora fossem detectadas diferenças entre as variáveis, elas apenas são estatisticamente

significativas ao nível da actividade livre orientada entre as crianças mais novas (oito anos) e as mais velhas (doze anos).

A análise da percentagem de tempo passado nas diferentes intensidades vem confirmar os resultados da média da frequência cardíaca, revelando uma predominância de actividades de tempos livres de baixa intensidade e uma diminuição acentuada em termos temporais, quando se passa da actividade considerada leve (inferior a 120 bpm) para a actividade intensa (superior a 160 bpm). Quanto às diferentes variáveis, e tendo em conta o nível moderado/intenso, podemos observar que os resultados apenas mostram diferenças estatisticamente significativas na categoria actividade lúdica fora de casa, entre as crianças de oito e dez anos de idade.

4ª PARTE

Conclusões do estudo

1 - INTRODUÇÃO

Nesta parte da dissertação começamos por relembrar as grandes questões que nortearam o estudo, apresentaremos as principais conclusões que emergem da análise e interpretação dos resultados e terminaremos com algumas recomendações e limitações que, de alguma forma, condicionaram o estudo.

2 - REPOSIÇÃO DO ESTUDO

O objectivo que norteou este estudo foi no sentido de investigar a actividade física e independência de mobilidade das crianças de 8, 10 e 12 anos de idade, durante os seus tempos livres no meio urbano, de acordo com três tipos de variáveis independentes (a idade, o sexo e o estatuto sócio-económico). Para responder ao problema inerente procuramos :

- Identificar as actividades físicas, verificar o nível de independência de mobilidade, e saber, na opinião das crianças, quais as principais razões, influências e obstáculos que interferem na sua prática de actividade física diária de tempos livres no meio urbano;
- Saber segundo a opinião dos pais, quais são os principais obstáculos que podem interferir nas actividades físicas de tempos livres e na independência de mobilidade dos seus filhos no meio urbano;
- Caracterizar a intensidade, duração e frequência da actividade física diária e mobilidade das crianças nos seus tempos livres, após o período escolar, no meio urbano, durante a semana e ao fim de semana, com base nos parâmetros da sua frequência cardíaca.

O estudo foi bietápico. Numa primeira fase aplicamos entrevistas acompanhadas do preenchimento de um questionário às crianças e aos seus pais, e, numa segunda fase, monitorizamos a frequência cardíaca de uma sub-amostra das crianças, durante uma semana (de segunda feira a domingo), acompanhada do preenchimento de um diário de actividades.

3 - CONCLUSÕES

Este estudo decorreu sob a orientação de sete grandes questões às quais procuramos responder :

1 - Que actividades físicas desenvolvem as crianças dentro e fora de casa durante os seus tempos livres no meio urbano?

1.1 – Concluímos que as crianças não têm muitas restrições na ocupação dos diferentes espaços dentro de casa, desenvolvendo aí um conjunto de actividades diferentes, em torno das quais se organizam os seus quotidianos. Pudemos constatar que a actividade lúdica, o visionamento televisivo e o estudo/trabalhos escolares destacam-se de todas as outras, por estarem presentes nas rotinas diárias de todas as crianças, independentemente da idade, sexo ou estatuto sócio-económico.

1.1.1 – Embora a actividade lúdica esteja entre as mais importantes, o tempo diário que lhe é dedicado dentro de casa não é muito elevado, aumentando consideràvelmente ao fim de semana. As crianças mais velhas, as raparigas e as pertencentes ao estatuto baixo são as que dedicam menos tempo a esta actividade.

1.1.2 – A panóplia de jogos dentro de casa é vasto e diversificado, sobressaindo os jogos electrónicos, de mesa e de dramatização. A maioria dos jogos pertence à categoria dos comercializados, requerendo índices baixos de actividade física/movimento por se praticarem sem necessidade de sair do mesmo local. A idade, o sexo e o estatuto sócio-económico parecem ser determinantes no despertar, na escolha e acesso a certos jogos. Quanto aos acompanhantes, constatamos que foi uma actividade realizada maioritariamente de forma individual ou com outras crianças.

1.1.3 - À semelhança da actividade lúdica, o tempo dedicado diariamente ao visionamento televisivo também não é muito

elevado, aumentando de forma considerável ao fim de semana. É uma actividade que não é efectuada a uma hora determinada (sofre variações ao longo da semana). No entanto, pode salientar-se o período da noite, após o jantar.

1.1.4 - As actividades escolares são realizadas diariamente pela grande maioria das crianças, mas com tempos diários baixos. São desenvolvidas maioritariamente de forma individual sem a supervisão de adultos e destacam-se os trabalhos de casa, a leitura e escrita, a matemática, o desenho e a pintura.

1.2 – Relativamente à actividade física das crianças fora de casa, começamos por constatar que a satisfação face aos espaços disponíveis no bairro é elevada, embora haja alguma insatisfação face à qualidade desses mesmos espaços. Por isso, as crianças apontam que gostariam de ter mais espaços multi-desportivos, espaços verdes, espaços de aventura e espaços para desportos radicais. Pudemos ainda concluir que essa qualidade limita principalmente a prática de alguns jogos desportivos com bola e de desportos radicais. De entre as actividades de tempo livre fora de casa, a actividade lúdica assume um lugar de destaque, apresentando, por isso, um valor importante na actividade física praticada diariamente.

1.2.1 – À semelhança do ocorrido dentro de casa, também aqui podemos constatar que o tempo diário dedicado à actividade lúdica não é muito elevado, aumentando de forma considerável ao fim de semana. As crianças mais velhas, as raparigas e as pertencentes ao estatuto alto são as que dedicam menos tempo a esta actividade.

1.2.2 - A panóplia de jogos das crianças fora de casa é vasto e diversificado, sobressaindo os jogos que requerem índices elevados de actividade motora (escondidas, apanhadas e futebol). A idade, o sexo e o estatuto sócio-económico parecem ser

determinantes no despertar, na escolha e acesso a certos jogos. Quanto aos acompanhantes, podemos constatar que é uma actividade realizada maioritariamente com amigos, com preferência pelas crianças da mesma idade e pertencentes ao mesmo sexo ou a ambos os sexos.

1.2.3 - A actividade desportiva num clube apresenta valores baixos, principalmente por parte das crianças mais novas e das pertencentes ao sexo feminino. A diversidade de actividades desportivas praticadas é baixa e o tempo de prática semanal é diminuto. O tipo de actividades mais praticadas apresenta, de igual forma diferenças, principalmente no que toca à diferenciação sexual, sendo o futebol a modalidade mais praticada pelos rapazes e a natação e ginástica pelas raparigas.

2 - Quais são as influências, motivações e limitações apontadas pelas crianças relativamente às suas actividades físicas de tempos livres no meio urbano?

2.1 - Os amigos do bairro ou da escola e os professores ou treinadores do clube são os que mais influenciam a prática de actividade física das crianças na rua ou no clube. A idade, a diferenciação sexual e o estatuto devem ser tidas em conta, pois, com a idade esbate-se a influência exercida pelos amigos e aumenta a que é exercida pelos professores ou treinadores do clube e pelos ídolos desportivos. Podemos também concluir que os pais e outros familiares adultos, os professores ou treinador do clube e os ídolos desportivos exercem maior influência junto dos rapazes, enquanto que os irmãos ou familiares crianças exercem maior influência junto das raparigas. Se nos centrarmos no estatuto sócio-económico, concluímos que, para além dos amigos do bairro ou da escola, as maiores influências, em ambos os estatutos, é exercida pelos professores ou treinador do clube e ídolos desportivos.

2.2 – Relativamente às motivações ou razões que levam à prática, embora seja atribuída uma importância elevada a todas as categorias, pode destacar-se a importância que exerce sobre a saúde e sobre a forma física. A idade, a diferenciação sexual e o estatuto sócio-económico mostraram ser importantes, uma vez que a melhoria da forma física e a ajuda nas tarefas escolares são mais valorizadas à medida que se avança na idade, enquanto há um decréscimo na importância atribuída à saúde. Os rapazes valorizam mais a melhoria da forma física e o facto de permitir arranjar mais amigos, enquanto que as raparigas valorizam mais os aspectos relacionados com a saúde e o descanso. Podemos também constatar que todas as categorias são mais valorizadas pelas crianças do estatuto baixo, encontrando-se as maiores diferenças ao nível da saúde, aprendizagens escolares e descanso.

2.3 - A falta de tempo, a inadequação dos espaços e a proibição imposta pelos pais são os factores que mais limitam a prática de actividade física das crianças na rua ou no clube. A idade, a diferenciação sexual e o estatuto sócio-económico mostraram ser importantes, uma vez que a falta de tempo é mais apontada à medida que aumenta a idade, enquanto a proibição pelos pais, a falta de companheiros e a falta de gosto pela prática diminuem. Os rapazes valorizam, à excepção da falta de companheiros, todas as outras categorias mais que as raparigas. As crianças do estatuto baixo, à excepção da categoria falta de gosto pela prática, valorizam de igual modo mais todas as categorias que as do estatuto alto.

3 - Como são os níveis de independência de mobilidade das crianças nos seus trajectos diários efectuados no meio urbano?

3.1 – Ao analisar os limites geográficos concedidos, constatamos que, nas suas actividades com os amigos (brincar, andar de bicicleta...), o bairro se apresenta como um espaço de acção onde as crianças se

movimentam com alguma autonomia, que tende a aumentar com a idade. Os rapazes evidenciam maior liberdade até aos limites do bairro, invertendo-se ligeiramente os resultados para além desses limites, e são as crianças pertencentes ao estatuto baixo aquelas que revelam limites territoriais com independência mais alargados.

3.2 - As visitas à casa de familiares e amigos dentro e fora do bairro são frequentes. Com a idade aumenta o número de visitas e a independência de mobilidade conferida nos trajectos. Os rapazes e as crianças do estatuto alto revelam ter visitado mais amigos. No entanto, são as raparigas e as crianças pertencentes ao estatuto baixo que gozam de maior autonomia nos trajectos. Por outro lado, as distâncias mostram ser um factor importante ao nível da independência de mobilidade, havendo maiores restrições quando os percursos são mais longos e há necessidade de sair do bairro.

3.3 – Os deslocamentos a pé com amigos são frequentes, principalmente nas proximidades de casa, revelando as crianças alguma independência no deslocamento a determinados locais. A idade, a diferenciação sexual e o estatuto sócio-económico, mostram interesses diferenciados nos locais visitados, sendo as crianças mais velhas, os rapazes e as pertencentes ao estatuto baixo aqueles que referem, em maior percentagem, efectuar mais trajectos com outras crianças.

3.4 - A travessia das ruas sozinho, mesmo quando acompanhados por adultos, parece não ser obstáculo para a maioria das crianças (à excepção das mais novas), aumentando essa autonomia com a idade. Os rapazes e crianças pertencentes a um estatuto sócio-económico baixo revelam-se também mais autónomos.

3.5 - Nos deslocamentos a pé, a maioria das crianças prefere a companhia de adultos. No entanto, essa preferência tende a esbater-se com a idade, aumentando simultaneamente a preferência pela companhia de outras crianças nos passeios a pé. As distâncias percorridas sozinhas ou com amigos são de um modo geral curtas, confinando-se, na sua maioria, às

imediações do bairro. Com a idade aumenta a percentagem das crianças efectua deslocações até lugares mais longe e demorando mais tempo no trajecto. Podemos também constatar que, embora a percentagem de raparigas que refere deslocar-se até lugares mais longe ser superior, são os rapazes e as crianças do estatuto baixo que efectuam mais trajectos para fora do bairro, demorando por isso mais tempo nos percursos.

3.6 – A actividade andar de bicicleta é realizada por um percentagem baixa de crianças (os rapazes revelam desenvolver esta actividade mais que as raparigas), é efectuada predominantemente ao fim de semana, e a independência de mobilidade é elevada mas com restrições em termos geográficos. A idade apresenta-se como um factor importante nos limites concedidos, enquanto que as variáveis sexo e estatuto sócio-económico revelam diferenças mínimas.

3.7 – Quanto aos trajectos efectuados pelas crianças a partir de casa para se deslocarem a diferentes instituições, pudemos concluir que o trajecto até à escola é o mais curto, é efectuado essencialmente a pé, principalmente pelas crianças mais velhas, pelas pertencentes ao sexo masculino e ao estatuto baixo, sendo o automóvel, também, um meio de transporte bastante mencionado. No trajecto até à escola revelam alguma independência de mobilidade, uma vez que a maioria (exceptuando as mais novas), efectua este trajecto sozinho ou com amigos. A idade, o sexo e o estatuto sócio-económico assumem-se como variáveis importantes ao nível da independência de mobilidade neste percurso, sendo as crianças mais velhas, os rapazes e as pertencentes ao estatuto alto aquelas que evidenciam níveis mais elevados de autonomia. Os resultados mostram também que as instituições de tempos livres, a piscina e o clube desportivo são frequentadas por uma percentagem baixa de crianças, e que os trajectos são efectuados especialmente de automóvel ou a pé, na companhia de adultos, o que revela níveis baixos de independência de mobilidade. Os resultados demonstram ainda que a idade e o estatuto sócio-económico

podem assumir-se como variáveis importantes ao nível da autonomia concedida nestes trajectos, uma vez que as crianças mais velhas evidenciam níveis mais elevados em todos eles, são as pertencentes ao estatuto baixo as que revelam maior independência até à piscina, e as pertencentes ao estatuto alto até à instituição de tempos livres e ao clube. Ao nível da diferenciação sexual, apenas encontramos diferenças dignas de registo no trajecto casa/instituição de tempos livres, onde os rapazes evidenciam maior autonomia.

4 - Qual a opinião dos pais relativamente aos obstáculos que interferem na actividade física de tempos livres e independência de mobilidade dos seus filhos no meio urbano?

