

57012

Revista do Departamento de EDUCAÇÃO FÍSICA e ARTÍSTICA

Nº 2 2000



SEMINÁRIO - TEORIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA



Especial Seminários de Educação Física

A opinião dos pais do meio urbano sobre a Actividade Física dos seus filhos

* João Serrano
** Carlos Santos
** Sérgio Rosário

Resumo

O objectivo fundamental deste trabalho é estudar a opinião dos pais relativamente à Actividade Física no dia a dia dos seus filhos, no meio urbano, tendo em conta as variáveis sexo e estatuto sócio económico.

Para a realização deste estudo recolhemos informação de uma amostra constituída por pais de crianças com idade de 12 anos, residentes na cidade de Castelo Branco. A recolha dos dados foi efectuada através de um questionário aplicado aos pais.

Como conclusões principais podemos referir que:

- Relativamente ao estatuto sócio económico não se verificam grandes diferenças na opinião dos pais relativamente à actividade física dos seus filhos. Cabe salientar que em ambos os meios as crianças têm muitas actividades de desgaste físico baixo e há uma grande percentagem que refere não praticar actividade no clube (sendo a percentagem superior no meio sócio económico mais baixo). Quanto às razões que mais influenciam a prática de actividades físicas das crianças são os factores relacionados com a saúde e o gosto pela prática. Quem mais influencia a prática das crianças são os amigos, os professores e os pais e familiares adultos. Relativamente aos factores limitadores da prática os pais de estatuto alto apontam principalmente a falta de tempo, os de estatuto baixo a inadequação dos espaços.
- Quanto ao sexo da criança, verificam-se algumas diferenças na opinião dos pais relativamente à actividade física dos seus filhos, uma vez que as crianças do sexo feminino passam mais tempo em actividade dentro de casa do que as crianças do sexo masculino. Também em relação actividade desportiva num clube e andar de bicicleta há uma maior frequência de realização por parte das crianças do sexo masculino. Quanto às razões que mais influenciam a prática de actividades físicas das crianças são os factores relacionados com a saúde e o gosto pela prática. Quem mais influencia a prática física das crianças do sexo masculino são os amigos e as do sexo feminino são os professores. Relativamente aos factores limitadores da prática, para os pais das crianças do sexo masculino é a falta de tempo enquanto que para os pais das crianças do sexo feminino é a falta de espaço.

«O ser humano foi concebido para a acção e não para a inactividade»

BAILEY,(1977); ERICKSON,(1977)

Introdução

As grandes alterações, que acontecem em cada dia numa cidade, acabam por alterar a atitude comportamental do homem que tem de se adaptar às constantes mudanças aí verificadas.

Nas cidades as crianças e os próprios adultos têm dificuldades ao nível do espaço e outras condições que lhe permitem realizar actividades relacionadas com os seus próprios interesses.

Caminhar, correr e brincar com os amigos são actividades essenciais que estão a ser limitadas, devendo-se este facto mais à falta de condições oferecidas pelo meio envolvente, do que ao interesse demonstrado pelas próprias crianças. A falta de espaços livres motivada por uma série de factores que afectam as cidades provocam um atrofiamento nas possibilidades de expansão espacial da criança (Serrano 1996).

Na cidade a criança está em contacto com um conjunto de materiais rígidos, (asfalto, betão, ferro...) que pode utilizar, mas raramente pode transformar, a cidade proporciona-lhe, um envolvimento que ela observa e interioriza, mas sobre o qual não pode agir, restringindo a sua imaginação e inteligência criadora (Serrano, 1996).

Nos grandes centros urbanos, a criança reclama espaço e reivindica liberdade de acção motora. O aglomerado cria as chamadas

“angústias do risco e do perigo” para a criança, tendo em conta que ela necessita de se expandir do ponto de vista motor (Neto 1979). O autor citado refere ainda que o espaço urbano não oferece à criança a possibilidade de se sentir numa área sua, de modo a existirem relações sistemáticas de identificação entre o corpo que se movê e os lugares que habita.

A importância da Actividade Física

A actividade física e o desporto assumem-se neste final de século como grandes fenómenos sociais da história da humanidade. Somos hoje confrontados com um quadro crescente de motivações para a práticas corporais institucionalizadas, que atraem de forma significativa as crianças cada vez mais cedo. De facto, as actividades lúdicas e desportivas mobilizam, hoje, centenas de milhares de crianças em programas desportivos estruturados e enquadrados em diversos tipos de instituições: a escola, o clube a empresa e as comunidades locais (Neto 1994).

O autor citado refere ainda que a criança desde muito cedo é motivada para a prática do desporto através de diversos agentes de socialização: a família e a sua extensão, as instituições desportivas oficiais ou privadas; o espaço escolar, os grupos de amigos próximos à habitação (vizinhança), os mass media (principalmente os programas desportivos), etc.

* Professor Adjunto do Departamento de Educação Física e Artística da ESE de Castelo Branco.

** Alunos Finalistas do Curso de Professores do E.B., Variante de Educação Física da ESECB.

O contexto social é para a criança uma referência fundamental quanto à criação de motivações, valores e normas de conduta prática das suas actividades motoras e lúdicas.

A saúde está também ela muito ligada à actividade física, cada vez mais podemos constatar que as pessoas vêm a actividade física como um meio de melhoria dos níveis de saúde, bem estar físico, mental e social e de obtenção de hábitos de vida saudável.

Nunca a saúde foi tão referenciada e interligada à actividade física, assim como, é crescente a preocupação das pessoas, quanto à condição física na sua vida diária.

