



Relação do incentivo parental com a atividade física de adolescentes

Relationship of parental incentive to the physical activity of adolescents

**Patrícia Becker Engers^{1*}, Tatiane Motta da Costa e Silva², Helter Luis da Rosa Oliveira³,
Saulo Menna Barreto Dias⁴, Rodrigo de Souza Balk⁵, Susane Graup⁶**

¹ Doutoranda no Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da Vida e Saúde, Universidade Federal do Pampa (UNIPAMPA), Uruguaiiana (RS), Brasil.

² Doutoranda no Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da Vida e Saúde, Universidade Federal do Pampa (UNIPAMPA), Uruguaiiana (RS), Brasil.

³ Mestre em Educação em Ciências: Química da Vida e Saúde pela Universidade Federal do Pampa (UNIPAMPA). Professor de Educação Física da rede Municipal, Uruguaiiana (RS), Brasil.

⁴ Mestre em Educação Física pela Universidade Federal de Santa Maria (UFSM). Técnico Desportivo da Universidade Federal do Pampa (UNIPAMPA), Uruguaiiana (RS), Brasil.

⁵ Doutor em Ciências Biológicas: Bioquímica Toxicológica pela Universidade Federal de Santa Maria (UFSM). Docente do Curso de Fisioterapia e do Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da Vida e Saúde da Universidade Federal do Pampa (UNIPAMPA), Uruguaiiana (RS), Brasil.

⁶ Doutora em Engenharia de Produção pela Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC). Docente do Curso de Educação Física, da Residência Multiprofissional em Saúde e do Programa de Pós-Graduação em Educação em Ciências: Química da Vida e Saúde da Universidade Federal do Pampa (UNIPAMPA), Uruguaiiana (RS), Brasil.

***Autor correspondente:** Patrícia Becker Engers – *E-mail:* patriciaengers@outlook.com

RESUMO

Analisar a relação do incentivo parental com o gosto pela prática e a percepção do nível de atividade física (AF) de adolescentes. Trata-se de um estudo descritivo epidemiológico de base escolar. Participaram do estudo 1011 adolescentes. Verificou-se que 90,4% dos adolescentes avaliados gostam de praticar AF e 81,4% percebem-se fisicamente ativos. O incentivo parental teve associação com gostar de AF apenas para a variável “a mãe não levar para fazer AF”, para a qual, 74,3% dos que gostam de AF a mãe não leva para fazer ($p=0,012$). Quando comparado a percepção de inatividade física com a de estímulo dos pais para a prática, mais de 70% dos inativos afirmam que sua mãe estimula a ser ativo e cerca de 50% afirmam que o pai estimula a ser ativo. O incentivo dos pais foi significativamente associado à percepção do nível de AF.

Palavras-chave: Adolescente. Atividade motora. Pais.

ABSTRACT

The aim of this study was to analyze the relationship of parental encouragement with the taste for the practice and the perception of the level of physical activity in adolescents. This is a school-based descriptive epidemiological study. 1011 adolescents participated in the study. It was found that 90.4% of the adolescents evaluated like to practice physical activity and 81.4% perceive themselves to be physically active. Parental encouragement was associated with liking physical activity only for the variable “the mother does not take it to do physical activity”, for which, 74.3% of those who like physical activity the mother does not take it to do ($p=0.012$). When comparing the perception of physical inactivity with the parents' encouragement to practice, more than 70% of the inactive say that their mother encourages them to be active and about 50% say that their father encourages them to be active. Parental encouragement was significantly associated with perceived physical activity level.

Keywords: Adolescent. Motor activity. Parents.

*Received in July 13, 2022
Accepted on October 31, 2022*



INTRODUÇÃO

Diversos são os fatores relacionados à prática ou não da atividade física (AF). Segundo Bauman *et al.*¹ determinantes individuais, sociais, ambientais e políticos, estão diretamente associados à AF. Nesta perspectiva, considera-se a família, o meio ambiente e a educação física escolar como principais influenciadores na participação de crianças e adolescentes na prática regular de exercícios sob o viés da saúde^{2,3}. O estímulo à prática de AF durante a infância e adolescência pode contribuir, de maneira geral, para a promoção de hábitos saudáveis e um estilo de vida ativo na idade adulta⁴. Assim sendo, indivíduos envolvidos com AF na adolescência apresentaram maior probabilidade de serem suficientemente ativos na idade adulta, com efeito mais significativo entre as mulheres⁵.