4.1 - Os pais revelam estar conscientes de que os seus filhos não possuem muita liberdade ao nível da actividade lúdica e da independência de mobilidade no espaço exterior. No entanto essa autonomia aumenta com a idade, sendo os rapazes e as crianças pertencentes ao estatuto baixo aquelas que gozam de níveis mais elevados de apropriação espacial e independência de mobilidade.

4.1.1 - Os principais obstáculos apontados pelos pais à actividade lúdica e independência de mobilidade dos seu filhos são, para além da idade (ser muito novo), o perigo que representa o tráfego automóvel e o receio de brigas e problemas com outras crianças. Com a idade decrescem os obstáculos relacionados com o perigo de tráfego e o receio de brigas ou problemas com outras crianças, aumentando o medo de assaltos e molestações por parte de adultos. Os pais dos rapazes atribuem maior relevo aos perigos relacionados com o tráfego e ao sentido de responsabilidade dos seus filhos, enquanto os das raparigas evidenciam maior receio de brigas e problemas com outras crianças. Os pais das crianças do estatuto baixo atribuem maior importância ao fraco sentido de

responsabilidade dos seus filhos, enquanto os do estatuto alto consideram o perigo proporcionado pelo tráfego automóvel e assaltos e molestações por adultos mais importantes.

4.2 - A maioria dos pais considera que os seus filhos não dispõem de muita liberdade para andar de bicicleta, patins ou skate na rua, aumentando a mesma com a idade. Os pais dos rapazes e das crianças do estatuto alto referem, em maior percentagem, conceder muita liberdade aos seus filhos para poder andar de bicicleta, patins ou skate na rua.

4.2.1 - Quanto aos principais obstáculos referidos pelos pais relativamente às actividades andar de bicicleta, patins ou skate no meio urbano, verificamos que a idade (ser muito novo) e o perigo que representa o tráfego automóvel continuam a ser dos mais apontados, juntando-se a estes dois factores o perigo de acidente. Com a idade decresce o perigo de acidente, na opinião dos pais, mas, em contrapartida, aumenta o perigo relacionado com o tráfego automóvel e o medo de assaltos e molestações por adultos. Os pais dos rapazes atribuem maior importância aos perigos relacionados com o tráfego, enquanto os das raparigas apontam em maior percentagem, o receio de brigas ou problemas com outras crianças. Relativamente ao estatuto sócio-económico, as maiores diferenças surgem ao nível do sentido de responsabilidade e idade (ser muito novo), mais referidos pelos pais das crianças pertencentes ao estatuto baixo, enquanto que o perigo relacionado com o tráfego automóvel e de acidente são mais apontados pelos pais do estatuto alto.

4.3 – Os pais consideram que as restrições por si impostas ao nível da actividade física e independência de mobilidade é compreendida e bem aceite pelos filhos, e que a insatisfação face às liberdades concedidas melhora com a idade. Ao nível da diferenciação sexual não se observaram grandes diferenças, e são os pais das crianças pertencentes

ao estatuto alto que revelaram em maior percentagem que os seus filhos tinham níveis de satisfação elevados face à liberdade concedida.

4.3.1 - Os principais factores limitadores da actividade física e independência de mobilidade das crianças, na opinião dos pais, são a forma como está organizado o meio urbano, o trânsito e a criminalidade, apresentando-se a idade como determinante na diminuição do risco oferecido por esses obstáculos.

5 - Em termos de duração, quais são as actividades físicas diárias de tempos livres às quais as crianças dedicam uma maior percentagem de tempo semanal? Haverá diferenças estatisticamente significativas entre as variáveis?

5.1 - O visionamento televisivo, a actividade lúdica, as actividades escolares, as refeições e a actividade livre orientada são aquelas a que as crianças dedicam mais tempo durante a semana.

5.1.1 - A idade assume um papel importante no tempo que é dedicado às diferentes actividades semanais, passando as crianças de oito anos mais tempo em actividade livre orientada e em actividade lúdica dentro de casa, mas, em contrapartida, menos tempo em frente ao televisor, na realização das actividades escolares, nas refeições em actividade lúdica fora de casa, em actividades desportivas no clube e também nos trajectos efectuados a pé. Os resultados evidenciam mesmo a existência de diferenças estatisticamente significativas entre as crianças mais novas (oito anos) e as restantes (dez e doze anos) nas categorias mobilidade a pé, actividade livre orientada, actividades escolares e refeições.

5.1.2 - Os resultados demostram que as actividades com maiores percentagens de tempo semanal não variam de acordo com a diferenciação sexual, e que, embora os rapazes revelem passar mais tempo nas deslocações a pé, em actividade lúdica (dentro e

fora de casa), em actividade desportiva, e menos tempo nas deslocações de transporte, em actividade doméstica, visionamento televisivo e actividades escolares, não são detectadas diferenças estatisticamente significativas em nenhuma das categoria presentes no estudo.

5.1.3 - Os resultados demostram que as actividades com maiores percentagens de tempo semanal não variam de acordo com o estatuto sócio-económico, e que, embora as crianças pertencentes ao estatuto alto dediquem mais tempo à mobilidade de transporte, actividade lúdica (dentro e fora de casa), às actividades livres orientadas e assistência a espectáculos, e as pertencentes ao estatuto baixo, mais tempo à mobilidade a pé, à actividade desportiva no clube, à actividade doméstica, actividades escolares e visionamento televisivo, não são detectadas diferenças estatisticamente significativas em nenhuma das categorias estudadas.

6 - Qual a média da frequência cardíaca nas diferentes actividades físicas de tempos livres semanais desenvolvidas pelas crianças? Haverá diferenças estatisticamente significativas entre as variáveis?

6.1 - Os valores da média da frequência cardíaca semanal nas diferentes categorias, tendo em conta a totalidade das crianças, não é muito alta, sendo as actividades realizadas no espaço exterior (actividade desportiva, lúdica e os deslocamentos) aquelas que apresentam médias mais elevadas, enquanto as actividades de interior (actividades escolares, domésticas, refeições...) apresentam médias mais baixas.

6.1.1 – Para além da actividade livre orientada, todas as outras actividades com frequência cardíaca mais elevada é semelhante nos diferentes escalões etários, notando-se apenas uma diferenciação na ordem pela qual aparecem os níveis de

intensidade. Podemos ainda constatar que, embora a média da frequência cardíaca semanal da actividade lúdica fora de casa e actividade desportiva num clube tenha aumentado com a idade, e os valores da actividade lúdica em casa, actividade livre orientada, visionamento televisivo e mobilidade de transporte tenham diminuído, apenas detectamos diferenças estatisticamente significativas ao nível da actividade livre orientada entre as crianças de oito e doze anos.

6.1.2 – À excepção da assistência a espectáculos, as actividades onde a média da frequência cardíaca é mais elevada é comum aos dois sexos. Podemos ainda constatar que embora os rapazes obtenham uma média semanal da frequência cardíaca mais elevada durante a actividade lúdica (em casa e fora de casa) e nas actividades escolares, e as raparigas, na actividade desportiva, na mobilidade (a pé e de transporte) e na assistência a espectáculos, não detectamos diferenças estatisticamente significativas em nenhuma das categorias.

6.1.3 - À excepção da assistência a espectáculos, as actividades onde a média da frequência cardíaca é mais elevada é comum a ambos os estatutos. Podemos, de igual forma, constatar que, embora as crianças pertencentes ao estatuto alto apresentem uma média da frequência cardíaca semanal mais elevada na actividade lúdica (em casa e fora de casa), nas actividades domésticas, actividades escolares e visionamento televisivo, e as pertencentes ao estatuto baixo na actividade desportiva, actividade livre orientada, na mobilidade a pé e de transporte, não encontramos diferenças estatisticamente significativas em nenhuma das categorias.

7 - Como varia a percentagem de tempo das actividades físicas semanais de tempos livres das crianças, quando são considerados os níveis de intensidade leve, moderada e intensa? Haverá diferenças estatisticamente significativas entre as variáveis quando se considera o nível moderado/intenso?

7.1 – Uma grande percentagem do tempo livre das crianças foi passado no parâmetro de actividade leve, sendo os momentos de intensidade alta muito reduzidos mesmo naquelas actividades onde as médias da frequência cardíaca são mais elevadas, tais como a actividades desportiva num clube, a actividade lúdica e as deslocações.

7.1.1 – Os totais semanais evidenciam um aumento do tempo passado em actividade física nos níveis moderado/intenso entre os oito e os dez anos e um decréscimo daí para os doze anos. Podemos constatar que, embora as crianças mais novas obtenham uma percentagem de tempo com intensidade mais alta na mobilidade de transporte, actividade lúdica em casa, actividade livre orientada, actividade doméstica e nas refeições, e as mais velhas na actividade desportiva no clube, higiene pessoal e outras actividades, apenas detectamos diferenças estatisticamente significativas no nível moderado/intenso, na categoria actividade lúdica fora de casa entre as crianças de oito e dez anos de idade.

7.1.2 – Os totais semanais demonstram que os rapazes passam menor percentagem de tempo nos níveis moderado/intenso que as raparigas. Podemos ainda constatar que, apesar das raparigas evidenciarem percentagens de tempo mais altas nos níveis moderado/intenso durante a mobilidade, actividade desportiva, visionamento televisivo, assistência a espectáculos e refeições, e os rapazes durante a actividade lúdica, actividade livre orientada, actividade doméstica e actividades escolares, não detectamos

diferenças estatisticamente significativas em nenhuma das categorias do estudo.

7.1.3 - Os resultados semanais demonstram que as crianças pertencentes ao estatuto alto passam menor percentagem de tempo nos níveis moderado/intenso que as pertencentes ao estatuto baixo. Podemos, de igual modo, constatar que, embora as crianças pertencentes ao estatuto alto obtivessem percentagens de tempo mais elevadas nos níveis moderado/intenso nas categorias mobilidade a pé, actividade lúdica, actividade doméstica, visionamento televisivo, actividades escolares, refeições e noutras actividades, e as pertencentes ao estatuto baixo, na mobilidade de transporte, actividade desportiva, actividade livre orientada e assistência a espectáculos, também aqui não detectamos diferenças estatisticamente significativas em nenhuma das categorias estudadas.

4 – REFLEXÃO FINAL SOBRE A ACTIVIDADE FÍSICA E MOBILIDADE DE TEMPOS LIVRES DAS CRIANÇAS NO MEIO URBANO

Bronfenbrenner (1996), refere que na simbiose entre as características ambientais e o ser humano, deve ter-se sempre em conta as constantes transformações processadas pelos diferentes sistemas sociais, pois é nestas transformações, que podem ser encontradas possíveis explicações para determinados fenómenos que ocorrem na nossa vida do dia a dia. As conclusões do nosso estudo, permitem confirmar a importância e influência que os contextos mais vastos (macro e exossistemas) exercem na organização da vida quotidiana das crianças, visível nas suas actividades físicas e de mobilidade evidenciadas nos contextos imediatos (micro e mesossistemas).

O "mundo da infância" apresenta-se nesta fase da humanidade, como um sistema onde predomina uma grande uniformidade e homogeneidade ao nível das actividades desenvolvidas em meio urbano nos diferentes países, a que Boyer (1990) chama "sistema de monotonia serial". Talvez por isso, tenhamos podido constatar, que embora o nosso estudo tenha sido desenvolvido numa cidade de média dimensão do interior do país, os resultados encontrados se enquadram dentro dos parâmetros divulgados pelos diferentes estudos realizados em grandes cidades, mostrando muitas restrições na independência de mobilidade e níveis baixos de actividade física.

As crianças revelaram que as suas actividades físicas de tempos livres se estruturam fundamentalmente dentro de dois tipos de espaços, denominados por Serra y Viguer (1998), como micro-envolvimento e macro-envolvimento.

O micro-envolvimento (espaço habitacional) sofreu grandes melhorias nos últimos anos, contribuindo para tal, o desenvolvimento da indústria ligada à construção civil e também a melhoria do poder de compra das famílias motivado pela entrada da mulher no mundo laboral. Dentro de casa as crianças revelam uma grande liberdade de apropriação espacial, desenvolvendo aí especialmente, actividades lúdico-funcionais, por vezes exigentes em termos intelectuais mas que requerem pouco movimento devido à exiguidade dos espaços interiores.

Aqui, as crianças encontram a segurança, o conforto e a privacidade que lhes falta noutros espaços, tornando-o por isso um local onde pratica uma grande quantidade e diversidade de jogos suportados pela grande expansão da indústria dos brinquedos, com ofertas cada vez mais atractivas e concebidas para espaços mais organizados e de dimensões reduzidas. O desenvolvimento e expansão das novas tecnologias da informação contribuíram também para uma nova reconfiguração e organização do espaço interior, dotando as habitações de novos meios electrónicos, onde se pode destacar a televisão (com acesso ao cabo), o computador (com acesso à internet) que veio modificar os usos e costumes familiares e seduzir as crianças com a produção cada vez mais diversificada de programas e jogos dedicados a essa faixa etária que podem ser efectuados de forma individual, tornando-se naquilo que Kumar (1997) chama de "companheiro silencioso".

Quanto ao macro-envolvimento (espaços exteriores à habitação), sofreu também ele grandes transformações nos países industrializados ao nível dos contextos de vida diária das crianças. A concentração populacional nas cidades obriga ao seu crescimento vertical e à necessidade de uma organização e ordenação do espaço físico com vista a uma economia progressiva. As cidades modernas estão configuradas especialmente de acordo com interesses económicos, apresentando muitas fragilidades no que diz respeito à qualidade dos espaços de jogo, o que leva as crianças a reivindicar a sua falta para a prática de actividade lúdica com os amigos.

