Motricidade
2018, vol. **14**, n. **1**, pp. **294-299**
© Edições Desafio Singular
6º ISSC

Fatores associados ao comportamento em relação ao nível de atividade física de adolescentes e pais com alto nível sócioeconômico

Factors associated with behavior regarding the level of physical activity of adolescents and parents with high socioeconomic status

Roberta Luksevicius Rica[1*], Eliane Florêncio Gama[1], Danilo Sales Bocalini[1], Aylton Figueira Junior[1]

ARTIGO ORIGINAL | *ORIGINAL ARTICLE*

RESUMO

O objetivo do presente estudo foi descrever os fatores associados ao nível de atividade física de adolescentes de alto nível socioeconômico e de seus pais. Participaram dessa investigação 186 pessoas (96 adolescentes e 96 adultos) de alto nível sócio econômico. Todos os indivíduos responderam um questionário com questões abertas e fechadas sobre a estrutura escolar e as aulas de Educação Física. O nível de atividade física foi avaliado através do questionário IPAQ sendo considerado ativos adolescentes e adultos que acumularam 300 e 150 minutos de atividade física semanal respectivamente. Os resultados indicam que 50,5% da amostra adolescente era ativa, sem diferença significativa entre os sexos (meninos 56,52%; meninas, 44,7%). Além disso, 67% das meninas ativas apresentaram não gostar de realizar esporte com os pais e apenas 5% não gostam de fazer com a mãe, embora 61% atividade com os pais. Diferença ($p<0,01$) significantes foram encontradas na utilização de computador e vídeo game no grupo de pais e filhos ativos, bem como no consumo de *fast food*, realizar refeição fora de casa, comer legumes, beber suco industrializado e beber café. Os dados do presente estudo sugerem que o comportamentos de pais e filhos, há uma associação direta entre a prática de atividades físicas organizadas dos filhos e o nível de atividades físicas dos pais, já para os inativos, percebemos um hábito alimentar semelhantes entre pais e filhos.
Palavras-chave: IPAQ, familiares, habito alimentar, inatividade física.

ABSTRACT

The objective of the present study was to describe the factors associated with the level of physical activity of high socioeconomic adolescents and their parents. One hundred and eighty six people (96 adolescents and 96 adults) of high socioeconomic level participated in this research. All subjects answered a questionnaire with open and closed questions about school structure and Physical Education classes. The level of physical activity was assessed through the IPAQ questionnaire, considering adolescents and adults who accumulated 300 and 150 minutes of weekly physical activity, respectively. The results indicate that 50.5% of the adolescent sample reached at least 300 min / without physical activity, with no difference between the sexes (boys 56.52%, girls, 44.7%). In addition, 67% of active girls did not like to play sports with their parents and only 5% did not like to do with the mother, although 61% with their parents. Significant differences were found in the use of computer and video game in the group of active parents and children, as well as in the consumption of fast food, carry out meal out of home, eat vegetables, drink industrialized juice and drink coffee. In summary, was found a direct association between the practice of organized physical activities of the children and the level of physical activities of the parents, and for the inactive, we perceive a similar eating habits between parents and children.
Keywords: IPAQ, family, food intake, physical inactivity.

[1] *Universidade São Judas Tadeu*

* *Autor correspondente*: Programa de Pós-Graduação em Educação Física da Universidade São Judas Tadeu. Rua Militão Barbosa de Lima, 132, Centro, São Bernardo do Campo, São Paulo, Brazil. CEP: 09790-420. *E-mail*: robertarica@hotmail.com

INTRODUÇÃO

A atividade física é um fenômeno complexo que envolve aspectos multifatoriais, com significados e valores pessoais (Alvares, 2010), embora a definição clássica se associe a qualquer movimento corporal produzido pelos músculos esqueléticos promovendo gasto de energia (Caspersen, Powell, & Christenson, 1985). Desta forma, o movimento humano passou a ter importância no aumento do gasto calórico total diário, considerando as atividades realizadas no trabalho, tempo livre, deslocamento e no lazer, ampliando a forma de análise, extrapolando o âmbito do exercício físico (Pitanga, 2010).