Entre as variáveis que podem interferir no estímulo a um estilo de vida ativo e no gosto pela prática de AF está o incentivo parental. Esse, caracteriza-se como um fator facilitador uma vez que a família pode viabilizar e oportunizar o acesso aos locais para a prática de AF, transporte, participação conjunta e comentários sobre a atividade^{6,7}, desempenhando uma influência social, tanto por meio de modelação do comportamento, quanto pelo de fornecimento de apoio social^{6,8}.

Quando associado ao nível de AF, o incentivo parental apresenta diferenças em relação ao sexo e idade entre os adolescentes. Estudos indicam níveis mais

baixos de AF em adolescentes do sexo feminino, parcialmente atribuídos ao menor incentivo dos pais, assim como, maior liberdade e incentivo aos adolescentes mais jovens e do sexo masculino, tendo em vista a possibilidade de praticar AF na rua e em parques e maior participação nas aulas de educação física^{9,10}.

Desta forma, considera-se que estudos e intervenções com adolescentes tornam-se fundamentais para a identificação e prevenção dos fatores relacionados aos níveis de inatividade física e, aos agravos associados a esse comportamento, sendo o incentivo parental e o nível de AF variáveis relevantes para o planejamento de ações mais efetivas no ambiente escolar e fora dele^{11,12}. Assim, o objetivo do presente estudo foi analisar a relação do incentivo parental com o gosto pela prática e a percepção do nível de atividade física de adolescentes matriculados na rede pública de ensino de Uruguaiana/RS.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo epidemiológico de base escolar que analisou a população de escolares de 10 a 17 anos matriculados na rede pública de ensino de Uruguaiana/RS no ano de 2019. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da instituição dos pesquisadores sob o parecer nº 2.961.732.

Para o cálculo do tamanho mínimo da amostra foram adotados os seguintes procedimentos: população de 11.300

adolescentes matriculados nos anos finais do ensino fundamental e do ensino médio na rede pública no ano de 2018 (Inep); prevalência de 50% (estudos com múltiplos desfechos); intervalo de confiança de 95% (IC95%); erro amostral de três pontos percentuais. Sendo estimada uma amostra mínima de 936 adolescentes e acrescentado 20% para suprir possíveis perdas e recusas. Com a adoção destes critérios foi estimada a necessidade de avaliar 1.170 adolescentes.

A amostra foi selecionada de forma aleatória, sendo utilizado o critério probabilístico em múltiplas etapas. Para tal, o município foi dividido em cinco áreas geográficas, sendo quatro na área urbana e uma na área rural. Foi identificado o número de escolas e de estudantes matriculados em cada área. A partir disso, foram sorteadas três escolas em uma das áreas urbanas e duas em cada uma das três áreas restantes, considerando o número de alunos, o que totalizou nove escolas localizadas na área urbana do município. Para os adolescentes da área rural foi necessário sortear apenas uma escola, entre todas as escolas dessa área. Sendo assim, todas as escolas participaram do sorteio tendo as mesmas chances de participarem do estudo de acordo com o número de alunos matriculados na faixa etária de 10 a 17 anos.

Todos os adolescentes na faixa etária de interesse destas 10 escolas foram convidados a participar do estudo. No momento da visita, agendada anteriormente com representantes das direções das escolas, os objetivos e os procedimentos

foram apresentados nas salas de aula e os termos de consentimento livre e esclarecido e de assentimento eram entregues aos adolescentes. Os critérios de inclusão utilizados foram: a) estar matriculado na rede pública de ensino (estadual ou municipal) do município; e, b) apresentar o termo de consentimento livre e esclarecido assinado por um responsável e manifestar vontade em participar (assinando o termo de assentimento). Foram excluídos os adolescentes fora da faixa etária de interesse e aqueles que apresentaram algum tipo de deficiência que os impedisse de praticar AF e/ou de compreenderem a realização das medidas.

Para a caracterização da amostra foram coletados dados antropométricos, nos quais a massa corporal foi avaliada em uma balança digital com precisão de 100 gramas, com o avaliado descalço e em posição em ortostática. A estatura foi medida com um estadiômetro feito com uma fita métrica fixada em uma parede lisa e sem rodapé e com o auxílio de um esquadro para a verificação, de forma que o adolescente era posicionado em pé, descalço e com as costas e calcanhares encostados na parede seguindo o plano de Frankfurt. O Índice de Massa Corporal foi calculado pela divisão dos valores de massa corporal em quilogramas pelos valores de estatura em metros ao quadrado.

A coleta de dados envolveu a aplicação de um questionário composto por questões referentes a indicadores demográficos, percepções sobre o nível de AF e o gosto pela prática. Os indicadores

demográficos analisados foram o sexo (masculino e feminino) e a idade (anos completos).