A actividade física diária de tempos livres e a independência de mobilidade das crianças por serem altamente influenciadas pelas condições físicas e sociais encontradas no espaço urbano, sofreram grandes mudanças, notando-se um decréscimo acentuado em todos os países onde têm sido desenvolvidos estudos no âmbito desta temática. O crescimento e desenvolvimento das cidades levou à especialização espacial e separou a habitação dos diferentes locais que fazem parte do quotidiano das pessoas (o local de trabalho, a escola, o clube, os locais de recreação e lazer...), o que tornou estes locais menos acessíveis, e fez despoletar a imprescindível utilização do automóvel e outros meios de transporte

que permitiram novas formas de acesso e uma visão diferente do espaço e dos lugares, mas, provocaram graves problemas no tráfego citadino aumentando exponencialmente a insegurança nos espaços exteriores, tornando cada vez mais difícil o acesso a determinados locais de prática de actividades físicas e desportivas. Associado aos problemas do tráfego, existem também as causas motivadas pela deterioração da sociedade (crescente número de assaltos e molestações às crianças), que levou os pais a assumir a responsabilidade pela segurança dos filhos, reflectindo-se este facto, numa liberdade cada vez mais tardia ao nível da independência de mobilidade e numa percentagem de tempo cada vez menor em actividade física com níveis de intensidade mais elevados.

Os factos anteriores podem ser preocupantes quando se sabe que uma menor independência de mobilidade torna as crianças menos autónomas e aptas a lidar com situações quotidianas imprevistas, compromete alguns dos seus "skills" motores, restringe a criatividade e sociabilidade, as representações cognitivas do espaço físico e seu funcionamento, a capacidade de adaptação e resolução de problemas bem como a liberdade e autonomia em jogo, aspectos fundamentais para a sua estimulação sensorial, motora, emocional e psicológica (Espinosa e Ochaíta, 1997; Arez, 1998; Neto, 2001).

Relativamente à actividade física, a literatura evidencia que há uma insuficiência de estudos que estabeleçam uma influência benéfica sobre a saúde infantil. Riddoch (1998) refere que esta constatação se apoia no facto das crianças serem por norma saudáveis, mesmo quando apresentam estilos de vida sedentários. Rowland e Freedson (1994) e Caspersen e col. (1998), vão mais longe, afirmando que embora não se verifique uma relação directa entre as variáveis anteriores, os processos degenerativos e outros problemas clínicos motivados pelo sedentarismo se iniciam desde cedo, embora as suas repercussões sejam perceptíveis apenas mais tarde. Malina e Bouchard (1991), acrescentam que não se deve olhar para a saúde num sentido restrito, tendo em conta apenas a doença, mas sim num sentido mais vasto. Assim, e de acordo com esta permissa, foi possível encontrar na literatura, uma relação positiva entre a actividade física praticada pelas crianças nas suas rotinas de vida e o estado de bem-estar

psicológico, moral, físico e social. Blair e Connelly (1996), reforçam a afirmação anterior quando dizem que a actividade física adequada durante a infância, pode promover melhoria directa no estado de saúde e qualidade de vida, pela influência que exerce no desenvolvimento fisiológico e psicológico nessa fase, e também, prevenir factores de risco e aumentar a probabilidade de manutenção de uma vida mais activa no futuro, pelo facto de muitos dos padrões de comportamento se estabelecerem durante essa fase.

Relativamente à temática anterior, Riddoch (1998), sintetiza os argumentos a favor da importância da actividade física na infância, quando diz que promove o desenvolvimento físico, social, cognitivo e a qualidade de vida das crianças, estabelece um comportamento saudável desde cedo que poderá manter-se com o passar do tempo, e pode também influir na evolução de factores de risco para a saúde, minimizando a potencial manifestação de futuras doenças degenerativas.

As constatações apresentadas a favor da importância da independência de mobilidade e da actividade física regular, tomam maior importância, quando constatamos que os seus níveis têm decrescido de forma acentuada, assumindo níveis preocupantes não apenas nos grandes centros populacionais, mas também nas cidades de média dimensão (como pudemos constatar no nosso estudo).

Por isso, e embora se reconheça que a evidência científica existente, não permite definir com rigor os níveis óptimos de actividade física que possam beneficiar a saúde das crianças (Magalhães, 2001), a consciencialização do problema, levou diferentes instâncias e autores a pronunciar-se sobre a temática, e apontar algumas recomendações no sentido de promover uma melhoria da saúde e bem estar. O governo britânico, através da Health Education Authority, bem como outros investigadores (Corbin e Pangrazi, 1996), sugerem a acumulação de 30 a 60 minutos diários de actividade física moderada, nas quais se podem incluir actividades como andar de bicicleta, nadar, dançar, correr, trepar, saltar e outras de cariz desportivo. Kaplan, et al. (1993) referem também que o American College of Sport Medicine (ACSM), definiu como quantidade mínima recomendada com base na actividade requerida para a melhoria da condição cárdio-respiratória, um tipo de actividade física que envolva os grandes

grupos musculares, mantida de forma rítmica e repetitiva, pelo menos durante 20 minutos, 3 a 4 vezes por semana com intensidade vigorosa. Uma revisão desta posição veio mais tarde considerar, que a actividade física com características mais moderadas é também adequada para manutenção dos níveis relacionados com a saúde, prevenindo as doenças cárdiovasculares.

Sallis & Patrick (1994) concluíram que todas as recomendações proferidas são pelo menos unânimes em considerar que as crianças devem praticar actividade física de forma aprazível, diariamente ou quase todos os dias, em brincadeiras, jogos, desportos e deslocações, nos contextos escolar, comunitário e familiar. Blair e col. (1992), vão mesmo mais longe, afirmando que não interessa o tipo de actividade física praticada (actividade desportiva, actividade doméstica, jardinagem, marcha...), mas sim uma prática regular de forma moderada.

Pegando nas palavras de Vuori (1995), pensamos que é determinante desenvolver uma cultura que permita encorajar a actividade física regular desde a infância, tornando-a parte integrante de um estilo de vida activo, que permita uma melhoria da qualidade de vida. Partilhamos por isso das ideias de Mota (1992b), quando afirma que os níveis actuais do padrão de actividade física das crianças, devem ser um motivo de clara preocupação para todos nós, sendo um campo onde os profissionais de educação física, detêm um papel fundamental na defesa inequívoca do desenvolvimento das actividades físicas e desportivas como um meio no âmbito da educação para a saúde.

Para terminar diremos que é muito importante estar atento às mudanças, interesses, valores e motivos que caracterizam a época em que vivemos, encontrar novas linguagens e modelos de referência apropriados, para podermos compreender as necessidades ao nível da independência de mobilidade e da actividade física no dia a dia das crianças e jovens (Neto, 2001). Como tal, e independentemente das dúvidas que ainda possam subsistir, pensamos que esta temática merece uma atenção especial, justificando-se por isso a continuidade e aprofundamento da investigação neste campo de estudos, por forma a poder ter uma intervenção mais efectiva, contribuindo para uma melhoria das condições físicas e sociais conducentes a estilos de vida saudáveis no futuro.

5 - LIMITAÇÕES DO ESTUDO

Um estudo com as características daquele que aqui apresentamos, que se debruça sobre o mundo da infância na sua relação com um todo social que a envolve, fez despontar forçosamente um conjunto de condicionalismos que nos impeliu a tomar decisões para a sua consecussão. Assim, desejamos ressalvar os seguintes aspectos :

Problemas de ordem logística na recolha dos dados fizeram com que o campo de acção se circunscrevesse apenas ao estudo da actividade física de tempos livres e independência de mobilidade das crianças com idades compreendidas entre os oito e os doze anos de idade, apenas numa cidade de média dimensão do interior do país, representando tão só esse universo (validade interna), o que implica uma atitude cautelosa na generalização dos resultados (validade externa – objectividade científica).

A sub-amostra foi de alguma forma limitada, devido aos condicionalismos instrumentais que implicaram a monitorização da actividade física das crianças e registos nos diários de actividades directamente e durante toda a fase de observação pelo investigador principal e colaboradores. A dimensão da sub-amostra fez com que, em determinadas categorias de observação, não fosse possível obter um número de indivíduos suficientes para que os resultados das provas estatísticas aplicadas fossem consistentes.

Sabendo que os níveis de actividade física variam de acordo com as estações do ano (Shephard et al., 1980; Sallis et al., 1985), e que as crianças tendem a ser mais activas no verão que durante o inverno (Ross et al., 1985) decidimos, por impossibilidade de recolha dos dados do estudo na mesma época, devido à morosidade na recolha dos dados do questionário, por ter sido aplicado directamente junto de cada criança e pais pelo investigador principal e colaboradores, fazer a recolha da segunda fase dos dados durante a mesma época do ano (primavera escolar), em anos consecutivos.

A escolha dos instrumentos de avaliação é um dos grandes dilemas com que se debate o estudo da actividade física (Prista, 2000). Por isso, e apesar de termos usado diferentes instrumentos complementares na recolha dos dados, procurando,

de alguma forma, a sua integração, temos plena consciência que, mesmo assim, há alguns reducionismos e aspectos que podem condicionar as análises efectuadas e conclusões evidenciadas, uma vez que, segundo Cachapuz (1998), todos os procedimentos e instrumentos utilizados para avaliar a actividade física apresentam um erro substancial e conhecidas limitações.

A idade das crianças com que trabalhamos apresentou-se como uma das condicionantes do estudo. Segundo Baranowski (1988), as crianças muito novas têm uma capacidade limitada para se lembrar da actividade física da semana anterior, apresentando dificuldades na capacidade cognitiva de recordar detalhes sobre os seus padrões de actividade, não estimam correctamente a sua duração, associando-lhe critérios subjectivos, como sejam a intensidade e o prazer, podendo-as levar a ter uma percepção errada do tempo envolvido na actividade física. Montoye e col. (1996) acrescentam que a administração de questionários, bem como o uso de um diário de actividades pode levantar problemas quando se trabalha com crianças muito novas. Daí a opção de estar presente um dos pais durante a aplicação do questionário e recorrer à observação directa no preenchimento dos diários de actividade.

Estamos também conscientes de que a forma como foram aplicados os instrumentos de recolha dos dados, principalmente durante a segunda fase (diários de actividade e monitorização da frequência cardíaca), podem ter tido influência no padrão normal de actividade das crianças, pois eram portadoras de um objecto que fugia à sua rotina normal e sabiam que estavam a ser constantemente observadas por um adulto.

Como corolário, gostaríamos de referir que a quantidade de investigação existente sobre a actividade física, a variabilidade de modelos de estudo, o reduzido número de estudos com características semelhantes à investigação desenvolvida, e o diferente entendimento sobre o conceito de actividade física na literatura, dificultaram, de alguma forma, a interpretação e generalização dos resultados.

6 – RECOMENDAÇÕES

De acordo com o trajecto percorrido por esta investigação, e tendo em conta a dimensão, a complexidade do objecto de estudo, a multiplicidade de abordagens e os vários ângulos de análise que poderão ser adoptados, gostaríamos de deixar aqui algumas recomendações para futuras pesquisas no campo da actividade física e mobilidade do indivíduo, durante as suas rotinas de vida diária. Assim, e pela importância de que se reveste para o conhecimento da criança em particular e do ser humano no geral, é imprescindível dar continuidade a trabalhos de investigação neste domínio. Sugerimos, pois, que em trabalhos ulteriores, se desenvolvam investigações :

1 - Que comparem a actividade física e a mobilidade das crianças durante as suas rotinas de vida diária, de acordo com diferentes contextos socioculturais, étnicos e geográficos diferenciados e mais vastos de forma integrada. Deste modo, parecem justificar-se novas pesquisas que estabeleçam comparações entre:

a) Crianças de grandes centros urbanos, centros médios e pequenas comunidades rurais;
b) Crianças de classes sócioeconómicas elevadas e crianças mais desfavorecidas nos meios urbano/urbano, rural/rural e urbano rural;
c) Crianças do litoral - crianças do interior;
d) Crianças de comunidades étnicas diferenciadas;

2 – Que se estude a actividade física e a mobilidade das crianças durante toda a jornada, desde a hora de levantar até à hora de deitar, e durante um período de tempo mais longo, por forma a poder ter uma ideia mais concreta e um melhor conhecimento da totalidade da actividade física e mobilidade na vida das crianças;

3 – Que se avalie a actividade física e a mobilidade em diferentes momentos do ano e desenvolvam estudos longitudinais, por forma a ter uma visão mais aprofundada e ampla destas variáveis;

4 – Que se estude a actividade física e mobilidade recorrendo às mesmas metodologias e instrumentos, desde a primeira infância até à velhice, contribuindo desta forma para um melhor conhecimento do conjunto, permitindo este facto perceber a forma como evolui a actividade física e a mobilidade ao longo do desenvolvimento do ser humano;

Sabendo que as conclusões definitivas neste campo de investigação ainda estão longe de ser conclusivas, pensamos que só um conhecimento mais profundo e alargado sobre a actividade física e mobilidade durante as rotinas de vida do indivíduo, e consequente problemática no âmbito do desenvolvimento motor, nos permitirá um melhor conhecimento do ser humano, para o qual aqui deixamos o nosso modesto contributo.

5ª PARTE

Bibliografia

A

- **Aaron, D.; Kriska, A.; Dearwater, S.; Anderson, R.; Olsen, T.; Cauley, J. & LaPorte, R.** (1993) "The epidemiology of leisure physical activity in an adolescent population". *Medicine Science in Sport and Exercice*, 25, p. 847-853.

- **Ainswoth, B.; Haskel, W.; Leon, A.; Jacobs, D.; Montoye, H.; Sallis, J. & Paffenbarger, R.** (1993) "Compendium of physical activities: classification of energy costs of human physical activities". *Medicine Science in Sport and Exercice*, 25, p. 71-80.

- **Ajuriaguerra, J.** (1977) "*Manuel de psychiatrie de l`enfant*". Paris : Masson.

- **Almqvist, B.** (1989) "Age and gender differences in children`s christmas requests". *Play and Culture*, vol 2, nº1, p. 2-19.

- **Amendoeira, P., Santos, A. e Fontes Ribeiro, C.** (2000) "Avaliação dos níveis de actividade física na população jovem em função do índice de massa corporal". *Livro de Resumos do 8º Congresso de Educação Física e Ciências do Desporto dos Países de Língua Portuguesa*, p. 300. FMH. Lisboa. Portugal.