Deste modo, com as alterações dos hábitos e estilos de vida, cada vez mais a sociedade procura através da actividade física obter melhores níveis de saúde e condição física, os ginásios e clubes enchem-se de utentes com o objectivo de melhorar o seu bem estar e a sua qualidade de vida em geral. (Costa 1997).

A Educação Física pode oferecer o seu contributo importante no que concerne à aquisição de um estilo de vida saudável, em que a actividade física e as práticas desportivas contribuam para um melhor nível de vida e um desenvolvimento mais saudável das populações (Mota 1992).

Lima (1990) refere ainda que a actividade física só será factor de saúde quando considerada como uma componente integrada nas condições de vida proporcionada pela sociedade, isto é, quando em interacção associada com a alimentação, os cuidados higiénicos, o sono e o repouso.

Os pais e a actividade física dos filhos

Nos dias de hoje, parece incontestável o contributo da actividade física regular na promoção de um estilo de vida activo e na criação de hábitos de exercício.

No que diz respeito à criança, as atitudes, expectativas e juízos dos pais relativamente à actividade física poderão ter um papel importante na criação de hábitos de exercício regular.

A importância dos pais, reflecte-se nas associações que têm sido encontradas por diversos autores entre o encorajamento para a prática e a actividade física imediata das crianças (Sallis e Fancette, 1992).

Mota e Queirós (1996) referem também que as atitudes dos pais apresenta-se como factor determinante no encorajamento à prática de actividade física por parte dos seus filhos.

Segundo Sallis (1987) se os padrões de actividade física são provavelmente assimilados na idade escolar, então a família, principalmente os pais, e a escola têm responsabilidades acrescidas também neste plano da educação da criança.

Segundo Brustad (1993); e Sage (1986) os juízos e expectativas dos pais reflectem-se no comportamento dos filhos.

Deste modo torna-se importante conhecer a opinião dos pais acerca da actividade física dos filhos.

Os estudos onde se ausculta os pais sobre a actividade física dos seus filhos têm sido poucos, no entanto, o interesse crescente e a certeza da importância da actividade física das populações para o seu bem estar físico e psicológico, levou nos últimos anos ao aparecimento de alguns estudos:

Mota e Queirós (1996) referem que as expectativas e percepções dos pais acerca da actividade física dos seus filhos, constituem factores fundamentais no envolvimento real destes na prática. Os autores nos seus estudos verificaram que aquilo que os pais pensam sobre as actividades físicas dos filhos nem sempre correspondem à realidade, pois enquanto os pais referiram que os seus filhos eram bastantes activos, estes na sua maioria respondiam não estar envolvidos em actividades desportivas para além das aulas de Educação Física.

Gomes (1997), num estudo realizado acerca do juízo dos pais acerca da actividade física dos seus filhos, refere que segundo a opinião dos pais, os rapazes são mais activos do que as raparigas. O mesmo autor refere ainda que tanto as raparigas como os rapazes são na maioria inactivos, uma vez que os pais consideram as actividades físicas espontâneas quase sempre não intensas. Verificou-se ainda que apenas uma minoria das crianças se encontrava envolvida em actividades físicas organizadas, pelo menos duas vezes por semana.

Objectivo do estudo

O objectivo deste trabalho foi analisar a opinião dos pais que vivem no meio urbano, mais propriamente, na cidade de Castelo Branco, acerca da Actividade Física no dia a dia dos seus filhos, tendo em conta as variáveis sexo e estatuto sócio económico.

Questões de estudo:

- procuramos saber a opinião dos pais relativamente à satisfação face às condições do envolvimento para a prática física dos seus filhos;
- procuramos saber a opinião dos pais relativamente à frequência de realização de actividades por parte dos seus filhos;
- procuramos saber a opinião dos pais relativamente às razões que levam à prática de actividades físicas dos seus filhos na rua ou no clube;
- procuramos saber a opinião dos pais relativamente a quem tem mais influência na prática de actividade física dos seus filhos na rua ou no clube;
- procuramos saber na opinião dos pais quais são os factores que mais limitam a prática de actividade física dos seus filhos na rua ou no clube.

Descrição de procedimentos

A população alvo deste estudo, foram os pais de um grupo de crianças com idade de 12 anos, residentes na cidade de Castelo Branco.

A amostra foi escolhida de forma intencional devido ao estatuto sócio económico e foi constituída por 50 pais de crianças de ambos os sexos, que frequentam a Escola E.B. 2/3 Afonso de Paiva, sendo 24 do sexo masculino (12 de Estatuto Sócio Económico Alto e 12 de Estatuto Sócio Económico Baixo) e 26 do sexo feminino (13 de Estatuto Sócio Económico Alto e 13 de Estatuto Sócio Económico Baixo).

O estatuto sócio económico das famílias foi definido com base na Classificação Nacional das Profissões (CNP) do Ministério do Trabalho (1980), tendo sido considerados na categoria alto as sub categorias superior e média, enquanto na categoria baixa foram incluídas as sub categorias média baixa e baixa.

O instrumento de pesquisa foi um questionário aplicado aos pais durante os meses de Abril e Maio de 2000, pelos investigadores.

Apresentação, análise e interpretação de dados

A apresentação e discussão dos resultados, estão relacionadas com as preocupações manifestadas anteriormente, assim vamos caracterizar a opinião dos pais acerca da Actividade Física no dia a dia dos seus filhos atendendo às variáveis sexo e estatuto sócio económico. O estudo que apresentamos é um estudo descritivo com base em análise percentual.