Para identificar o gosto pela prática de AF, os adolescentes responderam a seguinte questão: você gosta de fazer AF (esportes, ginástica, dança, frequentar academia)? Também responderam questões referentes à percepção de seu nível de AF (ativo ou inativo) e a percepção do nível de AF do pai e da mãe (ativo ou inativo). Ainda, responderam a questões sobre o fato de os pais levarem os adolescentes para praticar AF e praticarem com os filhos e filhas, bem como, acerca da percepção que possuem sobre o fato de os pais estimularem para a prática de AF (Sua mãe leva você para fazer AF? Sua mãe pratica AF com você? Seu pai leva você para fazer AF? Seu pai pratica AF com você? Você acha que sua mãe estimula você a ser ativo? Você acha que seu pai estimula você a ser ativo?). As opções de resposta para estas questões eram “sim” e “não”, sendo de fácil entendimento para os estudantes responderem.

Os questionários foram aplicados nas salas de aula das escolas selecionadas, sendo distribuídos para o grupo e respondidos individualmente, acompanhando a leitura diretiva dos pesquisadores. Todas as medidas foram realizadas em locais indicados pelas

direções das escolas e aplicadas pela equipe de pesquisadores que previamente receberam uma capacitação para a execução das medidas e aplicação dos questionários.

A análise estatística foi conduzida no *software* SPSS (*Statistical Package for the Social Science*) for Windows versão 16.0. Os dados foram analisados utilizando-se da estatística descritiva (análise univariada), com medidas de frequências absolutas (n) e relativas (%), média e desvio padrão para cada uma das variáveis do estudo. Para análise inferencial, utilizou-se da análise bivariada através do teste Qui-quadrado de Pearson, sendo que, nesta análise cada variável independente foi associada com a variável dependente categórica. Em todas as análises foi adotado o nível de significância de 5%.

RESULTADOS

Participaram do estudo 1011 adolescentes, com média de idade de 13,4 ($\pm 1,9$) anos, sendo 53,5% (n=541) do sexo masculino. A Tabela 1 apresenta a caracterização antropométrica e etária da amostra, evidenciando diferenças significativas na massa corporal e na estatura dos adolescentes em relação ao sexo ($p < 0,001$), mas que não refletem significativamente no Índice de Massa Corporal ($p = 0,272$).

Tabela 1. Resultados da análise de média e desvio padrão para a caracterização da amostra do estudo.

VARIÁVEIS	MÉDIA (\pm DP)		
	Total	Meninas	Meninos
Idade (anos)	13,4 (\pm 1,9)	13,4 (\pm 1,9)	13,5 (\pm 1,9)
Massa corporal (kg)	54,2 (\pm 14,2)	53,4 (\pm 12,9)	54,9 (\pm 15,3)*
Estatura (metros)	1,58 (\pm 0,11)	1,56 (\pm 0,07)	1,60 (\pm 0,13)*
IMC (kg/m ²)	21,2 (\pm 4,4)	21,7 (\pm 4,5)	20,8 (\pm 4,2)

DP= Desvio Padrão; IMC=Índice de Massa Corporal; *p<0,001 vs meninas.

A tabela 2 apresenta a distribuição de frequência das variáveis do grupo geral e por sexo, na qual é possível verificar que 90,4% dos adolescentes avaliados gostam de praticar AF e 81,4% perceberam-se fisicamente ativos. Ao serem questionados sobre a prática de AF na última semana, foi possível perceber que a maioria (65,5%) praticou alguma AF (até 2 vezes semanais)

e 40,9% perceberam-se menos ativos que outras pessoas da mesma idade e sexo.

Em relação ao incentivo familiar, mais de 70% dos avaliados responderam que os pais não os levam para praticar AF, bem como, não praticam com os mesmos. No entanto, na percepção dos adolescentes, 83% das mães e 70,3% dos pais, os estimulam para a prática de AF.

Tabela 2. Descrição das variáveis estudadas em adolescentes de 10 a 17 anos em Uruguaiana-RS, Brasil, 2019