- **Antunes, J., Duarte, M. & Colla D.** (2000) "Nível de independência em actividades físicas habituais em crianças". In : *Livro de Resumos do 8º Congresso de Educação Física dos Países de Língua Portuguesa*, p. 348. FMH.

- **Arez, A.** (1998) "*Desenvolvimento da criança e espaço físico : estudo das rotinas de vida, percepção do espaço físico e independência de mobilidade em crianças do meio rural e urbano*". Dissertação de Mestrado. Não Publicado. F.M.H. – U.T.L.

- **Ariès, P.** (1986) "La infância" . In: *Revista de Educación*, nº 281, p. 5-17.

- **Ariès, P.** (1988) "*A criança e a vida familiar no antigo regime*". Relógio D`água Editores. Antropos. Lisboa.

- **Armstrong, N.; Balding, J.; Bray, S.; Gentle, P. & Kirby, B.** (1990a) "The physical activity patterns of 10 and 13 yers old children". In: Beunen; Guesquire; Reybrouk e Classens (Eds.) "*Children and Exercice*", p. 152-157.

- **Armstrong, N.; Balding, J.; Gentle, P. & Kirby, B.** (1990) "Patterns of physical activity among 11 to 16 yers old british children". *British Medical Journal*, 301, p. 203-205.

- **Armstrong, N.** (1991) "Health-related physical activity". In: Armstrong e Sparkes (Eds.) *Issues in Physical Education*. p. 139-154.

- **Armstrong, N.; Bray, S.** (1991) "Physical activity patterns defined by continuous heart rate monitoring". *Archives of Disease in Childhood*, Nº 66, p. 245-247.

- **Armstrong, N. e Welsman, J.** (1997) "*Young people and physical activity*". Oxford: Oxford University Press.

- **Armstrong, N.** (1998) "O papel da escola na promoção de estilos de vida activos". In: *A Educação para a Saúde, o Papel da Educação Física na Promoção de Estilos de Vida Saudável*. Editado por SPEF e Omniserviços.

- **Armstrong, N. e Van Mechelen, W.** (1998) "Are young people fit and active?" In: Biddle, S.; Sallis, J. & Cavill, N. (Eds.). "*Young people and health-enhancing physical activity – evidence and implications*". Health Education Authority. London.

- **Atkins, S.; Dugdill, L.; Reilly, T.; Stratton, G.** (1996) " The free-living physical activity of school-children: a longitudinal study". *European Journal of Physical Education*, N°1, p. 88 (Sup.)

B

- **Babinter, E.** (1981) "*Existe el amor maternal?*" . Paidós-Pomaire. Barcelona.

- **Bailey R.; Olson, J.; Pepper,S.; Porszasz, J.; Barstow, T.; Cooper, D.** (1995) "The level and temps of children`s physical activities: na observational study". *Medecine and Science in Sports and Exercice*, N° 7, p. 1033-1041.

- **Baranowski, T.** (1988) "Validity and reability of self report measures of physical activity: na information-processing perspective". *Research Quarterly of Exercice and Sport*. N° 59, p. 314-327.

- **Barreiros, J.** (1991) "*Desenvolvimento e aprendizagem - a variabilidade das condições de prática em crianças e adultos*". Dissertação de Doutoramento em Motricidade Humana, Não Publicado, U.T.L. F.M.H.

- **Barker, R e Wright, A.** (1951) "*One boy´s day*". New York. Harper e Brothers.

- **Bell, D.** (1973) "*The coming of post-industrial society*". Nova York: Basic Books

- **Bell, D.** (1980a) "*The social framework of the information society*". Nova York: Basic Books.

- **Bengtsson, A.** (1984) "A criança e a brincadeira". *Boletim de Intercâmbio*, Vol. 17, p. 34-48.

- **Bernard-Becharies, J.** (1984) "Forma de vida e comunicación social". In: Olabuénaga (ed.) "*Estilos de vida e investigación social*". Bilbao, Mensagero.

- **Biddle, S.; Sallis, J. & Cavill, N.** (1998a) "*Young and active? Young people and health-enhancing physical activity – evidence and implications*". Health Education Authority.

- **Bjorklid, P.** (s.d) "*Traffic-environmental stress: study of stress reactions related to the traffic of children*". Research Group in Environmental Psychology and Education. Estocolmo.

- **Blair, S., Kohl, H., Gordon, N. e Paffenbarguer, R.** (1992) "How much physical activity is good for health?". *Ann. Rev. Publ. Health*, 13, 99-126.

- **Blair, S. e Connelly, J.** (1996) "How much physical activity should we do? The case for moderate amounts and intensities of physical activity". *Research Quarterly for Exercice and Sport*, 67(2), p. 193-205.

- **Boardeman, M.** (1986) "*Graphicacy and geography teaching*". Croom Helms. London.

- **Boireaud, H.** (1979) "Les precurseurs" . In: Chateau J. (Ed) "*La psychologie de l`enfant en langue française*". Toulouse Privat.

- **Bonito, A.** (1994) "*Espaço, orientação e representação – activação do desenvolvimento espacial da criança em idade pré-escolar*". Dissertação de Mestrado. Não Publicado. Universidade de Aveiro.

- **Bordieu, P.** (1988) "*La distinción. Criterio y bases sociales del gusto*". Barcelona. Taurus.

- **Bornas, X.** (1992) "*La autonomia personal en la infância – estratégias cognitivas e pautas para su desarrollo*". Siglo XX, Madrid.

- **Bouchard, C.; Tremblay, A.; Le Blanc, C.; Lortie, G.; Savard, R. & Thériault,G.** (1993) "A method to assess energy expenditure in children and adults". *American Journal of Clinical Nutrition*, Nº 37, p. 461-467.

- **Bouchard, C.; Shephard, R. & Stephens, T.** (1993) "*Physical activity, fitness and healt: consensus statement*". Human Kinetics Publishers, Inc. Champaign. Illinois.

- **Bouchard, C. e col.** (1994a) The Consensus Statement. In: Bouchard, C. e col. (Eds.) "*Physical activity, fitness and healt: international proceeding and consensus statement*".Human Kinetics Publishers, Inc. Champaign. Illinois.

- **Bowers, L.** (1988) "Children need playgrounds but playgrounds need help". In: *Joperd*, Sept., p. 47-50.

- **Boyer, R.** (1990) "*The regulation school: a critical introduction*" . New York. Columbia University Press.

- **Brito, M.** (1979) "A ocupação de tempos livres e a prática desportiva". In : *Revista O Professor (nova série)*, nº 20, pp. 32 a 37.

- **Bronfenbrenner, U.** (1974) "Developmental research, public policy and the ecology of childhood". *Child Development*, 45, pp. 1-5.

- **Bronfenbrenner, U.** (1975) "Reality and research in the ecology of human development". *Proceedings of the American Philosophical Society*, Vol 119, nº 6, pp. 439-469.

- **Bronfenbrenner, U.** (1977) "Toward an experimental ecology of human development". *American Psicologist*, nº32, pp. 513 a 531.

- **Bronfenbrenner, U.** (1979) "*The ecology of human development : experiences by nature and design*". Cambridge: Harvard University Press.

- **Bronfenbrenner, U.** (1985) "Contextos de la crianza e del niño". Problemas y Prospectiva. *Infância y Aprendizage* (29), pp. 44 a 55.

- **Bronfenbrenner, U.** (1986) "Ecology of the family as a context for human development: research perspectives". *Developmental Psycology*, Vol. 22, nº 6, pp. 723-742.

- **Bronfenbrenner, U.** (1992) "*Ecological systems theory*". J. K. Publishers. London.

- **Bronfenbrenner, U. e Crouter, A.** (1983) "The evolution of environmental models in development research". In : Mussen (Ed.) "*Handbook of Child Development*", Vol. 1, New York.

C

- **Cachapuz, C.** (1998) "*Actividade física em adultos idosos – um estudo realizado no concelho do Porto*". Dissertação de Mestrado. Não Publicado. FCDEF - Universidade do Porto.

- **Cale, L.** (1992) "*Les enfants et l`inactivité, quelques explications possibles*". Revue de L`Éducation Physique, Vol. 32, 1, pp. 37 a 41.

- **Calmeiro, L.** (1999) "*A promoção da actividade física em adolescentes : estudo dos efeitos do programa de gestão pessoal nas intenções e comportamentos face à actividade física – um modelo de aplicação em meio escolar*". Dissertação de Mestrado. Não Publicado. F.M.H. – U.T.L.

- **Carvalho, J.; Carreiro da Costa, F.; Diniz, J. & Sena Lino, L.** (2000) "representações e práticas de actividade física nos alunos do 1º ciclo da região autónoma da madeira". In : *Livro de Resumos do 8º Congresso de Educação Física dos Países de Língua Portuguesa*, p. 162. FMH. Lisboa. Portugal.

- **Casas, F.** (1992) " Las representaciones sociales de las necesidades de niños e niñas, y su calidad de vida". *Anuário de Psicologia*, nº 53, p. 27-45. Facultat de Psicologia. Universitat de Barcelona.

- **Caspersen, C.; Powell, K. & Christenson, G.** (1985) "Physical activity, exercice and physical fitness". Definitions and Distinctions for Health-Related Research. *Public Health Reports*, vol. 100, nº 2, p. 126-131.

- **Caspersen, C.; Nixon, P., DuRant, R.** (1998) "Physical activity epidemiology applied to children and adolescents". *Exercice and Sport Sciences Reviews,* 26, p. 341-403.

- **Castells, M.** (1989) "*The informational city : information technology, economic restructuring and the urban-regional process*". Oxford Basil Blackwell.

- **Cathelat, B e Allien, B.** (1984) "Un método para el estúdio de los estilos de vida y perspectivas sociales". In: Olabuénaga (ed.) "*Estilos de Vida e Investigación Social*". Bilbao, Mensagero.

- **Ceia, C.** (1990) "Uma abordagem didáctica do caminho casa/escola - um itinerário pedagógico permanente". *Aprender*, 11, pp. 66

- **Chombart De Lauwe, M. J. et al.** (1976) "*Enfant en jeu - les pratiques des enfants durant leur temps libre en fonction des tipes d`environement et des idéologies*". Centre D`Étologie Sociale et de Psichosociologie, ECNRS, Paris.

- **Chombart de Lauwe, M. J.** (1976) "L`Interaction de l`enfant et de l`environement : objet de recherche social". *Bulletin de Psychologie*, Vol. XXIX, nº 325, 18, pp. 954 a 968.

- **Chombart de Lauwe, M. J.** (1991) "Vers un nouveau statut social: des différantes conceptions de l`enfant au cours de l`histoire à la convention internationale des droits de l`enfant". In: *Autrement (Série Mutations)*, nº 123, Septembre.

- **Coleman, J. e Husén, T.** (1985) "*Tornar-se adulto numa sociedade em mutação*". Biblioteca das Ciências do Homem, Edições Afrontamento.

- **Constantino, J.** (1994) "A criança e o jogo : papel dos municípios". In: *Horizonte*, Vol. XI, nº 63, Set./Out. p. 115-118.

- **Corbin, C. & Lindsey, R.** (1984) "*Physical fitness forever. the ultimate fitness book*". Human Kinetics Publisher, Inc. Champaingn, Illinois.

- **Corbin, C. e Pangrazi, R.** (1996) "How much physical activity is enough?". *JOPERD*, 67(4), p. 33-37.

- **Cordeiro, G.** (1995) "*Um bairro no coração da cidade – um estudo antropológico sobre a construção social de um bairro típico de lisboa*". Dissertação de Doutoramento em Antropologia Social. Instituto Superior de Ciências do Trabalho e da Empresa. Não publicado. Universidade de Lisboa.

- **Costa, J. e Melo A.** (1987) "*Dicionário de língua portuguesa*". Porto Editora.

- **Costa, R.** (1993) "O estilo de vida dos alunos de 11º ano e as suas motivações para a prática das actividades físicas na escola secundária da baixa da banheira". *Boletim SPEF*, nº 7/8, p. 119 a 132.

- **Costa, D.** (1997) "A influência da actividade física nos níveis da saúde, condição física e hábitos de saúde". In: *Horizonte*, vol. XIII, nº 77, Dossier.

- **Craig, G.** (1988) "*Desarrollo psicológico*". Prentice Hall. México.

- **Cratty, B.** (1986) "*Perceptual and motor development in infants and children*". 3ª Ed., Prentice-Hall. Englewood Clifs, N.J.

- **Cruz, L.** (1997) "Desenvolvimento dos meios urbanos". In: *Actas do Seminário "Educação e Meios Urbanos: Problemas e Caminhos de Desenvolvimento"*. Edição do Conselho Nacional de Educação.

- **Cunha, L.** (1993) "Espaço e desporto – a relação do conceito de espaço com o desporto, analisada por várias perspectivas que contribuem para a sua definição". In : *Revista Ludens*, vol 13, nº 3/4. p. 52 – 65.

- **Cunha, L.** (1997) "*O espaço, o desporto e o desenvolvimento*", Ciências do Desporto, UTL-FMH.

- **Cunha, A.** (1999) "Que actividade física no início do novo século". In : *Educação Física*, vol. III, nº4, p. 27-32.

- **Curado, Neto e Van der Kooij** (1997) "Comportamento lúdico da criança portadora de trissomia 21". In: Neto (eds.) "*Jogo e desenvolvimento da criança*". Edições FMH, p. 83-98.

D

- **Davis, E. e Fine-Davis, M.** (1981) "Predictors of satisfaction with housing and neighbourhood". *Social Indicators Research*, p. 477-494.

- **DeKnop, P.; Engstrom, L. Skirstad, B. & Weiss, M.** (1996) "*Worlwide trends in child and yount sport*". Champaign III, Human Kinetics.

- **Delgado, C.** (1998) "*História de la infância*". Editorial Ariel S.A., Barcelona.

- **Del Río, P. y Alvarez, A.** (1985) "La influência del entorno en la educación: la aportación de los modelos ecológicos". *Infância y Aprendizage*, nº 29, p.3-32.