Neste nosso estudo consideramos a actividade física como sendo movimento corporal produzido pelos músculos esqueléticos e que resulta em dispêndio calórico por parte da criança (Ex.: saltar, correr, brincar...).

A opinião dos pais sobre a Actividade Física no dia a dia da criança em função do Estatuto Sócio-Económico

1- Considera que o bairro onde mora tem espaços suficientes para o seu filho(a) desenvolver as suas actividades físicas?

Estatuto	Sim	64%
	Alto	Não
Baixo	Sim	72%
	Não	28%

Quadro 1: Existência de espaço suficiente para o desenvolvimento das Actividades Físicas

Analisando os valores obtidos no quadro 1, podemos verificar que a maioria dos pais de estatuto sócio económico alto (64%) consideram que o seu bairro possui espaços

suficientes para o seu filho(a) desenvolver as suas Actividades Físicas.

Relativamente aos pais de estatuto sócio económico baixo, 72% afirmam existirem espaços suficientes no seu bairro para o desenvolvimento das Actividades Físicas dos seus filhos(as).

2- Espaços que considera mais importantes a ter no bairro para que o seu filho(a) possa desenvolver as suas Actividades Físicas?

Espaços	Alto	Baixo
Verdes	88%	56%
Aventura	12%	32%
Multi-desportivos	64%	52%
Livres abertos	44%	44%
Desportos radicais	12%	43%
Parque infantil	40%	32%
Jardim público	40%	40%

Quadro 2: Espaços mais importantes a ter no bairro.

Analisando os valores obtidos no quadro 2, podemos verificar que os pais de estatuto sócio económico alto consideram como espaços mais importantes a ter no bairro para que os filhos possam desenvolver as suas actividades físicas: os espaços verdes (88%), seguidamente aparecem os espaços multi-desportivos com 64%.

Os espaços tidos como menos importantes para os pais de estatuto sócio económico alto são os de aventura e de desportos radicais, ambos com valores de 12%.

Os pais de estatuto sócio económico baixo consideram como espaços mais importantes a ter no bairro para que os filhos possam desenvolver as suas actividades físicas: os espaços verdes (56%), seguidamente aparecem os espaços multi-desportivos com 52%.

Para os pais de estatuto sócio económico baixo os menos valorizados são os espaços aventura e o parque infantil, ambos com 32%.

De salientar o facto que a escolha foi unânime quanto aos três espaços considerados mais importantes, pelos pais de ambos os estatutos. Serrano (1996), no seu estudo também obteve resultados semelhantes.

3- Quais são as actividades que o seu filho(a) não pode fazer no seu bairro?

Actividades	Alto	Baixo
Andar de bicicleta	12%	16%
Jogos desportivos com bola	52%	44%
Correr com os amigos	24%	8%
Praticar desportos radicais	80%	72%

Quadro 3: Actividades que não pode fazer no bairro.

Analisando os valores obtidos no quadro 3, podemos verificar que, independentemente do estatuto sócio económico a maior percentagem

de pais (80% do estatuto alto e 72% do estatuto baixo) refere que os seus filhos não podem praticar desportos radicais no seu bairro, seguido de jogos desportivos com bola (52% no estatuto alto e 44% no estatuto baixo). Curiosamente há uma percentagem elevada de pais do estatuto alto (24%) que refere que os seus filhos não podem correr com os amigos no bairro, o mesmo não acontecendo no estatuto baixo onde apenas 8% dos pais referem que os seus filhos não podem correr com os amigos no bairro.

4- Qual a frequência de realização de actividades por parte do seu filho?

Ver anexos (quadro 4A)

Analisando os valores obtidos no quadro 4A (ver anexo I), verificamos que os pais de ambos os estatutos sócio económicos referem que as actividades que os seus filhos realizam com mais frequência são estudar e fazer os trabalhos da escola (76% em ambos os estatutos) e ver televisão ou vídeo (72% no estatuto alto e 44% no estatuto baixo). Quanto às actividades apontadas pelos pais como sendo aquelas que os seus filhos realizam com menor frequência, no estatuto alto são pintar ou desenhar (48%), ajudar nas tarefas domésticas e praticar actividade desportiva num clube (44% em ambos) e andar de bicicleta (40%). No estatuto sócio económico baixo são pintar/desenhar (56%), ouvir música e tocar instrumentos (52%).

Comparando os dois estatutos, podemos concluir que os pais das crianças do estatuto sócio económico alto referem que os seus filhos jogam mais computador ou jogos electrónicos, ouvem mais música/tocar algum instrumento, vêem mais televisão/vídeo, lêem mais livros/revistas e jornais e pintam ou desenhavam com mais frequência que os do estatuto baixo, em contrapartida ajudam menos nas tarefas domésticas e brincam menos na rua.

Relativamente à actividade desportiva no clube, verificamos na opinião dos pais de ambos os estatutos, que uma percentagem elevada refere que os seus filhos não praticam essa actividade (28% no estatuto alto e 40% no estatuto baixo). No entanto, embora a percentagem de crianças no estatuto baixo que pratica actividade física no clube seja menor, os que praticam fazem-no com mais frequência.

Comparando os dados obtidos no nosso estudo com os de Costa (1997) e Sallis et al. (1988), verificamos uma concordância, pois esses autores também verificaram que os pais referiam que os seus filhos ocupavam grande parte do seu tempo com trabalhos escolares e a ver televisão e que a sua prática física era baixa.