Estudos que avaliaram o comportamento de adolescentes indicaram possíveis relações entre o nível de atividade física destes e o comportamento dos pais (Edwardson & Gorely, 2010; Rocha et al 2011) sugerindo que as crenças dos pais influencia decisivamente a conduta de seus filhos (Silva et al, 2008).A família possui influência no envolvimento e participação dos adolescentes em práticas comportamentais saudáveis, existindo uma associação entre a atividade desenvolvida pelos pais e a dos seus filhos (Seabra, 2008). Edwardson e Gorely (2010) evidenciaram que: a) Mães proporcionaram aos seus filhos um comportamento mais sedentário do que os pais; b) Meninos gostam mais de atividades esportivas e são mais incentivados pelos pais a participar de eventos esportivos que as meninas; c) O nível educacional dos pais, principalmente o da mãe, tem relação na maior ocorrência de sobrepeso e obesidade de escolares, o autor sugere que a educação materna é um fator de risco para a obesidade dos filhos.

Estudos (Mello et al, 2010; Minatto 2014; Santos et al, 2010) com o propósito de investigar o comportamento de adolescentes com baixo nível socioeconômico são frequentes na literatura, contudo, a investigação entre o nível de atividade física e o comportamento em adolescentes de alto nível socioeconômico são conflitantes.

Desta forma, o objetivo deste estudo foi descrever os fatores associados ao comportamento, em relação ao nível de atividade física de adolescentes e seus respectivos pais ou responsáveis de ambos os sexos, de alto nível socioeconômico.

MÉTODO

Os critérios éticos desta pesquisa foram respeitados dentro dos termos das Resoluções 196/96. Após aprovação do Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade São Judas Tadeu (n° 212.655/2013) foram distribuídos 253 questionários objetivando atingir pais e filhos adolescentes de alto índice socioeconômico, residentes em cidade da área metropolitana de São Paulo. Os critérios de inclusão adotados: adolescente com idade entre 13 e 17 anos, apresentado a resposta no questionário que possuía renda familiar acima de 22 salários mínimos.

O questionário utilizado no presente estudo foi desenvolvido com base no inquérito de Figueira Junior (2000), com questões abertas e fechadas sobre a estrutura escolar e aulas de Educação Física. Para determinar o nível de atividade física dos adolescentes, foi utilizado o Questionário Internacional de Nível de Atividade Física (IPAQ- versão curta 8). O cálculo do escore geral de atividade física semanal considerou atividades físicas moderada, vigorosas e caminhadas. Conforme as recomendações da Organização mundial de saúde (WHO) foram considerados ativos os adolescentes e pais que acumularam respectivamente mais de 300 e 150 minutos pais em atividades moderadas, vigorosas e caminhada por semana e insuficientemente ativos aqueles que acumularam menos que 300 e 150 minutos semanais respectivamente.

Os dados são apresentados em valores médios e desvio padrão para parâmetros quantitativos, frequência e prevalência para os dados categóricos. Para efeitos de comparação após a aplicação do teste de normalidade amostral foi utilizado os testes de t de student e qui-quadrado e teste exato de Fisher conforme necessário utilizando o software SPSS (v 22; IBM, Armonk, NY, USA) com a significância de $p<0,05$.

Tabela 1
Atividades dos pais e filhos durante a semana, segundo o nível de atividade física

	Ativos			Inativos		
	Pais	Filhos	Significância	Pais	Filhos	Significância
	% (n)	% (n)		% (n)	% (n)	
Assisto televisão						
Sim	97(28)	93 (27)	1	100 (20)	90 (18)	0,4872
Não	3 (1)	7 (2)		--	10 (2)	
Utiliza o computador para trabalhar/estudar						
Sim	55,2 (16)	82,2(25)	0,0195*	50 (10)	90(18)	0,0138*
Não	44,8 (13)	13,8(4)		50 (10)	10 (2)	
Utiliza o tablet para pesquisar						
Sim	21 (6)	38(11)	0,2483	20 (4)	30 (6)	0,7164
Não	79 (23)	62(18)		80 (16)	70 (14)	
Jogo vídeo game						
Sim	17 (5)	59 (17)	0,0025*	20(4)	65 (13)	0,009*
Não	83 (24)	41 (12)		80(16)	35 (7)	
Ajudo nas atividades domésticas de casa						
Sim	86 (25)	69 (20)	0,2070	75(15)	60 (12)	0,5006
Não	14 (4)	31 (9)		25(5)	40 (8)	
Fico sentado/descansando						
Sim	21 (6)	69 (20)	0,0005*	35(7)	70 (14)	0,0567
Não	79 (23)	31 (9)		65(13)	30 (6)	
Saio de casa para ir a academia						
Sim	24 (7)	34 (10)	0,5648	10(2)	10 (2)	1
Não	76 (22)	66 (19)		90(18)	90 (18)	
Saio de casa para ir a lutas/yoga						
Sim	7 (2)	10 (3)	1	5(1)	---	1
Não	93 (27)	90 (26)		95(19)	100 (20)	
Saio para treinar esporte						
Sim	---	62 (18)	≤0,0001*	15(3)	30 (6)	0,4506
Não	100 (29)	38 (11)		85(17)	70 (14)	
Realizo caminhada para me deslocar						
Sim	76 (22)	41 (12)	0,0156*	20(4)	30 (6)	0,7164
Não	24 (7)	59 (17)		80(16)	70 (14)	
Realizo caminhada por exercício						
Sim	52 (15)	31 (9)	0,1821	5(1)	25 (5)	0,1818
Não	48 (14)	69 (20)		95(19)	75 (15)	
Realizo caminhada por lazer						
Sim	38 (11)	14 (4)	0,0700	10(2)	15 (3)	1
Não	62 (18)	86 (25)		80(18)	85 (17)	
Como vai para escola/trabalho						
Carro	79 (23)	83 (24)	0,9832	85(17)	90 (18)	0,7943
Bicicleta	---	---		---	---	
Onibus	14 (4)	10 (3)		10 (2)	10 (2)	
A pé	7 (2)	7 (2)		5 (1)	---	
Como volta da escola/trabalho						
Carro	79 (23)	66 (19)	0,1680	85(17)	95 (19)	0,6952
Bicicleta	---	---		---	---	
Ônibus	14 (4)	17 (5)		10 (2)	5(1)	
A pé	7 (2)	17 (5)		5 (1)	---	