VARIÁVEIS	N (%)		
	Total	Meninas	Meninos
Gostar de fazer AF			
Sim	903 (90,4)	421 (90,5)	482 (90,3)
Não	96 (9,6)	44 (9,5)	52 (9,7)
Percepção do nível de AF			
Ativo	800 (81,4)	345 (75,8)	455 (86,2)
Inativo	183 (18,6)	110 (24,2)	73 (13,8)
Sua mãe leva você para fazer AF			
Sim	245 (24,7)	132 (28,8)	113 (21,2)
Não	747 (75,3)	327 (71,2)	420 (78,8)
Seu pai leva você para fazer AF			
Sim	275 (28,0)	103 (22,5)	172 (32,8)
Não	706 (72,0)	254 (77,5)	352 (67,2)
Sua mãe pratica AF com você			
Sim	199 (20,1)	116 (25,2)	83 (15,6)
Não	793 (79,9)	344 (74,8)	449 (84,4)
Seu pai pratica AF com você			
Sim	253 (25,9)	90 (19,9)	163 (31,1)
Não	724 (74,1)	363 (80,1)	361 (68,9)
Sua mãe estimula você a ser ativo (a)			
Sim	823 (83,0)	382 (82,9)	441 (83,2)
Não	168 (17,0)	79 (17,1)	89 (16,8)
Seu pai estimula você a ser ativo (a)			
Sim	686 (70,3)	291 (64,2)	395 (75,5)
Não	290 (29,7)	162 (35,8)	128 (24,5)

Nota: n= amostra.

Na tabela 3 são apresentadas as associações entre gosto pela prática de AF com as demais variáveis categóricas. Para as quais a percepção do nível de AF apresentou associação com gostar de fazer AF, sendo que cerca de 80% dos que gostam de praticar AF, em ambos os sexos, percebem-se fisicamente ativos, porém quando questionados em comparação aos pares, próximo a 40% destes se consideram menos ativos que pessoas da mesma idade e sexo. O incentivo parental teve associação

com gostar de AF apenas para a variável “a mãe não levar para fazer AF”, de forma que, no total da amostra, 25,7% dos que gostam de AF a mãe leva para fazer ($p=0,012$) e entre as meninas 30,8% das que gostam a mãe também leva ($p=0,001$). Ainda, foi possível observar que entre os adolescentes com até 14 anos de idade, 70,2% relataram gostar de AF, demonstrando que quanto mais jovens maior é o gosto pela prática AF, independentemente do sexo.

Tabela 3. Resultados da análise de Qui-Quadrado entre gostar de fazer AF e as variáveis categóricas estudadas em adolescentes de 10 a 17 anos, Uruguaiana-RS, Brasil, 2019

VARIÁVEIS	GOSTAR DE FAZER AF					
	Total		Meninas		Meninos	
	Sim N (%)	P	Sim N (%)	P	Sim N (%)	P
Idade						
Até 14 anos	633 (70,2)	0,078	296 (70,5)	0,002*	337 (69,9)	0,636
Acima de 14 anos	269 (29,8)		124 (29,5)		145 (31,1)	
Percepção do nível de AF						
Ativo	743 (84,0)	<0,001*	327 (80,0)	<0,001*	416 (87,6)	0,015*
Inativo	141 (16,0)		82 (20,0)		59 (12,4)	
Sua mãe leva você para fazer AF						
Sim	229 (25,7)	0,012*	127 (30,8)	0,001*	102 (21,3)	0,826
Não	661 (74,3)		285 (69,2)		376 (78,7)	
Seu pai leva você para fazer AF						
Sim	250 (28,2)	0,517	92 (22,3)	0,956	158 (33,4)	0,424
Não	635 (71,8)		320 (77,7)		315 (66,6)	
Sua mãe pratica AF com você						
Sim	183 (20,6)	0,207	109 (26,5)	0,063	74 (15,5)	0,876
Não	707 (79,4)		303 (73,5)		404 (84,5)	
Seu pai pratica AF com você						
Sim	227 (25,9)	0,681	78 (19,2)	0,470	149 (31,7)	0,263
Não	650 (74,1)		329 (80,8)		321 (68,3)	
Sua mãe estimula você a ser ativo (a)						
Sim	741 (83,2)	0,856	344 (82,7)	0,664	397 (83,6)	0,519
Não	150 (16,8)		72 (17,3)		78 (16,4)	
Seu pai estimula você a ser ativo (a)						
Sim	624 (71,2)	0,064	264 (65,0)	0,231	360 (76,6)	0,151
Não	252 (28,8)		142 (35,0)		110 (23,4)	

*valor significativo.

As associações entre a percepção de inatividade descrita pelos adolescentes avaliados e as variáveis analisadas estão apresentadas na Tabela 4, demonstrando que, no grupo geral, o fato de os pais levarem os adolescentes para a prática de AF apresentou associação com a percepção de inatividade, sendo que mais de 80% dos avaliados que se consideram inativos não são levados por seus pais para praticarem

AF e, ainda, seus pais não praticam AF juntamente com estes. Contudo, quando comparado a percepção de inatividade física com a percepção de estímulo dos pais para a prática, mais de 70% dos adolescentes inativos afirmam que sua mãe os estimula a serem ativos e, cerca de 50% dos que se percebem inativos afirmam que o pai os estimula a serem ativos.