5- Refira as razões que considera mais importantes para a prática de actividade física

por parte do seu filho no seu dia a dia na rua ou no clube:

Porque	ALTO		BAIXO	
	Sim	Não	Sim	Não
Ele gosta	84%	16%	92%	8%
Os amigos também praticam	20%	80%	64%	36%
O ajuda a dormir melhor	48%	52%	72%	28%
Permite estar em boa forma física	80%	20%	84%	16%
Permite aprender melhor na escola	36%	64%	52%	48%
É fundamental para a saúde dele	100%	-	88%	12%
Permite-lhe arranjar mais amigos	64%	36%	80%	20%
Torna o meu filho mais independente	56%	44%	76%	24%

Quadro 5: Razões consideradas mais importantes para a prática de actividade física.

Analisando os valores obtidos no quadro 5, verificamos que a totalidade dos pais pertencentes ao estatuto sócio económico alto (100%) consideram como razão mais importante para a prática de actividade física o facto de ser fundamental para a saúde dos seus filhos, seguido do facto dos seus filhos gostarem com 84% e permitir-lhes estar em boa forma física (80%).

Como razões menos importantes aparecem o facto de os amigos também praticarem (20%) e o de permitir aprender melhor na escola (36%).

Quanto aos pais que pertencem ao estatuto sócio económico baixo apontam como razão mais importante para a prática de actividade física, o facto de os seus filhos gostarem (92%) e também por considerarem fundamental para a sua saúde (88%), porque permite estar em boa forma física (84%) e permite arranjar mais amigos (80%).

Algumas das razões tidas como menos importantes são o facto de permitir aprender melhor na escola (52%) e os amigos também praticarem (64%).

Consideradas como razões mais importantes para a prática de actividade física, na rua ou no clube por parte dos filhos, os pais de ambos os estatutos sócio económicos referem o facto de ser fundamental para a saúde, como defende Neto (1994, p. 204), quando refere que "...a prevenção da saúde é um objectivo social que pode desenvolver-se através de práticas corporais generalizadas a todas as idades...", e Malina (1990), quando refere que não se podendo tomar como adquirido que a actividade física durante a infância se traduz em benefícios a longo prazo, já um estilo de vida activo, o exercício regular assim como o desenvolvimento de atitudes positivas face à

actividade física são tidas como as principais componentes da medicina preventiva. Outra razão apontada é o facto de eles (os filhos) terem gosto pela actividade física.

Comparando os estatutos podemos verificar que as razões que os pais consideram mais importantes em ambos são o ser fundamental para a saúde, os filhos gostarem de praticar e estar em boa forma física. Curiosamente apenas o facto relacionado com a saúde obtém maior percentagem por parte dos pais do estatuto alto, sendo todos os outros itens mais apontados pelos pais do estatuto baixo como sendo razões mais importantes para a prática de actividade física por parte dos seus filhos.

6- Na sua opinião quem tem mais influência na prática de actividade física do seu filho na rua ou no clube?

Mais influente	ALTO		BAIXO	
	Sim	Não	Sim	Não
Os amigos do bairro ou da escola	60%	40%	80%	20%
Os irmãos ou outros familiares crianças	32%	68%	48%	52%
Os pais ou outros familiares adultos	40%	60%	72%	28%
Os ídolos desportivos	32%	68%	48%	52%
Os meios de comunicação social	40%	60%	20%	80%
Os professores	60%	40%	72%	28%
O treinador do clube	40%	60%	24%	72%

Quadro 6: factores mais influentes na prática de actividade física.

Analisando os valores obtidos no quadro 6, verificamos que os pais de estatuto sócio económico alto consideram como factores mais influentes na prática de actividade física dos seus filhos tanto na rua como no clube, os amigos do bairro/escola e os professores, ambos com 60%.

Como factores menos influentes, estes consideram, os irmãos/outras familiares crianças e os ídolos desportivos ambos com 32%.

Quanto aos pais de estatuto sócio económico baixo, 80% apontam como factores mais influentes na prática de actividade física dos filhos, tanto na rua como no clube, os amigos do bairro/escola (80%), os professores e os pais ou outros familiares adultos (ambos com 72%).

Considerado como menos influente aparecem os meios de comunicação social com 20% e o treinador do clube (24%).

7- Dos factores que se seguem, refira quais são aqueles que mais limitam a prática de actividade física no dia a dia do seu filho(a) na rua ou no clube.

O que mais limita	ALTO		BAIXO	
	Sim	Não	Sim	Não
A falta de tempo	84%	16%	32%	68%
A falta de espaço	44%	56%	44%	56%
A inadequação dos espaços perto de casa	52%	48%	60%	40%
A falta de companhia	20%	80%	12%	88%
O acesso aos locais de prática	40%	64%	52%	48%
Falta de gosto por parte dele pela prática	12%	88%	12%	88%
A falta de segurança	48%	48%	36%	64%
A poluição	20%	80%	16%	84%
A televisão e os jogos electrónicos	48%	52%	36%	64%

Quadro 7: factores que mais limitam a prática de actividade física.

Analisando os valores obtidos no quadro 7, verificamos que como factores limitadores da prática de actividade física da criança no seu dia a dia, os pais de estatuto sócio económico alto, apontam principalmente a falta de tempo (84%). Segundo a opinião dos mesmos o que menos limita a prática de actividade física é a falta de gosto das crianças pela prática (12%), a falta de companhia e a poluição (ambos com 20%).

Quanto aos pais de estatuto sócio económico baixo, referem como factores que mais limitam a prática de actividade física por parte da criança a inadequação dos espaços perto de casa (60%). Como factores que menos limitam a actividade física por parte da criança temos a falta de companhia e a falta de gosto deles pela prática, (ambos com 12%) e a poluição (16%).