* diferença estatística para o teste de x^2

RESULTADOS

Dos adolescentes avaliados 50,5% da amostra atingiu pelo menos 300 min/sem de atividade física, sem diferença entre os sexos (meninos 56,52%; meninas, 44,7%). Além disso, 67% das meninas ativas apresentaram não gostar de realizar esporte com os pais e apenas 5% não gostam de fazer com a mãe, embora 61% não realiza atividade com os pais.

Considerando o sexo dos pais que responderam o questionário foram mulheres, sendo 86,2% ativas e 75% inativas. A media da idade dos pais (47 ± 7 anos) e filhos (14 ± 1 anos) do grupo ativo não diferiu dos pais e filhos do grupo inativo respectivamente (44 ± 8, 14 ± 1 anos). Contudo, o tempo de atividade física semanal dos pais (651 ± 558 minutos) e filhos (733 ± 709 minutos) foi maior ($p < 0,001$) que os pais (92 ± 32 minutos) e filhos (126 ± 69 minutos).

Tabela 2

Características dos hábitos alimentares de pais e filhos residentes em região de alto nível de urbanização

	Ativos			Inativos		
	Pais	Filhos	Significância	Pais	Filhos	Significância
	% (n)	% (n)		% (n)	% (n)	
Você come em fast food pelo menos uma vez na semana?						
Sim	17 (5)	90 (26)	≤0,001*	45(9)	45 (9)	1
Não	83(24)	10 (3)		55(11)	55 (11)	
Você come refeições fora de casa pelo menos uma vez na semana?						
Sim	58 (17)	90(26)	0,0148*	80 (16)	90 (18)	0,6614
Não	42 (12)	10(3)		20 (4)	10 (2)	
Você come doce?						
Sim	86(25)	93 (27)	0,6701	80(16)	90 (18)	0,6614
Não	14 (4)	7 (2)		20(4)	10 (2)	
Você come frutas?						
Sim	100 (29)	93 (27)	0,4912	85(17)	95 (19)	0,6050
Não	---	7 (2)		15(3)	5 (1)	
Você come legumes?						
Sim	100 (29)	79 (23)	0,0235*	85(17)	80 (16)	1
Não	---	21(6)		15(3)	20 (4)	
Você come vegetais?						
Sim	100 (29)	83(24)	0,0518	90(18)	80 (16)	0,6614
Não	---	17 (5)		10(2)	20 (4)	
Você come frituras?						
Sim	59 (17)	72,(21)	0,4077	80(16)	80 (16)	1
Não	41 (12)	28 (8)		20 (4)	20 (4)	
Você come carne vermelha?						
Sim	79 (23)	93 (27)	0,2529	100(20)	85 (17)	0,2305
Não	21 (6)	7 (2)		---	15 (3)	
Você come frango?						
Sim	90 (26)	97 (28)	0,6115	95(19)	95 (19)	1
Não	10 (3)	3 (1)		5 (1)	5 (1)	
Você come peixe?						
Sim	96 (28)	83 (24)	0,1936	85 (17)	85 (17)	1
Não	4 (1)	17 (5)		15 (3)	15 (3)	
Você bebe refrigerante?						
Sim	45 (13)	62 (18)	0,2924	60(12)	80 (16)	0,3008
Não	55 (16)	38 (11)		40(8)	20 (4)	
Você bebe sucos industrializados?						
Sim	55 (16)	90(26)	0,0070*	85 (17)	85 (17)	1
Não	45 (13)	10(3)		15 (3)	15 (3)	
Você bebe café?						
Sim	76 (22)	21 (6)	≤0,001*	80(18)	40 (8)	0,0022*
Não	24 (7)	79 (23)		20(2)	60 (12)	
Você come salgadinhos fritos?						
Sim	20,7 (6)	21 (6)	1	55(11)	50 (10)	1
Não	79,3 (23)	79 (23)		45(9)	50 (10)	