- **Del Río, P. y Alvarez, A.** (1994) "Ulises vuelve a casa: retornando al espacio del problema en el estudio del desarrollo". *Infância y Aprendizage*, nº 66, p.21-45.

- **D`Epinay, C.** (1983) "La vie quotidienne. Essay de construction d`un concept sociologique et anthropologique". In : *Cahiers Internationaux de Sociologie*, Vol. LXXIV, p. 13-38.

- **DeMause, L.** (1991) "*História de la infância*". Alianza Editorial. Madrid.

- **Denner, A.** (1979) "L`enfant à la découverte de la maison". *L`architecture D`aujourd`hui: L`enfant et son Espace*. 204, Set., 82 – 84.

- **Derruet-Besson, M.** (1984) "L`école et son espace". *Essai Critique de Bibliographie Internationale* (1972 – 1982), INRP, 2º Vol., Paris.

- **D`Hainaut, L.** (1990) "*Conceitos e métodos da estatística*". Fundação Caloute Gulbenkian.

- **Dias, R.** (1998) "Caminhada inteligente". *Jornal "Independente"*. 17 de Abril, p. 29.

- **Dishman, R. e Steinhard, M.** (1988) "Rehability and concurrent validity for a seven day re-call of physical activity in college students". *Medicine and Science in Sports and Exercice*, 20, p. 14-25.

- **Dishman, R.; Salllis, J.; Orenstein O.** (1985) "The determinants of physical activity and exercice". *Public Healt Reports*, 100, p. 158-171.

- **Doganis, G. & Theodorakis, Y.** (1995) "The influence of attitude on exercise participation". In: Biddle (eds.) "*European Perspectives on Exercise and Sport*". Champaign: Human Kinetics, p. 26-49.

- **Dores, P.** (1994) "A mudança e as mudanças: discussão de algumas leituras da pós-modernidade". *Sociologia–Problemas e Práticas*. Nº 16, p. 173-183.

- **Drucker, P.** (1969) "*The age of discontinuity*". Heinemann. Londres.

- **Duarte, A.** (1991) " A prática desportiva como ocupação dos tempos livres: um passatempo ou uma necessidade". In: *Actas das Jornadas científicas "Desporto. Saúde. Bem Estar"*. FCDEF. Universidade do Porto.

- **Duarte, A.** (1999) "A motivação para a prática de actividade física no idoso". In Actas do Seminário "*A qualidade de vida no idoso : o papel da actividade física*". Mota e Carvalho (Eds.) Gabinete de Desporto de Recreação e Tempos Livres do FCDEF- Universidade do Porto.

- **Duarte, J.** (2000) "Actividade física regular. Uma arma terapêutica com efeitos secundários". In : *Livro de Resumos do 8º Congresso de Educação Física dos Países de Língua Portuguesa*, p. 11 -12. FMH. Lisboa. Portugal.

- **Dumazedier, J.** (1972) "*Vers une civilization du loisir*". Editions du Seuil, Paris.

- **Dumazedier, J.** (1988) "*Revolution culturelle du temps livre, 1968-1988*". Editions du Seuil, Paris.

- **Durnin, J. (1988)** "Assessment of physical activity during leisure and work". In Bouchard et al. (Eds.), "Exercice, fitness and healt: "*A Consensus of Current Knowledge*". Human Kinetics Books, Champaign, Ilinois, p. 63-70.

E

- **Eaton, W e Enns, L.** (1986) "Sex differences in human motor activity level". *Psychology Bulletin*, 100, p.19-28.

- **Edwards, S.** (S.D.) "*O Livro do monitor de frequência cardíaca*". Manual do Usuário. Polar Electro Oy. Finlandia.

- **Espinosa, M. y Ochaíta E.** (1997) "El desarrollo del conocimiento espacial en un entorno urbano desconocido: un estudio microgenético". *Infância e Aprendizage*, nº79, p. 5 – 20.

F

- **Fagot, B.** (1974) "Sex Differences in toddler`s behaviour and parental reaction". *Developmental Psychology*, vol. 10, p. 554-558.

- **Fein, G.** (1975) "A transformational analysis of pretending". *Developmental Psychology*, vol 11, p. 291-296.

- **Feio, N.** (1985) "Habitação e desenvolvimento humano – esboço de um quadro de investigação pluridisciplinar sobre o espaço social". *Ludens*, vol. 9, nº3, p. 5-14.

- **Fernandes, A.** (1992) "*Desenvolvimento e performance motora - a influência de factores socioculturais, medidas antropométricas e sexo no desenvolvimento motor*". Monografia de Mestrado, Não Publicado, F.M.H. - U.T.L.

- **Fernandes, A.** (1994) "Dinâmicas familiares no mundo actual". In : *Análise Social*, Vol. XXIX (129), p.1149 – 1191.

- **Fernández e Solà** (1998) "Patrones de actividades físicas en niños e adolescentes". In *Educación Física y Deportes*, nº 54, p.22 a 29.

- **Ferreira, J.** (1993) "A educação física da criança na transição do século das luzes para o liberalismo: o contributo do brasileiro melo franco". In Bento, J. e Marques, A. (1993) "*A ciência do desporto, a cultura do homem*" . FCDEF-Universidade do Porto.

- **Ferreira de Almeida, J.; Pais, J.M.; Torres, A.; Machado, F.; Ferreira, P. e Antunes, J.** (1991) "*Jovens de hoje e de aqui*". Cadernos de Estudos Locais. Edição da Câmara Municipal de Loures.

- **Flandrin, J.** (1979) "*Origenes de la família moderna*". Crítica. Barcelona.

- **Fleming, M.** (1993) "*Adolescência e autonomia – o desenvolvimento psicológico e a relação com os pais*". Edições Afrontamento. Biblioteca das Ciências do Homem. Porto.

- **Fonseca, A.; Gandá, F.; Garrine, A.; Zubaida, A.; Alexandre, S.; Silva, J. e Achá, H.** (1998) "Estudo inicial sobre os motivos para a prática desportiva em moçambique". In : *Actas do VI Congreso de Educación Física e Ciências do Deporte dos Países de Língua Portuguesa*. INEF de Galicia – Coruña. Espanha.

- **Franklin, B.** (1995) "*The handbook of children's rights. Comparative policy and practice*". London. Routledge.

- **Freid, M. y Gleicher, P.** (1961) "Some sources of resedential satisfaction in urban slum". *Journal of American Institute of Planners*, 27, p. 305-315.

- **Frost, S.** (1966) "*Historical and philosophical fondations of wester education*". Charles E. Merril Company. Ohio, Columbus.

- **Frost, Y. ; Klein, B.** (1979) "*Children`s play and playgrouds*". Allyn and Bacon. Massachussetts.

G

- **Garcia Ferrando, M. e Sanchez-Bañuelos, R.** (1998) "*Livro blanco i+d en el deporte*". Ministério de Educación e Cultura. Espanha.

- **Garcia Ferrando, M., Barata, N. e Otero, F.** (1998) "*Sociologia del deporte*". Ciencias Sociales. Alianza Editorial.

- **Garmendia,, M.** (1994) " Estilos de vida y consumo de televisión". In : Kaiero (ed.) "*Valores y estilos de vida en nuestras sociedades en transformación*". Bilbao. Universidad de Deusto.

- **Gaya, A. e Torres, L.** (1998) "A influência do nível sócio-económico e do género sexual no perfil dos hábitos de vida de crianças de 7 a 11 anos praticantes de actividades desportivas extra classe". In : *Actas do V Congresso de Educação Física e Ciências do Desporto dos Países de Língua Portuguesa.* p. 381-395. FCDEF – Universidade do Porto e FCEFD - Universidade Pedagógica de Maputo.

Ghiglione, R. e Matalon, B. (1993) "*O inquérito – Teoria e prática*". 2ª Edição. Celta Editora.

- **Gibson, J.** (1979) "*The ecological aproach to visual perception*". Houghton Mifflin Company. Boston.

- **Giddens, A.** (1987) "*La constitution de la société*". Presses Universitaires de France. Paris.

- **Giddens, A.** (1994) "*Modernidade e identidade pessoal*". Celta Editora. Oeiras.

- **Giddens, A.** (1995) "*Sociologia*". Alianza Editorial. Madrid.

- **Gilbey, H. e Gilbey, M.** (1995) "The physical activity of singapore primary school children as estimated by heart rate monitoring". *Ped. Exercice Science*, 7, p. 26-35

- **Gilliam, T.; Freedson, P.; Greenen, D. & Shahraray, B.** (1981) "Physical activity patterns determined by heart rate monitoring in 6-7 yers old children". In: *Medicine and Science in Sport and Exercice*, 13, p. 65-67.

- **Glenmark, B.; Healberg, G. & Jansson, E.** (1994) "Prediction of physical activity level in adulthood by physical characteristics, physical performance and physical activity in adolescence: na 11 yers follow-up study". *European Journal of Applied Physiology*, 69, p. 530-538.

- **Góis, M. & Carreiro da Costa, F.** (2000) "Estilo de vida dos jovens madeirenses. Atitudes face à escola e à educação física". *Livro de Resumos do 8º Congresso de Educação Física e Ciências do Desporto dos Países de Língua Portuguesa*, p. 268. FMH. Lisboa. Portugal.

- **Gomes, P.** (1991) "Da educação e do desporto no 1º ciclo do ensino básico". In: *Actas do II congresso de Educação Física dos Países de Língua Portuguesa FCDEF. Universidade do Porto.*

- **Gomes, P.** (1997) "O juízo dos pais acerca da actividade física dos filhos". *Horizonte*, Vol XIII, nº 74, p. 19-22.

- **Gomes, A.** (2000) "Relação entre coordenação motora e aptidão física em crianças do 1º ciclo de ensino". In : *Livro de Resumos do 8º Congresso de Educação Física dos Países de Língua Portuguesa*, p. 158. FMH. Lisboa. Portugal.

- **Gomes, P.; Queirós P. & Santana, P.** (1995) "Jogos do recreio escolar: estereótipos femininos e masculinos". *Horizonte*, Vol. 11, nº 95, p. 179-182.

- **Gottlieb N. e Chen** (1985) "Sociocultural correlates of childhood sporting activities: theyr implications for heart healt". *Sociology Scienc. of Medicine*, 21, p. 533-539.

- **Green, J.; D`oliveira, M.** (1991) "*Testes estatísticos em psicologia*". Imprensa Universitária. Editorial Estampa.

- **Guedes, G.** (1965) "*Jogos tradicionais portugueses - o seu interesse pedagógico em educação física*". Instituto Nacional de Edução Física.

- **Guedes, G.** (1991) "*As crianças e os jogos tradicionais*". Revista Horizonte, vol. VII, nº 43, p. 9-14.

- **Guedes, G.** (1997) "O Jogo, o brinquedo e o desenvolvimento da criança". *Actas do IV Encontro de Cultura Tradicional da Beira.* Viseu: Edições Avis.

- **Guedes, G.** (2001) "*Aprendizagem motora: problemas e contextos*". Lisboa: Edições F.M.H., p. 223-264.

- **Guerra, I.** (1993) "Modos de vida, novos percursos e novos conceitos". *Sociologia – Problemas e Práticas.* Nº 13, p. 59-74.

H

- **Hall, E.** (1971) "*La dimention cachée*". Les Editions du Seuil. Paris.

- **Harro, M e Riddoch, C.** (2000) "Physical activity". In: Armstrong, N. e Mechelen, W. (Eds.). "*Pediatric exercice science and medicine*". Oxford University Press, p. 77-84

- **Hartup, W.** (1970) "Peer relations". In: Mussen (Ed.). *Carmichael`s Manual of Child Psychology*. New York Wiley.

- **Hauser, P.** (1978) "*Estudo global das zonas urbanas*". Manual de Pesquisa Social nas Zonas Urbanas. Biblioteca Pioneira de Ciências Sociais. Rio de Janeiro.

- **Hendrick, J.** (1990) "*Education infantil - dimension física, afectiva y social*". Ediciones CEAC, S.A.

- **Herkowistz, J.** (1980) "Social psicological correlats to motor development". In C. Corbin (Ed.). *A Textbook of Development*. (2nd. ed.). Dubuque (Iowa): Wm C. Brown Company Publishers.

- **Hill, M. e Hill, A.** (2002) "*Investigação por questionário*". Edições Sílabo, 2ª edição.

- **Hill, J. & Holmbeck, G.** (1986) "Attachment and autonomy during adolescence". *Annals of Child Development*, Vol. 3, p. 145-189.

- **Hillman, M. e Adams, J.** (1992) "Children`s freedom and safety". *Children`s Environments*, vol. 9, nº 2, p. 11-22.

- **Hollopainen, S.** (1985) "The development of motor ability in children aged 7-9 and its connections with individual and school environmental factors". *Reports of Physical Culture and Healt*, nº 53, p. 77-95.

- **Horta, L. e Barata, T.** (1995) "Actividade física e prevenção das doenças cardiovasculares". In : *Ludens*, vol. 15, nº 3, Jul-Set., p. 24-28.

- **Horton, P.; Hunt, C.** (1980) "*Sociologia*". São Paulo : Editora Mc Graw-Hill.

- **Howell, M.; Bursick, J.; Sharkey, R. & Mclure, J. (1978)** "An evaluation of elementary student`s voluntary physical activity during recess". *Research Quarterly*, 49, p. 460-474.

- **Howell, M.; Sallis, J.; Kolody, B; McKenzie, T.** (1999) "Children`s physical activity choices: a developmental analysis of gender, intensity levels, and time". *Pediatric Exercice Science*, nº11, p. 158-168.

- **Hurlock,** (1982) " *Desarrollo del nino*" McGraw-Hill. México.

I

- **Isnard, H.** (1982) "*O espaço geográfico*". Livraria Almedina. Coimbra.

J

- **Janz, K.; Witt, J.; Mahoney, L.** (1995) "The stability of children`s physical activity as mesured by accelerometry and self-report". *Medicine and Science in Sport and Exercice*, 27(9), p. 1326-1332.