A opinião dos pais sobre a Actividade Física no dia a dia da criança em função do sexo da criança

1 - Considera que o bairro onde mora tem espaços suficientes para o seu filho(a) desenvolver as suas actividades físicas?

Masculino	Sim	75%
	Não	25%
Feminino	Sim	62%
	Não	38%

Quadro 1: Existência de espaço suficiente para o desenvolvimento das Actividades Físicas

Analisando os valores obtidos no quadro 1, verificamos que 75% dos pais de crianças do sexo masculino consideram existir espaços suficientes para os filhos desenvolverem as suas actividades físicas.

Relativamente aos pais de crianças do sexo feminino, 62% afirmam existirem espaços suficientes para a prática de actividade física dos seus filhos.

2- Espaços que considera mais importantes a ter no bairro para que o seu filho(a) possa desenvolver as suas Actividades Físicas?

Espaços	Masculino	Feminino
Verdes	62,5%	80,8%
Aventura	25%	19,2%
Multi-desportivos	66,7%	50%
Livres abertos	33,3%	53,8%
Desportos radicais	41,7%	15,4%
Parque infantil	33,3%	38,5%
Jardim público	37,5%	42,3%

Quadro 2: *Espaços mais importantes a ter no bairro.*

Analisando os valores obtidos no quadro 2, verificamos que os espaços considerados mais importantes a ter no bairro para que as crianças possam desenvolver as suas actividades físicas, os pais das crianças do sexo masculino, indicaram por ordem de importância: espaços multi desportivos (66,7%), espaços verdes (62,5%) e espaços para desportos radicais (41,7%).

Os espaços tidos como menos importantes para os pais das crianças do sexo masculino são os de aventura (25%).

Os espaços considerados mais importantes a ter no bairro pelos pais das crianças do sexo feminino, para que os seus filhos possam desenvolver as suas actividades físicas são por ordem de preferência: espaços verdes (80,8%), espaços livres/abertos (53,8%) e os espaços multi desportivos (50%).

Os espaços menos importantes para os pais das crianças do sexo feminino são os espaços para desportos radicais (15,4%).

3- Quais são as actividades que o seu filho(a) não pode fazer no seu bairro?

Actividades	MASC	FEM
Andar de bicicleta	12,5%	15,4%
Jogos desportivos c/ bola	41,7%	53,8%
Correr com os amigos	12,5%	19,2%
Praticar desportos radicais	83,3%	69,2%

Quadro 3: *Actividades que não pode fazer no bairro.*

Analisando os valores obtidos no quadro 3, podemos verificar que, independentemente do sexo da criança a maior percentagem de pais (83,3% do sexo masculino e 69,2% do sexo feminino) referem que os seus filhos não podem praticar desportos radicais no seu bairro, seguido de jogos desportivos com bola (41,7% no sexo masculino e 53,8% no sexo feminino). Curiosamente há uma percentagem ainda

elevada de pais que refere que os seus filhos não podem andar de bicicleta e correr com os amigos na rua, (12,5% para ambos no sexo masculino e 15,4% e 19,2% no sexo feminino)

4- Qual a frequência de realização de actividades por parte do seu filho?

Ver anexos (quadro 4B)

Analisando os valores obtidos no quadro 4B (ver anexo II), verificamos que os pais das crianças de ambos os sexos referem que as actividades que os seus filhos realizam com mais frequência são estudar e fazer os trabalhos da escola (66,7% do sexo masculino e 84,6% do sexo feminino) e ver televisão ou vídeo (50% do sexo masculino e 65,4% do sexo feminino). Quanto às actividades apontadas pelos pais como sendo aquelas que os seus filhos realizam com menor frequência, no sexo masculino são pintar ou desenhar (62,5%), ouvir música/tocar algum instrumento e ajudar nas tarefas domésticas (ambos com 50%) e ler livros revistas ou jornais (45,8%). No sexo feminino são andar de bicicleta (46,2%), pintar ou desenhar (42,3%), actividade desportiva num clube (34,6%).

Comparando a opinião dos pais das crianças dos dois sexos, podemos concluir que os pais das crianças do sexo feminino referem que os seus filhos brincam mais em casa sozinhos com brinquedos, jogam mais jogos de computador ou jogos electrónicos, ouvem mais música/tocar algum instrumento, estudam e fazem mais trabalhos da escola, vêem mais televisão/vídeo, lêem mais livros/revistas e jornais, pintam ou desenhavam mais e ajudam nas tarefas domésticas com mais frequência que os do sexo masculino, em contrapartida brincam menos na rua, têm menos actividade desportiva num clube e andam menos de bicicleta.

Relativamente à actividade desportiva no clube, verificamos na opinião dos pais de ambos os sexos, que uma percentagem elevada refere que os seus filhos não praticam essa actividade (20,8% do sexo masculino e 46,2% do sexo feminino).

Comparando os dados obtidos no nosso estudo com os de Costa (1997) e Sallis et al. (1988), verificamos uma concordância, pois esses autores também verificaram que os pais referiam que os seus filhos ocupavam grande parte do seu tempo com trabalhos escolares e a ver televisão e que a sua prática física era baixa.

Os dados obtidos estão também de acordo com Gomes (1997, p. 20) quando refere que "comparando as respostas dos pais, os rapazes são significativamente mais activos do que as raparigas."