Tabela 4. Resultados da análise de Qui-Quadrado entre a percepção de inatividade e as variáveis categóricas estudadas em adolescentes de 10 a 17 anos, Uruguaiana-RS, Brasil, 2019

VARIÁVEIS	PERCEPÇÃO DE INATIVIDADE FÍSICA					
	Total		Meninas		Meninos	
	Sim N (%)	P	Sim N (%)	P	Sim N (%)	P
Idade						
Até 14 anos	89 (48,6)	<0,001*	49 (44,5)	<0,001*	40 (54,8)	<0,001*
Acima de 14 anos	94 (51,4)		61 (55,5)		33 (45,2)	
Sua mãe leva você para fazer AF						
Sim	21 (11,7)	<0,001*	17 (15,7)	<0,001*	04 (5,6)	<0,001*
Não	159 (88,3)		91 (84,3)		68 (94,4)	
Sua pai leva você para fazer AF						
Sim	25 (14,0)	<0,001*	17 (15,6)	0,055	08 (11,4)	<0,001*
Não	154 (86,0)		92 (84,4)		62 (98,6)	
Sua mãe pratica AF com você						
Sim	24 (13,4)	0,011*	18 (16,8)	0,014*	06 (8,3)	0,071
Não	155 (86,6)		89 (83,2)		66 (91,7)	
Seu pai pratica AF com você						
Sim	18 (10,1)	<0,001*	10 (9,2)	<0,002*	08 (11,4)	<0,001*
Não	161 (89,9)		99 (90,8)		62 (88,6)	
Sua mãe estimula você a ser ativo (a)						
Sim	134 (74,9)	0,002*	80 (74,1)	0,009*	54 (76,1)	0,090
Não	45 (25,1)		28 (25,9)		17 (23,9)	
Seu pai estimula você a ser ativo (a)						
Sim	96 (52,7)	<0,001*	53 (48,2)	<0,001*	43 (59,7)	<0,001*
Não	86 (47,2)		57 (51,8)		29 (40,3)	

*valor significativo.

DISCUSSÃO

Os resultados demonstraram que os adolescentes avaliados percebem-se fisicamente ativos e gostam de praticar AF, estando o gostar de AF associado significativamente ao fato de a mãe levar para fazer AF, principalmente no grupo feminino. O incentivo parental teve associação significativa com a percepção de inatividade física, de modo que a maioria dos adolescentes que percebem-se inativos responderam “não” para as variáveis “sua mãe leva você para fazer AF”, “seu pai leva você para fazer AF”, “sua mãe pratica AF com você” e “seu pai pratica AF com você”.

No entanto, quando comparada a percepção de inatividade física com a percepção de estímulo dos pais para a prática, a maioria percebe que tanto o pai quanto a mãe estimulam a ser fisicamente ativos.

De acordo com os resultados do presente estudo, não foram encontradas diferenças significativas entre os sexos para a variável Índice de Massa Corporal. Os meninos apresentaram massa corporal e estatura médias significativamente maiores, diferenças que são esperadas entre os adolescentes devido às questões de composição corporal nessa fase da maturação e que, também são encontradas por outros autores¹³.

Contudo, optou-se pela análise separada por sexo, considerando aspectos presentes na literatura que podem influenciar no gosto pela prática e na percepção do nível de AF, como questões culturais que perduram desde a infância e acabam influenciando no comportamento de AF dos indivíduos de forma distinta entre os sexos¹⁴. Nesse mesmo sentido, culturalmente as meninas são mais incentivadas para a realização de atividades domésticas e próximas de suas casas, que envolvam menos movimentação e os meninos recebem maior incentivo e motivação para prática de atividades esportivas fora de casa e ao ar livre^{14,15}. Além disso, cabe apontar a relação da autoeficácia com a AF que apresenta distinções entre meninos e meninas¹⁶.

Tendo em vista os dados presentes na Tabela 2, foi possível perceber uma certa discordância entre a percepção do nível de AF dos adolescentes participantes deste estudo e a real prática afirmada por esta população, na qual 81,4% percebe-se como fisicamente ativa. Quando neste mesmo grupo são questionados sobre a prática de AF, apenas 65,5% afirmaram praticar por até 2 vezes na semana. Utilizando como referência os parâmetros estabelecidos pela Organização Mundial de Saúde¹⁷, que determina a prática de pelo menos uma hora de AF por dia como sendo o mais adequado, podemos perceber uma clara assimetria entre o que estes jovens percebem como suficiente e o que realmente é estabelecido.