* diferença estatística para o teste de x^2

Na tabela 1 podem ser visualizados os resultados das atividades realizadas pelos adolescentes e pais durante a semana. Não foi encontrada associação entre o uso de equipamentos eletrônicos, e tempo de atividades físicas (caminhada, dança, esportes e ao trabalho ou escola). Foi identificada diferença significante na utilização do computador e vídeo game no grupo de pais e filhos ativos. Os filhos utilizaram mais estes equipamentos eletrônicos do que seus pais, independentemente do nível de atividade física. Os pais ativos ficaram mais sentados que os filhos. Adicionalmente, foi encontrado valores significantes no deslocamento ativo para a escola dos filhos de pais fisicamente ativos. Houve tendência das atividades físicas de pais e filhos realizam serem diferentes durante a semana. Filhos de pais ativos praticaram esportes (62%), 10% participaram de programas de lutas/yoga e 34% frequentaram academia. Entretanto, os filhos de pais fisicamente inativos praticaram esportes em 30% dos casos, nenhum participou de programas de lutas/yoga e 10% frequentou academia.

Na tabela 2 é apresentando os hábitos alimentares entre pais e filhos. Houve diferença significante nos hábitos alimentares de pais e filhos ativos no consumo de *fast food*, realizar refeição fora de casa, comer legumes, beber suco industrializado e beber café. Encontramos maior tendência de adolescentes ativos ingerir alimentos de *fast food*, realizar refeições fora de casa, e tomar suco industrializado (que podem ser considerados menos saudáveis) pelos filhos de pais ativos. Comer legumes foi um hábito mais comum aos pais, independentemente do nível de AF. Os adolescentes inativos apresentaram hábito alimentar é mais parecido de pais e filhos, exceto no consumo de café pelos pais.

DISCUSSÃO E CONCLUSÕES

A compreensão da contribuição da influência dos pais bem como de outros fatores condicionantes e determinantes na prática de atividades físicas e em outros comportamentos nas diferentes fases de crescimento e desenvolvimento dos adolescentes é considerado extremamente relevante, sobretudo para o desenvolvimento de estratégias de ação para manutenção de estilo de vida saudavel. Enquanto na infância, a família é o primeiro agente na transmissão de valores, comportamentos e normas, o inicio da adolescência desenvolve na direção da autonomia e independência, o que motiva os adolescentes a se distanciarem de seus pais. Nesse sentido, novos valores são introduzidos, resultando na transferência dos níveis de influência, antes fortemente associado a família, agora para os amigos (SEABRA, 2008). Porém, adolescente fisicamente ativos podem contribuir na adoção e manutenção de comportamentos fisicamente ativos (Fermino, 2010; Gonçalves et al, 2007).

A similaridade entre o tempo de atividade física semanal de pais e filhos são encontrados em nosso estudo é concordante com Silva et al (2008). Farias Junior (2014) afirma que a prática de atividade física do pai se associa com a do filho, e da mãe com a da filha. Em nosso estudo, não encontramos essa associação demonstrando que filhos ativos tinham em 86,2% dos casos mães ativas e 34,5% dos adolescentes eram meninas conflitando com os achados de Farias Junior (2014). Há associação entre a prática de atividades físicas organizadas (esporte, lutas/yoga e frequentar academia) dos filhos e o nível de atividade física dos pais, sugerindo que o comportamento ativo de pais pode influenciar os filhos a serem mais ativos.

Em relação aos hábitos alimentares, em nosso estudo, hábitos como não se alimentar em fast food, se alimentar fora de casa, ingerir legumes, ingestão de sucos industrializados e café apresentaram maiores prevalências entre filhos e pais ativos, diferentemente do apresentado por Ilha (2004) que não demonstrou associação dos hábitos alimentares dos pais com os filhos, além disso, o mesmo autor não sugere associação entre os indicadores de atividade física e consumo alimentar, reforçando o papel dos pais como moduladores do comportamento dos filhos.