5- Refira as razões que considera mais importantes para a prática de actividade física por parte do seu filho no seu dia a dia na rua ou no clube:

Porque	MASCULINO		FEMININO	
	Sim	Não	Sim	Não
Ele gosta	83,3%	16,7%	92,3%	7,7%
Os amigos também praticam	45,8%	54,2%	38,5%	61,5%
O ajuda a dormir melhor	70,8%	29,2%	50%	50%
Permite estar em boa forma física	79,2%	20,8%	84,6%	15,4%
Permite aprender melhor na escola	41,7%	58,3%	46,1%	53,8%
É fundamental para a saúde dele	91,7%	8,3%	96,2%	3,8%
Permite-lhe arranjar mais amigos	66,7%	33,3%	76,9%	23,1%
Torna o meu filho mais independente	70,8 %	29,2 %	61,5 %	38,5 %

Quadro 5: Razões consideradas mais importantes para a prática de actividade física

Analisando os valores obtidos no quadro 5, verificamos que os pais das crianças do sexo masculino, consideram como razão mais importante para a prática de actividade física o facto de ser fundamental para a saúde dos seus filhos (91,7%), seguido do facto dos seus filhos gostarem com 83,3% e permitir-lhes estar em boa forma física (79,2%).

Como razões menos importantes os pais referem o facto de o permitir aprender melhor na escola (41,7%), seguindo-se os amigos também praticarem (45,8%) e por permitir ao seu filho arranjar mais amigos com 66,7%.

Quanto aos pais das crianças do sexo feminino apontam como razões mais importantes para a prática de actividade física, o facto de considerarem fundamental para a saúde dos seus filhos (96,2%), o facto dos seus filhos gostarem (92,3%), porque permite estar em boa forma física (84,6%) e permite arranjar mais amigos (76,9%).

Como razões menos importantes os pais referem os amigos também praticarem (38,5%), seguindo-se o permitir aprender melhor na escola (46,1%) e ser uma actividade relaxante que ajuda o filho a dormir melhor (50%).

Analisando os resultados obtidos é considerada como razão mais importante para a prática de actividade física, na rua ou no clube, por parte dos filhos, de ambos os sexos o facto de ser fundamental para a saúde. Os dados obtidos estão também de acordo com Neto (1994, p. 204) quando refere que "...a prevenção da saúde é um objectivo social que pode desenvolver-se através de práticas corporais generalizadas a todas as idades...", e Malina (1990), quando refere que não se podendo tomar como adquirido que a actividade física durante a

infância se traduz em benefícios a longo prazo, já um estilo de vida activo, o exercício regular assim como o desenvolvimento de atitudes positivas face à actividade física são tidas como as principais componentes da medicina preventiva. Outra razão apontada é o facto de eles (os filhos) terem gosto pela actividade física.

Comparando os sexos podemos verificar que as razões que os pais consideram mais importantes em ambos são o ser fundamental para a saúde, os filhos gostarem de praticar e estar em boa forma física.

6- Na sua opinião quem tem mais influência na prática de actividade física do seu filho na rua ou no clube?

Mais influente	MASCULINO		FEMININO	
	Sim	Não	Sim	Não
Os amigos do bairro ou da escola	70,8%	29,2%	69,2%	30,8%
Os irmãos ou outros familiares crianças	37,5%	62,5%	42,3%	57,7%
Os pais ou outros familiares adultos	50%	50%	61,5%	38,5%
Os ídolos desportivos	45,8%	54,2%	34,6%	65,4%
Os meios de comunicação social	33,3%	66,7%	26,9%	73,1%
Os professores	54,2%	45,8%	76,9%	23,1%
O treinador do clube	37,5%	58,3%	26,9%	73,1%

Quadro 6: factores mais influentes na prática de actividade física.

Analisando os valores obtidos no quadro 6, verificamos que os pais das crianças do sexo masculino consideram como factores mais influentes na prática de actividade física, tanto na rua como no clube, os amigos do bairro/escola (70,8%) seguido dos professores (54,2%).

Como factores menos influentes, consideram, os meios de comunicação social (33,3%) e os irmãos/outras familiares crianças (37,5%).

Quanto aos pais das crianças do sexo feminino 76,9% consideram como factores mais influentes na prática de actividade física, tanto na rua como no clube, os professores e os amigos do bairro/escola (69,2%).

Considerado como menos influente aparecem os meios de comunicação social e o treinador do clube, (ambos com 26,9%).

7- Dos factores que se seguem, refira quais são aqueles que mais limitam a prática de actividade física no dia a dia do seu filho(a) na rua ou no clube.

O que mais limita	MASCULINO		FEMININO	
	Sim	Não	Sim	Não
A falta de tempo	54,2%	45,8%	61,5%	38,5%
A falta de espaço	20,8%	79,2%	65,4%	34,6%
A inadequação dos espaços perto de casa	50%	50%	61,5%	38,5%
A falta de companhia	16,7%	83,3%	15,4%	84,6%
O acesso aos locais de prática	41,7%	62,5%	50%	50%
Falta de gosto por parte dele pela prática	16,7%	83,3%	7,7%	92,3%
A falta de segurança	29,2%	66,7%	53,8%	46,2%
A poluição	12,5%	87,5%	23,1%	76,9%
A televisão e os jogos electrónicos	41,7%	58,3%	42,3%	57,7%

Quadro 7: factores que mais limitam a prática de actividade física.