Outra informação importante, foi a de que mais de 70% dos participantes do

estudo afirmaram que os pais e mães não os levam para praticar AF, nem praticam junto a eles. Um resultado expressivo e que pode auxiliar na compreensão dos altos números de adolescentes inativos presentes na amostra desta pesquisa. Estudos presentes na literatura científica indicam um impacto positivo em uma rotina mais ativa dessa população quando familiares praticam junto ou levam esses jovens para a prática de AF^{7,18}.

Em um aspecto geral, também foi possível perceber que as meninas, independente da faixa etária, mostraram-se menos ativas que os meninos, indo ao encontro dos achados do estudo de Hallal *et al.*¹⁹, realizado em diferentes regiões do país e que reporta que o nível de AF é maior entre os indivíduos do sexo masculino. Observou-se neste mesmo estudo, que apenas 31% das meninas de 13 a 15 anos cumpriam os níveis recomendados de AF, enquanto dos meninos da mesma faixa etária, 56% realizavam o recomendado¹⁹.

Ainda que a população deste estudo em sua maioria aponte uma ausência da participação familiar, essa mesma população refere que 83% das mães e 70,3% dos pais os estimulam para a prática de AF. O apoio e incentivo familiar se constitui em um importante fator para a prática de AF, como aponta Lisboa *et al.*⁸, assim, adolescentes com um bom incentivo e apoio dos pais e familiares apresentaram maiores níveis de prática de AF. Com base nos achados do presente estudo, pode-se pensar que entre a população em questão, este incentivo familiar e motivação verbal

seja um fator mais influente no incentivo à prática de AF, em comparação ao exemplo e acompanhamento durante as atividades.

Outro achado que cabe destacar, é o fato de que os adolescentes mais jovens, ou seja, até 14 anos, parecem gostar mais de AF (70,2%). Segundo Condessa *et al.*⁹, a idade é um fator que influencia consideravelmente a prática de AF entre os adolescentes. Outros estudos encontraram essa mesma tendência de faixas etárias mais jovens se apresentarem mais ativas que as mais velhas, como aponta o estudo de revisão de Seabra *et al.*²⁰, e ainda, o estudo conduzido por Condessa *et al.*⁹. Tal fato pode estar relacionado às evidências de que jovens de faixa etária maior faltam mais às aulas de educação física do que os de faixa etária menor, o que acaba contribuindo para o sedentarismo dos maiores²¹.

Muito embora, exista associação do gosto pela prática e a percepção do nível de AF, de forma que, aqueles que gostam de praticar percebem-se mais ativos, é importante considerar as evidências de que, entre os adolescentes, estes optam por utilizar seu tempo de lazer com atividades frente a telas. Tal fato pode estar diretamente relacionado às preferências pessoais e ao fato de gostar ou não de AF, mas ainda, fortemente relacionado com a influência dos pares (indo muito além da família) e a autoeficácia para prática²².

O apoio social, seja ele advindo dos pais, irmãos, amigos e pessoas do convívio em geral e, a autoeficácia para AF são considerados constructos de teorias e modelos importantes para explicar e buscar

compreender o comportamento da AF dos indivíduos¹⁰.

A única variável relacionada ao incentivo parental do estudo que teve associação com o gosto pela prática dos adolescentes, apresentou uma associação inversa de forma que, o fato de a mãe não levar para fazer AF apresentou associação com gostar de AF. Tal achado reforça que o gosto pela prática está associado a outros fatores além do incentivo unicamente dos pais. Pode ainda, estar relacionado ao período da adolescência, para o qual os sujeitos se identificam mais com seus pares e compartilham comportamentos, observando-se maior apoio de amigos para a prática de AF e a maioria delas de natureza coletiva, o que acaba intensificando a convivência com outros além da família²⁰. Nessa mesma linha, um estudo do tipo inquérito que verificou a associação do apoio social com a prática de AF em adolescentes em Curitiba- PR, concluiu que a companhia dos amigos é o tipo de apoio social mais importante para a prática de AF nessa etapa da vida¹⁶.

As principais associações do incentivo parental encontradas no presente estudo, foram com a percepção de inatividade física, de forma que, o fato de os pais não levarem ou não praticarem AF junto com o adolescente está fortemente associado à sua percepção de inatividade física. Indo ao encontro desse resultado, um recente estudo identificou que os adolescentes que relataram receber apoio social, às vezes ou sempre, associaram-se negativamente ao nível insuficiente de

AF²². Contudo, Camargo *et al.*¹¹, dialogam em seu estudo quanto à relação bidirecional entre a AF e o apoio social, onde os adolescentes, tanto de escolas públicas quanto de escolas privadas, apontam o apoio de seus pares e dos pais como facilitadores na prática de atividade física no lazer.