- **Javeau, C.** (1980) "Sur le concept de vie quotidienne et la sociologie". *Cahiers Internationaux de Sociologie*, Vol. LXVIII, p. 31-45.

- **Johnson, J.; Christie, J. e Yawkey, T.** (1998) "*Play and early childwood development*". Scott, Foresman and Co. Ellinois, 2ª ed.

- **Johnson, J.** (1987) "Gender differences in play". In Johnson, J.; Christie, J. e Yawkey, T. (s.d) "*Play and early childwood development*". Scott, Foresman and Co. Ellinois.

- **Júnior, A.** (1998) "Envelhecimento populacional, actividade física e promoção da saúde". In : *Actas do V Congresso de Educação Física e Ciências do Desporto dos Países de Língua Portuguesa*, p. 35-45. FCDEF – Universidade do Porto e FCEFD - Universidade Pedagógica de Maputo.

- **Júnior, A.** (1999) "Idosos em movimento – mantendo a autonomia : um projecto para promover a saúde e a qualidade de vida através de actividades físicas". *Actas do Seminário: A Qualidade de Vida no Idoso : o Papel da Actividade física.* FCDEF. Universidade do Porto.

K

- **Kaplan, R.; Sallis, J. & Patterson, T.** (1993) "*Healt and human behavior*". McGraw-Hill.

- **Kelly, L.** (2000) "Patterns of physical activity in 9-10 yers old American children as mesured by heart rate monitoring". *Pediatric Exercice Science*, 12, p. 101-110.

- **Kenion, G.** (1983) " A conceptual model for characterizing physical activity". In: Widemayer, N. (Ed.) "*Physical activity and social sciences*". Woodstock Mouvement.

- **King, A. & Coles, B.** (1992) "*The heath of canada`s youth*". Ministry of Health and Welfare.

- **Klein, M. e Liesenhoff, C.** (1982), "The development of play and motoric behavior of children depending on the existing socio-spatial conditions in their environment". *International Review of Sport Sociology.* Vol. 17, nº1, p. 61-69.

- **Kooij, R. van der** (1986) "Different research approaches to play behavior". In Van der Kooij, R. and Hellendoorn, J. (Eds.) "*Play, play therapy and research*". Lisse: Swets & Zeitlinger.

- **Kooij, R. van der** (1997) "O jogo da criança". In: Neto (eds.) "*Jogo e desenvolvimento da criança*". Edições FMH, p. 32-57.

- **Krebs, R.** (1995) "*Urie Bronfenbrenner e a ecologia do desenvolvimento humano*". Casa Editorial Santa Maria, Brasil.

- **Krebs, R.** (1995) "*Desenvolvimento humano : teorias e estudos*". Casa Editorial. Biblioteca Central. UFSM.

- **Krebs, R.; Brandão, M.** (1995) "A educação física à luz do paradigma ecológico". In : Krebs, R. (1995) "*Desenvolvimento humano : teorias e estudos*". Casa Editorial. Biblioteca Central. UFSM.

- **Krebs, R.; Copetti, F.; Corseuil, H.** (1995) "Principais contribuições da filosofia e biologia do século xvii ao século xviii". In : Krebs, R. (1995) "*Desenvolvimento Humano : Teorias e Estudos*". Casa Editorial. Biblioteca Central. UFSM.

- **Krebs, R.; Vieira, L.; Vieira, J. e Beltrame, T.** (1996) "*Desenvolvimento humano : uma área emergente da ciência do movimento humano*". Santa Cruz do Sul. Biblioteca Central. UFSM.

- **Krebs, R.** (1998) "Desenvolvimento infantil: uma breve apresentação de algumas teorias emergentes". In: Krebs, R.; Copetti, F.; Beltrame, T. (1998) "*Discutindo o desenvolvimento infantil*". Sociedade Internacional para os Estudos da Criança. Casa Editorial Santa Maria, Brasil.

- **Krebs, R.; Copetti, F.; Beltrame, T.** (1998) "*Discutindo o desenvolvimento infantil*". Sociedade Internacional para os Estudos da Criança. Casa Ed. Santa Maria, Brasil.

- **Krebs, R.** (2001) "Teoria dos sistemas ecológicos propostos por bronfenbrenner como um paradigma para a educação física". In: - Guedes (Ed.) "*Aprendizagem motora: problemas e contextos*". Lisboa: Edições F.M.H., p. 179-193.

- **Kuh, D. & Cooper, C.** (1992) " Physical activity at 36 years: patterns and childhood predictors in a longitudinal study". *Journal of Epidemiology and Community Health*, 46, p. 114-119.

- **Kuhn, R. e Weceslau, L.** (1998) "Análise do mundo de vida da criança de rua". In : *Actas do VI Congreso de Educación Física e Ciências do Deporte dos Países de Língua Portuguesa*. INEF de Galicia – Coruña. Espanha.

- **Kumar, K.** (1997) "*Da sociedade industrial à pós moderna – novas teorias sobre o mundo contemporâneo*". Zahar Editor. Rio de Janeiro

L

- **Lange, A.** (1978) "*Habitual physical activity and health*". Regional Publications. European Séries, nº 6.

- **Laporte, R.; Montoye, H.; Caspersen, C.** (1985) "Assessment of physical activity in epidemiologic research: problems and prospects". *Public Health Reports*, 100(2), p. 131-146.

- **Lash, S. e Urry, J.** (1994) "*Economies of signs and space*". London. Sage Publications

- **Lefebvre, H.** (1981) "*La production de l'espace*". Editions Anthropos. Paris

- **Lévy-Leboyer, C.** (1980) "*Psychologie et environnement*". Paris: PUF.

- **Lévy-Leboyer, C.** (1987) "La psychologie de l'environment en France". *Psychologie Française*, 32, p. 1 a 2.

- **Lima, P.** (1991) "A criança, o exercício e a saúde". In : Actas das Jornadas Científicas "*Desporto, Saúde e Bem Estar*". FCDEF. Universidade do Porto.

- **Lopes, V.** (1992) "*Desenvolvimento motor - indicadores bioculturais e somáticos do rendimento motor em crianças de 5/6 anos*". Monografia de Mestrado, Não Publicado, F.M.H. - U.T.L.

- **Luís, M.** (2000) "*Actividade física e morfologia – estudo do crescimento de crianças entre os 10 e os 15 anos nascidas no seio de famílias numerosas*". Dissertação de Mestrado, Não Publicado, U.T.L. - F.M.H.

- **Lurçat, L.** (1976) "*L`enfant et l`espace : rôle du corps*". Paris: PUF.

- **Lurçat, L.** (1982) "*Espace vécu et espace connu à l`école maternelle*". Les Editions ESF, Paris.

M

- **Maffesoli, M.** (1985) "*La connaissance ordinaire*". Précis de Sociologie Comprehensive, Librairie des Meridiens, Paris.

- **Magalhães, M.** (2001) "*Padrão de actividade física – estudo em crianças de ambos os sexos do 4º ano de escolaridade*". Dissertação de Mestrado. FCDEF. Universidade do Porto.

- **Magill, R.** (1984) "*Aprendizagem motora : conceitos e aplicações*". Editora Edgard Bluscher LTDA. Brasil.

- **Malina, R.** (1988) "Racial/Ethnic variation in the motor development and performance of american children". *In: Journal Canadien des Ciences du Sport*, 13, 2, pp. 136-143.

- **Malina, R.** (1980a) "Factors influenting motor development: introductory comments". In C. Corbin (Ed.). *A Textbook of Development*. (2nd. ed.). Dubuque (Iowa): Wm C. Brown Company Publishers, 189-199.

- **Malina, R.** (1980b) "Biologically related correlats to motor development and performance during infancy and childhood". In Corbin (Ed.). *A Textbook of Development* (2ªed). Dubuque (Iowa): WC. Brown Company Publis., p. 200-211.

- **Malina, R.; Bouchard, C.** (1991) "*Growth, maturation, and physical activity*". Human Kinetics, Champaign, Ilinois.

- **Malpique, M.** (1995) "*Pequenas histórias : a geografia das crianças – práticas e representações de lugares do dia a dia de crianças portuguesas em idade escolar*". Dissertação de Doutoramento. Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação. Não publicado. Universidade do Porto.

- **Martin, C.** (1989) "Children`s use of gender-related information in making social judgment". *Developmental Psychology*, 25(1), p. 80-88.

- **Marx, K.** (1967) "*Formaciones económicas precapitalistas*". Ed. Ciência Nueva. Madrid.

- **Matos, M.** (1993) "*Corpo, movimento e socialização*". Editora Sprint LTDA. Rio de Janeiro. Brasil.

- **Matos, M.; Simões, C.; Carvalhosa, S.; Reis, C.; e Canha, L.** (1999) "*Aventura social e saúde - saúde e estilos de vida nos jovens portugueses*". Estudo Nacional da Rede Europeia HBSC/OMS. UTL-FMH.

- **Matos, M.; Simões, C.; Canha, L. e Fonseca, S.** (2000) "*Aventura social e saúde - a saúde dos adolescentes portugueses*". Estudo Nacional da Rede Europeia HBSC/OMS. UTL-FMH.

- **Mendes, V. e Vasconcelos, O.** (1998) "Aptidão física e actividade física habitual". In: *Actas do VI Congreso de Educación Física e Ciências do Deporte dos Países de Língua Portuguesa*. INEF de Galicia – Coruña. Espanha.

- **Mendes, V. e Vasconcelos, O.** (2000) "Espaços e materiais na actividade física espontânea e na actividade desportiva de crianças e jovens cabo-verdianos". *Livro de Resumos do 8º Congresso de Educação Física e Ciências do Desporto dos Países de Língua Portuguesa*, p. 61. FMH. Lisboa. Portugal.

- **Mendoza, R., Sagrera, M. e Batista, J.** (1994) "*Conductas de los escolares españoles relacionadas com la salud*". Cons. Sup. de Investigaciones Científicas. Madrid.

- **Monteiro, H.; Cambraia, A.; Milanezi, J. e Padovani, C.** (2000) "Estudo sobre a actividade física habitual e condição nutricional de adolescentes de escola pública da cidade de bauru". *In Livro de Resumos do 8º Congresso de Educação Física e Ciências do Desporto dos Países de Língua Portuguesa*, p. 321. FMH.

- **Montoye, H. e Taylor, H.** (1984) "Measurement of physical activity in population studies: a review". *Human Biology*, 56(2), p. 195-216.

- **Montoye, H.; Kemper, H.; Saris, W. & Washburn, R.** (1996) "*Measuring physical activity and energy expenditure*". Human Kinetics Publishers, Inc. Champaign. Illinois.

- **Montoye, H.** (2000) "Introduction: evaluation of some measurements of physical activity and energy expediture". *Medicine and Science in Sports and Exercice*, 32, Sup. p. 439-441.

- **Moore, R.** (1986) "*Childhood`s domain : play and place in child development*". Croom Helm, London.

- **Morais, A.** (1966) "*Dicionário de Português/Inglês*". Porto Editora.

- **Morel, M.** (s.d) "*A travers l`histoire*". FORUM, Conseil de L`Europe

- **Moscovici, S.** (1976) " *La psychoanalise - son image et son public*". Paris. P.U.F.

- **Mota, J.** (1992) "*Contributo para o desenvolvimento de aulas suplementares de educação fisica. Estudo experimental em crianças com insuficiências de rendimento motor*". Dissertação de Doutoramento. FCDEF-UP.

- **Mota, J.** (1992b) "Avaliação postural". In: FACDEX – *Desenvolvimento somato-motor e factores de excelência desportiva na população escolar Portuguesa*. Vol, 2 p.59-64.

- **Mota, J.** (1993) "A educação da saúde: as crianças do século XX, os idosos do século XXI". In: *Horizonte*, Vol. X, nº 58, p. 143 a 156.

- **Mota, J.** (1994) "Children`s physical education activity, assessed by telemetry". *Journal of Human Movemment Studies*, 27, p. 245-250.

- **Mota, J. & Queirós. P.** (1998) "Children`s behavior. Physical activity regarding parent`s perception vs. children`s activity". *International Revew for Sociology of Sport*, 31, p. 173-181.

- **Mota, J. e Silva, G.** (1998) "Influência do estatuto sócio-económico dos pais, hábitos de actividade física e outros comportamentos relacionados com a saúde na actividade física formal das crianças". In : *Actas do VI Congreso de Educación Física e Ciências do Deporte dos Países de Língua Portuguesa*. INEF de Galicia – Coruña. Espanha.

- **Myers, L.; Strikmiller, P.; Webber, L.; Berenson, G.** (1996) "Phisical and sedentary activity in Scholl children grades 5-8 : the Bogalusa Heart Study". *Medicine and Science in Sport and Exercice*, 28(7), p. 852-859.

N

- **Neto, C.** (1979) "A Criança, o espaço e desenvolvimento motor". *Ludens*, Vol 3, nº 2/3, Janeiro/Junho, pp. 35 a 44.

- **Neto, C.** (1984) "Motricidade infantil e contexto social. Suas implicações na organização do ensino". *Horizonte*, Vol. I, nº 1, Maio/Junho, pp. 8 a 16.

- **Neto, C.** (1987) "*Motricidade e desenvolvimento. Estudo do comportamento de crianças de 5-6 anos relativo à influência de diferentes estímulos pedagógicos na aquisição de habilidades fundamentais de manipulação*". Dissertação de Doutoramento em Motricidade Humana na Especialidade de Ciências do Comportamento Motor, Não Publicado. I.S.E.F - U.T.L.

- **Neto , C.** (1992) "*Tempo e espaço para brincar. O dilema das crianças dos nossos dias*". Actas do V Encontro Nacional de Ludotecas, Associação de Ludotecas do Porto, pp. 149-150

- **Neto, C.** (1994) "A família e a institucionalização dos tempos livres". *Ludens*, Vol. 14, nº1, Janeiro/Março, pp. 5 a 10.