Os resultados encontrados no presente estudo demonstram características de influência ao comportamento dos filhos, sugerindo que filhos de pais ativos possuem maior quantidade de comportamentos saudáveis que filhos de pais inativos. Além disso a pesquisa promove a reflexão da importância do entendimento da relação pais-filhos por professores e pesquisadores, tanto como subsídio na intervenção para aumentar a participação nas aulas de Educação Física, quanto na formulação de políticas públicas para o incentivo a prática de atividade física no âmbito familiar.

Como fator social, a família é um dos maiores influenciadores para a realização de atividade física na adolescência, podendo colaborar com o aumento do nível de atividade física na vida diária além de incentivar a redução de tempo em atividades sedentárias. Ainda a família pode incentivar a prática de atividades física no tempo de lazer, permitindo que no tempo livre a família esteja junta em atividades ao ar livre, jogando, brincando, correndo, dentre outras, aumentando a interação entre os membros da família. Nossos dados também permitem apontar que os adolescentes utilizam mais equipamentos eletrônicos que seus pais; ficam mais tempo sentados que seus pais; praticam mais esportes

que seus pais, e que a maior diferença está na associação entre os hábitos alimentares de pais e filhos ativos.

Agradecimentos:
Nada a declarar

Conflito de Interesses:
Nada a declarar.

Financiamento:
Nada a declarar

REFERÊNCIAS

Álvares, L. D., Júnior, A. F., Ceschini, F. L., & Ceschini, R. S. (2010). Fatores determinantes para um estilo de vida ativo: revisão da literatura. *Revista Brasileira de Ciências da Saúde, 24*(2), 68-77.

Caspersen, C. J., Powell, K. E., & Christenson, G. M. (1985). Physical activity, exercise and physical fitness. *Public Health Reports, 100*(2), 126-131.

Edwardson, C. L., & Gorely, T. (2010). Activity-related parenting practices and children's objectively measured physical activity. *Pediatric Exercise Science, 22*, 105-113.

Farias Júnior, J. C., Mendonça, G., Florindo, A. A., & Barros, M. V. G. (2014). Reliability and validity of a physical activity social support assessment scale in adolescents-ASAFA Scale. *Revista Brasileira de Epidemiologia, 17*(2), 355-370.

Fermino, R. C. (2010). Atividade física e fatores associados em adolescentes do ensino médio de Curitiba. *Revista de Saúde Pública, 14*, 986-99.

Figueira Júnior, A. A. (2000). *Família, o adolescente e suas relações com a prática de atividades físicas em região metropolitana e interiorana do estado de São Paulo*. (Dissertação de Mestrado em Educação Física). Universidade Estadual de Campinas.

Gonçalves, H., Hallal, P. C., Amorim, T. C., Araújo, C. L. P., & Menezes, A. M. B. (2007). Fatores socioculturais e nível de atividade física no início da adolescência. *Revista Panamerica de Salud Publica, 22*(4), 246-253.

Ilha, P. (2004). *Relação entre nível de atividade física e hábitos alimentares de adolescentes e estilo de vida dos pais*. (Dissertade mestrado em educação física). Universidade Federal de Santa Catarina.

Mello, A. M., Marcon, S. S., Hulsmeyer, A. P. C., …, & Santana, R. G. (2010). Prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças de seis a dez anos de escolas municipais de área urbana. *Revista Paulista de Pediatria, 28*(1), 48-54.

Pitanga, F. G. (2010). *Epidemiologia da atividade física, do exercício físico e da saúde*. Phorte, São Paulo.

Santos, C. M. (2010). Prevalência e fatores associados à inatividade física nos deslocamentos para escola em adolescentes. *Caderno de Saúde Pública, 26*(7), 1419-1430.

Seabra, A. (2008). Age and sex differences in physical activity of portuguese adolescents. *Medicine Science Sports Exercise, 40*(1), 65-70.

Seabra, A. (2008). Determinantes biológicos e sócio-culturais. *Caderno de Saúde Pública, 24*(4), 721-736.

WHO (sd). *Physical activity*. Disponivel em: http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs385/en/

Todo o conteúdo da revista **Motricidade** está licenciado sob a Creative Commons, exceto quando especificado em contrário e nos conteúdos retirados de outras fontes bibliográficas.