Quanto à associação do apoio parental e o nível de AF por sexo, Todisco *et al.*⁶ observaram que adolescentes do sexo feminino com ausência de apoio tiveram mais chances de serem insuficientemente ativas. O que difere um pouco no presente estudo, para o qual, os maiores percentuais dos que se percebem inativos e não recebem incentivo dos pais estão entre os meninos. Ainda nesse sentido, adolescentes do sexo masculino relatam receber mais apoio social de pais e amigos do que seus pares do sexo feminino. O que vem reforçar os fatores que levam aos maiores níveis de AF normalmente observados no sexo masculino¹⁰. Já no estudo em questão, este dado se apresenta de forma distinta para os sexos, sendo que as meninas percebem que a mãe incentiva mais a prática de AF, seja levando ou praticando junto e, os meninos têm a mesma percepção em relação ao pai.

Outro dado que apresenta relação direta com o estímulo dos pais para a prática de AF dos filhos, é o fato de os mesmos serem fisicamente ativos. Nesse contexto, Christofaro *et al.*²³ inferem em seu estudo que a prática de AF dos pais está associada à prática dos adolescentes ($p < 0,001$) e, os adolescentes cujos pais eram fisicamente ativos no passado e continuam ativos na

atualidade foram seis vezes mais propensos a ser fisicamente ativos em comparação com os adolescentes cujos pais não eram fisicamente ativos no passado.

Nesta perspectiva, acredita-se que o estudo contribui para compreensão da importância do incentivo parenteral na prática de AF dos adolescentes, fornecendo subsídios para que sejam formuladas políticas públicas no intuito de criar oportunidades de prática de AF para pais e filhos. Como limitações, podemos apontar o viés da memória ao investigar a percepção de nível de AF através de questionários, sendo que não foi utilizada alguma medida direta de AF para fazer associações mais fidedignas. Sugere-se ainda, que estudos futuros sejam realizados na perspectiva de análise da autoeficácia dos adolescentes e possíveis associações com o gosto pela prática e o nível de AF.

CONCLUSÃO

Com base nos resultados do presente estudo é possível concluir que o fato de a mãe levar para fazer AF, principalmente no grupo feminino, pode influenciar pelo gosto da prática de atividades físicas. Além disso, o incentivo dos pais está significativamente associado à percepção do nível de AF, de forma que, o fato de os pais não levarem ou não praticarem AF juntamente com os adolescentes apareceu associado com a percepção de inatividade física.

REFERÊNCIAS

1. Bauman AE, Reis RS, Sallis JF, Wells JC, Loos RJ, Martin BW. Correlates of physical activity: why are some people physically active and others not? *Lancet*. 2012; 380: 258-71. DOI: 10.1016/S0140-6736(12)60735-1
2. Silva J, Andrade A, Capistrano R, Lisboa T, Andrade RB, Felden EPG, *et al*. Níveis insuficientes de atividade física de adolescentes associados a fatores sociodemográficos, ambientais e escolares. *Ciênc Saúde Colet*. 2018; 23(12):4277-4288. DOI: 10.1590/1413-812320182312.30712016
3. Ribeiro AGP, Pacífico AB, Camargo EM, Piola TS, Campos W. Relação do ambiente escolar e familiar com o nível de atividade física em crianças. *Rev Contexto Saúde*. 2020; 20(40):75-84. DOI: 10.21527/2176-7114.2020.40.75-84
4. Azevedo MR, Horta BL, Gigante DP, Sibbritt D. Continuidade da atividade física na Coorte de Nascimentos de 1982 de Pelotas. *Rev Bras Ativ Fis Saúde*. 2011; 16(2):156-61. DOI: 10.12820/rbafs.v.16n2p156-161
5. Azevedo MR, Araujo CL, Cozzensa da Silva M, Hallal PC. Tracking of physical activity from adolescence to adulthood: a population-based study. *Rev Saúde Pública*. 2007; 41(1):69-75. DOI: 10.1590/S0034-89102007000100010
6. Todisco WMD, Guilherme FR, Molena -Fernandes CA, Ravagnani RJF, Barbosa WA, Del Vecchio FB, *et al*. Nível de atividade física e apoio social dos pais e amigos em escolares da rede pública. *Rev Bras Ati Fis Saúde*. 2017; 22 (5):457-63. DOI: 10.12820/rbafs.v.22n5p457-463
7. Silva NS, Mello JB, Pedretti A, Gaya A, Gaya A. Atividade física de crianças e apoio familiar percebido: um estudo exploratório. *Saúde*. 2019; 45(2). DOI: 10.5902/2236583438542
8. Lisboa T, Silva WR, Alexandre JM, Beltrame TS. Suporte social da família e amigos para a prática de atividade física de adolescentes: uma revisão sistemática. *Cad Saúde Colet*. 2018; 26(4):351-359. DOI: 10.1590/1414-462X201800040463
9. Condessa LA, Chaves OC, Silva FM, Malta DC, Caiaffa WT. Fatores socioculturais associados à atividade física de meninos e meninas: PeNSE 2012. *Rev Saúde Pública*. 2019; 53:25. DOI: 10.11606/S1518-8787.2019053000516
10. Cheng LA, Mendonça G, Lucena JM, Rech CR, Farias Júnior JC. Is the association between sociodemographic variables and physical activity levels in adolescents mediated by social support and self-efficacy? *J Pediatr*. 2020; 96:46-52. DOI: 10.1016/j.jped.2018.08.003
11. Camargo EM, Paiva HK, Pacheco HLM, Campos W. Facilitadores para a prática de atividade física no lazer em adolescentes. *Rev Bras Ati Fis Saúde*. 2017; 22(6):561-67. DOI: 10.12820/rbafs.v.22n6p561-567
12. Ramos CGC, Andrade RG, Andrade ACS, Fernandes AP, Costa DAS,