- **Neto, C.** (1997) "Tempo & espaço de jogo para a criança: rotinas e mudanças sociais" In: Neto (eds.) "*Jogo e desenvolvimento da criança*". Edições FMH, p. 10-22.

- **Neto, C.** (1998) " O desenvolvimento da criança e a perspectiva ecológica do jogo". In: Krebs; Copetti; Beltrame (Eds.) "*Discutindo o desenvolvimento infantil*". Sociedade Internacional para os Estudos da Criança. Casa Editorial Santa Maria, Brasil.

- **Neto, C.** (2001) " Aprendizagem, desenvolvimento e jogo de actividade física". In: - Guedes (Ed.) "*Aprendizagem motora: problemas e contextos*". Lisboa: Edições F.M.H., p. 193-221.

- **Neves, M.** (1999) "*A Prática de actividades físicas/desportivas extra-escolares dos alunos do ensino secundário do concelho de matosinhos – influência social e motivação para a prática*". Dissertação de Mestrado. FCDEF. Universidade do Porto.

- **Newman, B. y Newman, P.** (1978) "*Infancy and childhood*" . J. Wiley. New York.

O

- **Ochaíta, E, y Espinosa, M.** (1997) "El conocimiento espacial y la estructura del espacio: un estudio realizado en dos barrios de madrid. *Revista de Psicologia Social*, (12), 1, p. 3 – 16.

- **Odriazola, J.** (1986) "Es sano hacer deporte?", In: *Revista de Occidente (ISOC)*, nº 62/63, p. 59 a 69.

- **Oliveira, R.** (1985) "novos aparelhos para parques infantís". *Revista Ludens*, vol. 9, nº2, p. 32.

P

- **Pais, J. M.** (1986) "Paradigmas sociológicos na análise da vida quotidiana". *Análise Social*, Vol. XXII, (90), p. 5-57.

- **Pais, J. M.** (1993) "Nas rotas do quotidiano". *Revista Crítica de Ciências Sociais*, nº 37, pp. 105 a 115.

- **Pais, J. M.** (1996) "*Culturas juvenis*". Colecção Análise Social. Imprensa Nacional Casa da Moeda.

- **Parten, M.** (1933) "Social play among preschool children". *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 28, p. 136-147.

- **Patton, M.** (1987) "*How to use qualitative methods evaluation*". Sage Publications. California.EUA.

- **Pellegrini, A. & Smith, P.** (1998) "Physical activity play: the nature and function of a neglected aspect of play". *Child Development*, 69, p. 577-598.

- **Pereira, O. e Jesuino, J.** (1985) "*Psicologia social do desenvolvimento*". Horizonte de Psicologia, Livros Horizonte.

- **Pereira, B.** (1993) "*A infância e o lazer - estudo da ocupação dos tempos livres da criança dos 3 aos 10 anos em diferentes contextos sociais*". Dissertação de Mestrado, Não Publicado, F.M.H. - U.T.L.

- **Pereira, B. & Neto, C.** (1994) "O tempo livre na infância e as práticas lúdicas realizadas e preferidas". *Ludens*, Vol 14, nº1, pp. 35 a 41.

- **Pereira, B. & Neto, C.** (1997) "A infância e as práticas lúdicas". In: Sarmento, M. e Pinto, M. (Org.) "*As crianças : contextos e identidades*". Colecção Infans, Centro de Estudos da Criança. Universidade do Minho. Braga.

- **Pereira, B. & Neto, C.** (1999) "As crianças, o lazer e os tempos livres". In: Sarmento, M. e Pinto, M. (Org.) "*Para uma bibliografia sobre a infância e as crianças em Portugal*". Colecção Infans, Centro de Estudos da Criança. Universidade do Minho. Braga.

- **Pereira, J. e Raposo, J.** (1998) " As motivações e a prática desportiva". In : *Actas do VI Congreso de Educación Física e Ciências do Deporte dos Países de Língua Portuguesa*. INEF de Galicia – Coruña. Espanha.

- **Pereira, M.; Fitzgerald, S.; Gregg, E. Joswiak, M; Ryan, W.; Suminski, R.; Utter, A. & Zmuda, J.** (1998) "A collection of physical activity questionnaires for healt-related research". *Medicine and Science in Sports and Exercice*, Vol. 29, Nº 6, p. 117-145.

- **Perinat, A.** (1998) "*Psicologia del desarrollo – un enfoque sistémico*". Ediciones de la Universitat Oberta de Catalunya. Barcelona.

- **Pessanha, A.** (1995) "*Comportamento lúdico de dois grupos de crianças de meios socioculturais diferentes*". Dissertação de Doutoramento em Motricidade Humana na Especialidade de Ciências do Comportamento Motor. FMH - U.T.L. Não Publicado.

- **Pessanha, A.** (1997) "Actividade lúdica associada à literacia". In: Neto (eds.) "*Jogo e desenvolvimento da criança*". Edições FMH, p. 151-159.

- **Pestana, M. e Gageiro, J.** (2000) "*Análise de dados para ciências sociais – a complementaridade do SPSS*". 2ª Edição. Edições Sílabo.

- **Piaton, J.** (1977) "*A educação e socialização - elementos de psicossociologia da educação*". Colecção Psicologia e Pedagogia. Moraes Editores.

- **Piéron, M.** (1998) "Actividade física e saúde um desafio para os profissionais de educação física". In: "*A educação para a saúde, o papel da educação física na promoção de estilos de vida saudável*". Editado por SPEF e Omniserviços.

- **Pinheiro, C. e Ferreira, C.** (2000) "Estilos de vida de jovens em idade escolar da cidade de coimbra : tempo dedicado à prática de actividade desportiva" . In: *Livro de Resumos do 8º Congresso de Educação Física dos Países de Língua Portuguesa*, p. 136. FMH. Lisboa. Portugal.

- **Pinto, M.** (1995) "*A televisão no quotidiano das crianças*". Dissertação de Doutoramento em Ciências da Comunicação. Não publicado. Instituto de Ciências Sociais da Universidade do Minho. Braga.

- **Pol i Urrútia, H.** (1981) "*Psicologia del médio ambiente*". Oikos-Tau, S.A. Ediciones. Barcelona.

- **Portugal, G.** (1992) "*Perspectiva ecológica do desenvolvimento humano em Bronfenbrenner*". Centro de Investigação, Difusão e Intervenção Educacional.

- **Portugal, G.** (1995) "*Experienciação da creche – um contributo para uma abordagem ecológica da "adaptação" da criança*". Dissertação de Doutoramento. Não publicado. Universidade de Aveiro.

- **Postman, N.** (1982) "*La desaparición de la niñez*". Círculo de Lectores. Barcelona.

- **Póvoas, A.** (2000) "Estudo diferencial da actividade física de rapazes e raparigas do 7º ao 12º anos de escolaridade". *Livro de Resumos do 8º Congresso de Educação Física e Ciências do Desporto dos Países de Língua Portuguesa*, p. 285. FMH.

- **Powel, K. & Paffenbarguer, R.** (1985) "Workshop in epidemiologic and public health aspects of physical activity and exercice". *A Summary Public Health Reports*, Vol. 100, Nº 2, p. 118-126.

- **Prista, A.; Guedes, G.** (1991) "Introdução ao estudo do jogo em moçambique". In: Bento e Marques (Eds.) *Actas do II Congresso de Educação Física dos Países de Língua Portuguesa*, (2), p. 419-431.

- **Prista, A.** (1994) "*Influência da actividade física e dos factores sócio-económicos sobre as componentes da estrutura do valor físico relacionadas com a saúde. Estudo em crianças e jovens moçambicanos*". Dissertação de Doutoramento. FCDEF - Universidade do Porto.

- **Prista, A.** (1995) "Crescimento, actividade física e aptidão física em países não industrializados: abordagem biocultural em crianças e jovens de moçambique". In: *Revista Agon*, nº2.

- **Prista, A.** (2000) "Actividade física: conceitos e métodos de avaliação". In: "*Dez Anos de Actividade Científica*". Faculdade de Ciências de Educação Física e Desporto da Universidade Pedagógica - Moçambique e FCDEF – Universidade do Porto, p. 138-145.

- **Prista, A.** (2000) "A criança e a actividade física: a experiência em moçambique". In: "*Dez Anos de Actividade Científica*". Faculdade de Ciências de Educação Física e Desporto da Universidade Pedagógica - Moçambique e FCDEF – Universidade do Porto, p. 84-92.

- **Prost, A.** (1991) "Fronteiras e espaços do privado". In. *História da Vida Privada*, Vol. 5, p.13-61.

Q

- **Quinney, A. Gauvin, L. e Wall, A.** (1994) "*Toward active living*". Champaign. Human Kinetics.

R

- **Raitakari, O.; Porkka, K.; Taimelo, S.; Telama, R.; Rasenen, L. & Viikari, J.** (1994) "Effects of persistent physical activity and inactivity on coronary risk factors in children and young adults". *American Journal of Epidemiology*, 140, p. 195-205.

- **Rakoff, V.** (1978) "The illusion of detachment". *Adolescent Psychology*, Vol. VI, p. 119-129.

- **Ramalho, M.** (1995) "O comportamento motor de crianças pré-escolares". In : Krebs, R. (1995) "*Desenvolvimento Humano : Teorias e Estudos*". Casa Editorial. Biblioteca Central. UFSM.

- **Rapoport, A.** (1978) "*Aspectos humanos de la forma urbana*". Editorial Gustavo Gili, S.A., Barcelona.

- **Rasoilo, J.** (1998) "Utilização de monitores de frequência cardíaca no controlo do treino". In: *Treino Desportivo*, 3ª Série, nº 5.

- **Richards, M.** (1983) "*A integração da criança no mundo social*". Biblioteca do Educador Profissional. Livros Horizonte.

- **Richards, J.** (1986) "Traitement de l`enoncé et resolution des problemes". In: *Bulletin de Psychologie*, vol 39, nº 375, p. 341-344.

- **Riddoch, C.; Boreham, C.** (1995) " Physical activity, physical fitness and childre`s health: current concepts". In: Armstrong, N. e Mechelen, W. (Eds.). *Pediatric Exercice Science and Medicine*. Champaign: Human Kinetics, p. 243-252.

- **Riddoch, C.** (1998) "Relationsships between physical activity and health in young people". In : Biddle, S.; Sallis, J. & Cavill, N. (Eds.) "*Young and active? Young people and health-enhancing physical activity – evidence and implications*". Health Education Authority, p. 17-48.

- **Rodrigues, W.** (1992) "Urbanidade e novos estilos de vida". In : *Sociologia – Problemas e Práticas*. Nº 12, p. 91-107.

- **Rodrigues, W.** (1999) "Globalização e gentrificação : teoria e empiria". *Sociologia – Problemas e Práticas*. Nº 29, p. 95-105.

- **Rodrigues, A.; Pereira, S.; Santos, A. e Fontes Ribeiro, C.** (2000) "Avaliação da actividade física em crianças e jovens". *Livro de Resumos do 8º Congresso de Educação Física e Ciências do Desporto dos Países de Língua Portuguesa*, p. 376. FMH. Lisboa. Portugal.

- **Rosa, J.** (1992) "*Observação e registo do desenvolvimento da criança*". Departamento da Educação Básica, Ministério da Educação, 1ª Ed.

- **Ross, J. e Pate, R.** (1987) " The nationall children and younth fitness study ii: a sumary of findings". *Journal of Physical Education and Recreation*, p. 51-56.

- **Rowland, T.; Freedson, P.** (1994) "Actividade física, boa manutenção física e saúde infantil: uma perspectiva". *Pediatrics (Ed. Port.)*, 2(4), p. 261-265.

- **Rubin, K., Fein, G. & Vandenberg, B.** (1983) "Play". In : Hetherington, E. (Ed), Mussen, P. "Socialisation, personality and social development". *Handbook of Child Psychology*, Vol. IV, p. 693-774.

S

- **Sallis, J.; Haskell, W.; Wood, P.; Fortmann, S.; Rogers, T.; Blair, S. e Paffenberger, R.** (1985) "Physical activity assessment methodology in the five-city project". *American Journal of Epidemiology*, 121, p. 91-106.

- **Sallis, J. & Faucette, N.** (1992) "Physical activity". In: Wallace, K., Patrick, G. Parcel & Igoe, J. (eds.) "*Principles and practices of student health*". Vol. 1, Foundations Oakland,CA: Third Party Publishing.

- **Sallis, J.; Simons-Morton, B.; Stone, E.; Corbin, C.; Epstein, L.; Faucete, N.; Iannoti, R.; Killen, J.; Kleges, R.; Petray, C.; Rowland, T. & Taylor, W.** (1992) "Determinants of physical activity and interventions in younth". *Medicine and Science in Sport and Exercice*, vol 24, nº 6, p. 248-257. (Supplement).

- **Sallis, J.; Patersson, T.; McKenzie, T. & Nader, P.** (1993) "Family variables and physical activity in preschool children". *Journal of Developmental and Behavioral Pedriatics*, 9, p. 57-61.

- **Sallis, J.** (1993) "Epidemiology of physical activity and fitness in children and adolescents". *Critical Reviews in Food Science and Nutrition*, 33, 403-408.

- **Sallis, J.; Buono, M.; Roby, J.; Micale, F.; Nelson, J.** (1993a) " Seven-day recall and other physical activity self-report in children and adolescents". *Medicine and Science in Sport and Exercice*, vol 25, nº 1, p. 99-108.

- **Sallis, J.** (1994) "Determinants of physical activity behavior in children". In: Pate & Hohn (Eds) "*Health and fitness through physical education*". Human Kinetics, Champaign Ilinois, p. 31-43.

- **Sallis, J. & Patrick, P.** (1994) "Physical activity guidelines for adolescents: consensus statement". *Pediatric Exercice Science*, 6(4), p. 302-314.

- **Sallis, J.** (2000) "Age-related decline in physical activity: a synthesis of human and animal studies". *Medicine and Science in Sport and Exercice*, vol 32, nº 9, p. 1598-1600.