Analisando os valores obtidos no quadro 7, verificamos que, como factores limitadores da prática de actividade física da criança no seu dia a dia, os pais das crianças do sexo masculino, apontam principalmente a falta de tempo (54,2%), a inadequação dos espaços perto de casa (50%) e o acesso aos locais de prática e a televisão/jogos electrónicos, (ambos com 41,7%). Segundo a opinião dos mesmos o que menos limita a prática de actividade física é a poluição (12,5%), a falta de companhia e a falta de gosto das crianças pela prática, (ambos com 16,7%).

Quanto aos pais das crianças do sexo feminino, os factores que mais limitam a prática de actividade física por parte dos seus filhos é a falta de espaço (65,4%); a falta de tempo e a inadequação dos espaços perto de casa (ambos com 61,5%). Como factores que menos limitam a actividade física por parte da criança temos a falta de gosto deles pela prática (7,7%), a falta de companhia (15,4%) e a poluição (23,1%).

Analisando os valores obtidos verificamos que segundo a opinião dos pais das crianças do sexo masculino a falta de tempo é o factor que mais limita a prática de actividade física dos seus filhos. Enquanto que para os pais das crianças do sexo feminino o factor que mais limita é a falta de espaços.

Conclusões

Relativamente ao objectivo a que nos propusemos no início do nosso estudo (saber a opinião dos pais acerca da actividade física dos filhos no meio urbano) e em relação à nossa

amostra, estamos em condições de apontar as seguintes conclusões:

Quanto ao estatuto sócio económico:

1- Os pais das crianças de ambos os estatutos sócio económicos, consideram os respectivos bairros com espaços suficientes para o desenvolvimento das actividades físicas por parte dos seus filhos.

2- Quando questionados sobre os espaços que consideram mais importantes a ter no bairro para o desenvolvimento das actividades físicas dos filhos, os pais de ambos os estatutos sócio económicos referem os espaços verdes, os espaços multi desportivos e os espaços livres abertos.

3 - Relativamente às actividades que os filhos não podem realizar no bairro os pais de ambos os estatutos sócio económicos, apontam em maior percentagem a prática de desportos radicais e certos jogos desportivos com bola. No entanto, e na opinião dos pais, as crianças de estatuto sócio económico baixo têm mais facilidade em correr com os amigos no seu bairro do que as de estatuto sócio económico alto.

4 - Quanto à frequência de realização de actividades no dia a dia das crianças, os pais de ambos os estatutos sócio económicos dizem que os seus filhos ocupam grande parte do tempo na realização de tarefas escolares e a ver televisão.

É de referir as diferenças existentes entre os dois estatutos sócio económicos, relativamente à actividade jogar computador/jogos electrónicos, uma vez que no estatuto sócio económico alto há mais crianças a realizar esta actividade do que no estatuto sócio económico baixo.

Quanto à actividade brincar na rua alguns dos pais do estatuto sócio económico alto dizem que os seus filhos não a realizam, contrariamente todos os pais do estatuto sócio económico baixo referem que os seus filhos realizam esta actividade.

Verificamos que quanto à actividade desportiva num clube, na opinião dos pais, existem mais crianças a praticar do estatuto sócio económico alto do que do baixo, no entanto as que praticam do estatuto baixo dizem fazê-lo mais vezes.

5- Consideradas como razões mais importantes para a prática de actividade física, na rua ou no clube, por parte dos filhos, os pais de ambos os estatutos sócio económicos referem o facto de ser fundamental para a saúde, como razões menos importantes referem o facto de os amigos também praticarem e o permitir aprender melhor na escola.

6- Quem os pais de ambos os estatutos consideram ter mais influência sobre os seus filhos, relativamente à prática de actividade física, são os amigos do bairro ou da escola e os professores. Como factores menos influentes os pais de estatuto alto referem os irmãos/outros familiares crianças e os ídolos desportivos, enquanto que os pais de estatuto baixo apontam

os meios de comunicação social e o treinador do clube.

7- Segundo a opinião dos pais do estatuto sócio económico alto a falta de tempo é o factor que mais limita a prática de actividade física dos seus filhos. Enquanto que para os pais do estatuto sócio económico baixo o factor que mais limita é a inadequação dos espaços perto de casa.

Quanto ao sexo da criança:

1 - Os pais das crianças de ambos os sexos, consideram os respectivos bairros com espaços suficientes para o desenvolvimento das actividades físicas dos seus filhos.

2 - Quando questionados sobre os espaços que consideram mais importantes a ter no bairro para o desenvolvimento das actividades físicas dos filhos, os pais das crianças do sexo masculino apontam os espaços multi desportivos. Enquanto que para os pais das crianças do sexo feminino os espaços verdes são considerados os mais importantes.

3 - Relativamente às actividades que os filhos não podem realizar no bairro os pais das crianças de ambos os sexos, apontam a prática de desportos radicais seguindo-se a prática de certos jogos desportivos com bola.

4 - Quanto à frequência de realização de actividades no dia a dia, os pais das crianças de ambos os sexos dizem que os seus filhos ocupam grande parte do tempo na realização de tarefas escolares e a ver televisão ou vídeo, assim como também referem que não há nenhuma criança que não realize estas duas actividades.

Verificamos que as crianças do sexo masculino realizam mais actividade desportiva num clube do que as crianças do sexo feminino, levando-nos a concluir que as crianças do sexo masculino são mais activas do que as crianças do sexo feminino no seu dia a dia.

5 - Consideradas como razões mais importantes para a prática de actividade física, na rua ou no clube, por parte dos filhos, os pais das crianças de ambos os sexos referem o facto de ser fundamental para a saúde e eles gostarem.

6- Quem os pais das crianças do sexo masculino consideram ter mais influência sobre os seus filhos, relativamente à prática de actividade física, são os amigos do bairro ou da escola, enquanto que para os pais das crianças do sexo feminino são os professores.