- Xavier CC, *et al.* Contexto familiar e atividade física de adolescentes: cotejando diferenças. *Rev Bras Epidemiol.* 2017; 20(3):537-548. DOI: 10.1590/1980-5497201700030015
13. Pinto AA, Bim MA, Reche LCA, Claumann GS, Frank R, Felden EPG, *et al.* Indicadores antropométricos como preditores de pressão arterial elevada em adolescentes. *Saúde.* 2020; 46(2). DOI: 10.5902/2236583442557
14. Jesus GM, Dias LA, Cerqueira PA, Assis MAA, Kupek E. Diferenças de gênero na avaliação qualitativa de atividades físicas e sedentárias de escolares de 7 a 10 anos no nordeste brasileiro. *Rev Bras Ciênc Esporte.* 2019; 41(1):1-9. DOI: 10.1016/j.rbce.2018.11.002
15. Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento (PNUD). Relatório de Desenvolvimento Humano Nacional - Movimento é Vida: Atividades Físicas e Esportivas para todas as pessoas: 2017. Brasília, 2017.
16. Souza CA, Rech CR, Sarabia TT, Añez CRR, Reis RS. Autoeficácia e atividade física em adolescentes de Curitiba, Paraná, Brasil. *Cad Saúde Pública.* 2013; 29(10):2039-2048. DOI: 10.1590/0102-311X00127312
17. World Health Organization (WHO). Physical activity fact sheet updated November, 2020. <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs385/en/>.
18. Piola TS, Bacil EDA, Silva MP, Pacifico AB, Campos W. Associação entre apoio social e nível de atividade física em adolescentes. *Rev Bras Ati Fis Saúde.* 2018; 23:1-10. DOI: 10.12820/rbafs.23e0021
19. Hallal PC, Bertoldi AD, Gonçalves H, Victora CG. Prevalência de sedentarismo e fatores associados em adolescentes de 10-12 anos de idade. *Cad Saúde Pública.* 2006; 22(6):1277-1287. DOI: 10.1590/S0102-311X2006000600017
20. Seabra AF, Mendonca DM, Thomis MA, Anjos LA, Maia JA. Biological and socio-cultural determinants of physical activity in adolescents. *Cad Saúde Pública.* 2008; 24:721-36. DOI: 10.1590/S0102-311X2008000400002
21. Santos JP, Mendonça JGR, Barba CH, Carvalho Filho JJ, Bernaldino ES, Farias ES, *et al.* Fatores associados a não participação nas aulas de educação física escolar em adolescentes. *J Phys Educ.* 2019; 30:1-12. DOI: 10.4025/jphyseduc.v30i1.3028
22. Piola TS, Bacil EDA, Pacifico AB, Camargo EM, Campos W. Nível insuficiente de atividade física e elevado tempo de tela em adolescentes: impacto de fatores associados. *Ciênc Saúde Colet.* 2020; 25(7). DOI: 10.1590/1413-81232020257.24852018
23. Christofaro DGD, Andersen LB, Andradec SM, Barros MVG, Bruna Saraiva BTC, Fernandes RA, *et al.* A atividade física de adolescentes está associada à prática de atividade física anterior e atual por seus pais. *J Pediatr.* 2018; 94(1):48-55. DOI: 10.1016/j.jpmed.2017.01.007