- **Sallo, M. e Silla, R.** (1997) "Physical activity with moderate to vigorous intensity in preschool and first-grade schoolchildren". *Pediatric Exerc. Science*, 9, p. 44-54.

- **Santos, A.** (1993) "Tempo livre, tempo de brincar, tempo de crescer". *Cadernos de Educação de Infância*, nº 25, p. 6-9.

- **Saris, W.** (1985) "The assessment and evaluation on dayly physical activity in children". *Acta Paediatrica Scandinava*, S318, p. 37-48.

- **Saris, W.** (1986) "Habitual physical activity in children: methodology and findings in health and disease". *Medicine and Science in Sport and Exerc.*, 18 (3), p. 253-263.

- **Sarmento, M. e Pinto, M.** (1997) "As crianças e a infância: definindo conceitos, delimitando o campo". In: Sarmento, M. e Pinto, M. (Org.) "*As crianças : contextos e identidades*". Colecção Infans, Centro de Estudos da Criança. Universidade do Minho. Braga.

- **Sarmento, M.** (1999) "Saberes sobre as crianças". In Sarmento, M. e Pinto, M. (Org.) "*Para uma bibliografia sobre a infância e as crianças em portugal*". Colecção Infans, Centro de Estudos da Criança. Universidade do Minho. Braga.

- **Sassen, S.** (1991) "*The global city: New York, London, Tokio*". Princeton University Press.

- **Serpa, S.** (1992) "Motivação para a prática desportiva – validação preliminar do questionário de motivação para as actividades desportivas (QMAD)". In: FACDEX – "Desenvolvimento somato-motor e factores de excelência desportiva na população escolar portuguesa". *Relatório Parcelar da Área do Grande Porto*. Desporto Escolar, DGD, Volume 2, p. 89 a 97.

- **Serra, M.** (1992) "*Desenvolvimento motor, jogo e contexto cultural. Estudo comparativo da actividade lúdica e do comportamento motor de 3 grupos de crianças com 6, 7, 8 e 9 anos pertencentes a meios socioculturais diferenciados*". Dissertação de Mestrado, Não Publicado, U.T.L. - F.M.H.

- **Serra, E. y Viguer, P.** (1998) "*La infância de fim de siglo – madres trabajadoras, clima familiar y autonomia*". Editorial Sintesis, Madrid.

- **Serrano, J.** (1996) "*Envolvimento social e desenvolvimento da criança – estudo das rotinas de vida diária das crianças com idades compreendidas entre os 7 e os 10 anos nos meios rural e urbano*". Dissertação de Mestrado. Não Publicado, F.M.H. – U.T.L.

- **Serrano, J. e Neto, C.** (1997) "As rotinas de vida diária das crianças com idades compreendidas entre os 7 e os 10 anos nos meios rural e urbano". In : Neto (eds.) "*Jogo e desenvolvimento da criança*". Edições FMH, p. 206-225.

- **Serrano, J.; Ferreira,G.; Lourenço, H. e Correia, L.** (1999) "Independência de mobilidade e actividade física no dia a dia da criança" In: *Revista de Educação Física do Depart. de Educação Física e Artística da ESECB*, nº 1, p. 91-102.

- **Serrano, J.; Santos, V. e Lopes, S.** (2000) "O estatuto sócio-económico nas actividades físicas das crianças do meio urbano". In : *Educação Física*, vol. IV, nº2, p. 17-26.

- **Serrano, J.; França, P. e Grosso, F.** (2000) "A influência da variável sexo nas actividades físicas das crianças do meio urbano". In: *Revista de Educação Física do Departamento de Educação Física e Artística da ESECB*, nº 1, p. 59-66

- **Serres, M.** (1961) "*A comunicação*". Rés Editora, Lda. Porto.

- **Shephard, R.; Jequier, J.; Lavaille, H. La Barre, R. e Rajic, M.** (1980) "Habitual physical activity: effect of sex, season and required activity". *Journal of Sports and Medicine*, 20, p. 55-56.

- **Shigunov, V.; Nasário, T.; Bittencourt, D. e Ferreira, R.** (1998) "A escola e a educação física encaminham para uma vida activa?". In : *Actas do VI Congreso de Educación Física e Ciências do Deporte dos Países de Língua Portuguesa.* INEF de Galicia – Coruña. Espanha.

- **Siegel, S.** (1979) "*Estatística não paramétrica para as ciências do comportamento*". Editora McGraw-Hill.

- **Silva, M.** (1992) "*Espaço físico e motricidade infantil – estudo da influência da densidade de espaço no comportamento motor e interactivo em crianças de 7 e 9 anos, em situação de jogo livre*". Dissertação de Mestrado. Não Publicado. F.M.H. – U.T.L.

- **Simões, A., Bohme, M. e Lucato S.** (1998) "A participação dos pais na vida esportiva dos filhos". In : *Actas do VI Congreso de Educación Física e Ciências do Deporte dos Países de Língua Portuguesa.* INEF de Galicia – Coruña. Espanha.

- **Simonet, P.** (1989) "*Apprentissages moteurs – processus et procédés d`aquisition*". Éditions VIGOT. Paris.

- **Simons-Morton, B.; O`Hara, N.; Parcel, G.; Wei-Huang, I.; Baranowski, T. & Wilson, B.** (1990) "children`s frequency of participation in moderate to vigorous physical activities".*Research Quarterly for Exercice and Sport*, 61(4), p. 307-314.

- **Sleap, M. Warburton, P.** (1992) "Physical activity levels of 5-11 yers-old children in england as determinated by continuous observation". *Research Quarterly for Exercice and Sport,* 63, pp. 238-245.

- **Sleap, M. Warburton, P.** (1996) "Physical activity levels of 5-11 yers-old children in england: cumulative evidence from three direct observation studies". *International Journal of Sports Medicine*, Nº 17(4), p. 248-253.

- **Smith, A. & Biddle, S.** (1995) "Psychological factors in the promotion of physical activity". In: *European Perspectives on Exercice and Sport Psychology.* Human Kinetics. Champaign Ilinois, p. 85-108.

- **Sobral, F.** (1992) "O estilo de vida e a actividade física habitual". In: FACDEX – Desenvolvimento somato-motor e factores de excelência desportiva na população escolar portuguesa. *Relatório Parcelar da Área do Grande Porto*. Desporto Escolar, DGD, Volume 2, p. 65 a 76.

- **Soczka, L.** (1980) "A perspectiva ecológica em psicologia". *Psicologia*, Vol. I, nº1, p. 11 a 36.

- **Sprinthall, R. Y Sprinthall, N.** (1973) "*Psicologia de la educación*" . Ediciones Morata. Madrid.

- **Steinberg, L.** (1987) "Recent research on the family at adolescence: the extent and nature of sex differences". *Journal of Youth and Adolescence*, Vol.16, p. 3.
- **Stokols, D.** (1987) "*Scientific and policy challenges of a contextually-oriented psychology*". In : Handbook of Environmental Psychology. Wiley. New York.

- **Sutton-Smith, B.** (1979) " The play of girls". In Knop, C. and Kirkpatrick (Eds) "*Becoming female: perspectives on development*". Plenum, New York.

- **Sutton-Smith, B.** (1981) " *The folk stories of children*". Philadelphia : University of Pennsilvania Press.

- **Sutton-Smith, B.** (1983) " *One hundred yers of change in play research*". TAASP. Newsletter, 9 (2), p. 13-17.

T

- **Tangen, J.** (1982) "An alternative perspective of health and physical activity". *Scandinavian Journal Sport Sciences*. Vol. 4, nº 2, p. 62-70.

- **Tani, G.** (1998) "Liberdade e restrição do movimento no desenvolvimento da criança". In: Krebs; Copetti; Beltrame (Eds.) "*Discutindo o desenvolvimento infantil*". Sociedade Internacional para os Estudos da Criança. Casa Editorial Santa Maria, Brasil.

- **Tavares, J.** (1992) "*Perspectiva ecológica do desenvolvimento humano em bronfenbrenner (prefácio)*". Centro de Investigação, Difusão e Intervenção Educacional.

- **Telama, R.; Kannas, L. & Tynjl, J.** (1995) "Comparative and international studies in physical activity and sports; a scandinavian perspective". In Svoboda & Rychtecky (Eds.) "*Physical activity for life: east and west, south and north*". Faculty of Physical Education and Sport. Prague, p.324-336.

- **Telama, R.** (1998) "A Saúde e o estilo de vida activo dos jovens". In: *A educação para a saúde, o papel da educação física na promoção de estilos de vida saudável*. Editado por SPEF e Omniserviços.

- **Tercedor, P.** (1999) "Práctica de actividades físico-deportivas relacionadas con un la salud en escolares de educación primária". In *Actas del XVII Congreso Nacional de Educación Física*, p. 1118 a 1135. Universidad de Huelva.

- **Tercedor, P.** (1999) "Actividades habituales de los escolares y su relación con un estilo de vida sedentário". In *Actas del XVII Congreso Nacional de Educación Física*, p. 1136 a 1146. Universidad de Huelva.

- **Thomas, J. e Nelson, J.** (1985) "Introduction to research in health, physical education, recreation and dance". *Human Kinetics Publishers*. Champaign, Illinois.

- **Thomas, J. e Thomas, K.** (1988) "Development of gender differences in physical activity". *Quest*, 40, p. 219-229.

- **Thomas, M.** (1992) "*Comparing theories of child development*". Wadworth Publishing Company, 3ª ed. Belmont.

- **Toffler, A.** (1970) "*Future shock*". Nova York: Random House

- **Toffler, A.** (1981) "*The third wave*". Nova York: Bantam Books

- **Torres, L.** (1995) "Estilo de vida e hábitos desportivos em alunos de escolas públicas de porto alegre". In : *Actas do IV Congresso de Educação Física e Ciências do Desporto dos Países de Língua Portuguesa*. Coimbra.

- **Torres, L. e Gaya, A.** (2001) "Estilo de vida em jovens atletas de futsal". *Horizonte*, vol. XVI, Nº 97, p. 33-39.

- **Trenter, P. e Doyle, J.** (1996) " Reclaiming the residential street as play space". *International Play Journal*. Nº 4, p. 81-97.

- **Trevarthen, C.** (1978) "Modes of perceiving and modes of acting" . In: *Modes of Perceiving and Processing information*". Pick e Saltzman (Eds.). New Jersey.

- **Triana, B. y Rodrigo, Mª. J.** (1985) "El concepto de infância en nuestra sociedad : una investigación sobre teorías implicitas de los padres". *Infância y Aprendizaje*, 31/32, p. 157-171.

- **Trost, S.; Pate, R.; Freedson, P.; Sallis, J.; Taylor, W.** (2000b) "Using objective physical activity measures with young: how many days of monitoring are needed?". *Medicine and Science in Sport and Exercice*, 32(2), p. 426-431.

- **Tuchman, B.** (1978) "*Conducting educational research*". Nueva York. Harcourt Brace Jovanovich (2ª Ed.).

- **Tuchman, B.** (1978) "*A distant mirror*". Knopf. Nueva York.

V

- **Vala, J.; França, L. e Barros, F.** (1986) "A identidade e valores da juventude portuguesa - uma abordagem exploratória". *Revista de Desenvolvimento*, Ano II, Número Especial.

- **Vandenplas-Holper** (1983) "*Educação e desenvolvimento social da criança*". Livraria Almedina, Coimbra.

- **Van der Spek, M. e Noyon, R.** (1995) "*Children`s fredom of mouvement in the streets*". Conferência Internacional Building Identities – Gender Perspectives and Urban Space. Amsterdam.

- **Vasconcelos, O.** (1998) "Actividade física habitual. Estudo comparativo de adolescentes com diferentes envolvimentos na prática desportiva". In: *Actas do VI Congreso de Educación Física e Ciências do Deporte dos Países de Língua Portuguesa*. INEF de Galicia – Coruña. Espanha

- **Vayer, P. e Roncin, C.** (1993) "*Psicologia actual e desenvolvimento da criança*". Colecção Epigénese e Desenvolvimento, Instituto Piaget.

- **Vayer, P.** (1993) "*Princípio de autonomia e educação*". Colecção Fundamental da Ciências Humanas. Dinalivro. Lisboa

- **Vedeler, L.** (1986) "Le jeu dans l`éducation des jeunes enfants endicapes". *Perspectives*, 16 (4), p. 532-544.

- **Vieira, E. e Ramos, L.** (1996) "*Manual de gerontologia. Um guia teórico-prático para profissionais, cuidadores e familiares*". Revinter. Rio de Janeiro.

- **Vigneron, E.** (1980) "Espaces mentaux à sete: des enfants et des quartiers". *Bulletin de la Société Languedocienne de Géographie*, 14 (4), p. 383-400.

- **Vuori, I.** (1995) "Exercice and physical health: musculoskeletal health and functional capabilities". *Research Quarterly for Exercice and Sport*. Vol. 66, nº 4, p. 276-285.

W

- **Warburton, P. & Woods, J.** (1996) "Observation of children`s physical activity levels during primary school physical educations lessons". *European Journal of Physical Education*, 1(1), p. 56-65.

- **Washburn, R. e Montoye, H.** (1986) "The assessment of physical activity by questionnaire". *American Journal of Epidemiology*, 123, p. 563-576.

- **Webster, F. e Robins, K.** (1989) "Plan and control: towards a cultural historyof the information society". *Theory and Society*, 18, p. 323-351.

- **Wiener, N.** (1968) "*The human use of human beings*". Cybernetics and Society [1954]. Londres: Sphere Books.

- **Williams, H.** (1983) "*Perceptual and motor development*". New Jersey : Prentice-Hall Inc.

- **Wohlwill, J. e Heft, H.** (1987) "The physical environment and the development of the child". In Altman, I.; Stokols, D. (eds.) – "*Handbook of environmental psychology*". A Wiley- Intercience Publication, 1, 281-328.

- **Woodwort, R. e Marquis, D.** (1975) "*Psicologia*". Atualidades Pedagógicas, Companhia Editora Nacional, S. Paulo.