7- Segundo a opinião dos pais das crianças do sexo masculino a falta de tempo é o factor que mais limita a prática de actividade física dos seus filhos. Enquanto que para os pais das crianças do sexo feminino o factor que mais limita é a falta de espaços.

Conclusão final

Relativamente à influência do estatuto sócio económico na actividade física das crianças

verificamos que os pais de ambos os estatutos dizem estar satisfeitos quanto ao espaço disponível no bairro para a actividade física dos seus filhos. Quanto às actividades das crianças, verificamos que na sua maioria exigem pouco desgaste energético em ambos os meios. A percentagem de crianças que pratica actividades físicas no clube é reduzida com maior incidência no estatuto sócio económico baixo. Por outro lado se em relação às razões e influência para a prática desportiva não há grandes diferenças apontadas pelos pais, o mesmo já não acontece quanto aos factores que mais limitam a prática das crianças na rua ou no clube referindo os pais do estatuto alto como principal factor a falta de tempo e os do estatuto baixo a inadequação dos espaços.

Relativamente à influência do sexo das crianças na actividade física das mesmas verificamos que os pais de ambos os sexos dizem estar satisfeitos quanto ao espaço disponível no bairro para a actividade física dos seus filhos. Quanto às actividades das crianças, verificamos que na sua maioria exigem pouco desgaste energético em ambos os sexos. A percentagem de crianças que pratica actividades físicas no clube é reduzida com maior incidência nas crianças do sexo feminino. Por outro lado se em relação às razões e influência para a prática desportiva não há grandes diferenças apontadas pelos pais, o mesmo já não acontece quanto aos factores que mais limitam a prática das crianças na rua ou no clube referindo os pais das crianças do sexo masculino como principais factores a falta de tempo e a inadequação dos espaços perto de casa, enquanto que os pais das crianças do sexo feminino apontam a falta de espaço, a falta de tempo e a inadequação dos espaços perto de casa.

Bibliografia

[Armstrong, N., (1990): "Children's Physical Activity Patterns: the implications for physical education" in New Direction in Physical Education, vol. I, p. 1-15; Human Kinetics Books, Champaign, Illinois.

[Brustad, R. (1993): "Who will go out and play? Parental and Psychological influences on children's attraction to physical activity". Pediatric Exercise Science, nº 5, pp.210-223

[Costa, D.(1997):"A influência da actividade física nos níveis de saúde, condição física e hábitos de saúde", in Horizonte, Vol. XIII, nº77, pp. I - VIII. Lisboa.

[Doganis, G. e Theodorakis, Y.(1995): "The Influence of Attitude on Exercise Participation". In Biddle (Ed.) European Perspectives on Exercise and Sport Psychology. pp 26-49.

[Gomes, P.(1997): "O juízo dos pais acerca da actividade física dos filhos", in Horizonte, Vol. XIII, nº74, pp. 19-22. Lisboa.

[Graça, P. e Almeida, M. (1998): "Atitudes e comportamentos de adultos europeus face à actividade física", in Horizonte, vol. XV, nº 85, Set./Out. Lisboa.

[Lima, T. (1990): " A actividade física e saúde", in Horizonte, vol. VII, nº 38, Jul/Ago. Lisboa.

[Maia, J. (1987): " A criança e a actividade física na escola", in Horizonte, vol. IV, nº 20, Jul/Ago. Lisboa.

[Malina, R. (1990): "Growth, Exercise, Fitness and Health – A consensus of current knowledge. Human Kinetics Books, Champaign, Il., 637-657.

[Mota, J. (1992): " A escola, a Educação Física e a Educação da Saúde", in Horizonte, vol. VIII, nº 48, Mar/Abr, pp 208-212. Lisboa.

[Mota, J. (1993): "A Educação da Saúde: as crianças do séc. XX, os idosos do séc. XXI", in Horizonte, vol. X, nº 58, Nov/Dez., pp 143-146. Lisboa

[Mota, J. e Queirós, P. (1996): "Childrens Behavior. Physical Activity Regarding Parents Perception vs. Childrens Activity". International Review for Sociology of Sport, 31, pp 173-181.

[Neto, C. (1979): "A criança, o espaço e o desenvolvimento motor", in Ludens, vol. 3, nº 2/3, Jan/Junho, pp 35-44.

[Neto, C. (1994): "A criança e a actividade desportiva", in Horizonte, vol. X, nº60, Mar/Abr., pp. 203-206. Lisboa.

[Sage, G. (1986): "The Effects of Physical Activity on the Social Development of Children". Human Kinetics Publs., Inc., Champaign, Illinois.

[Sallis, J. (1987): "A Commentary on Children and Fitness: a Public Health Perspective. Res. Quart. Sport Exercise, 58, 326-330.

[Sallis et al. (1992): "Determinants of Physical Activity and Interventions in Youth". Medicine and Science in Sport and Exercise, vol. 28 nº 7, pp 840-851.

[Sallis, J. e Fancette, N. (1992): "Physical Activity". In: Wallace, H.; Patrick, K.; Paral, G.; igor, J. (eds), Principles and Pratices of Student Health. Vol. I: Fondations Oakland, CA. Third Party Publishing.

[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". Monografia apresentada com vista ao grau de Mestre. Universidade Técnica de Lisboa. FMH.

[Wold, B.; Anderssen, N. (1992): "Health Promotion Aspects of Family and Peer Influences on Sport Participation. Journal Sport Psychol., 23, 343-359.