

**Universidade do Porto**

Faculdade de Ciências do  
Desporto e de Educação Física

# Agregação parental no Auto-Conceito Físico e na Actividade Física

Estudo em jovens de ambos os sexos com idades  
compreendidas entre os 14 e os 18 anos  
do Concelho de Cantanhede

**Manuel Silvério  
Lourenço Fernandes**

de 2001

UNIVERSIDADE DO PORTO

FACULDADE DE CIÊNCIAS DO DESPORTO E DE EDUCAÇÃO FÍSICA

---



AGREGAÇÃO PARENTAL NO AUTO-CONCEITO  
FÍSICO E NA ACTIVIDADE FÍSICA

---

*Estudo em jovens de ambos os sexos com idades  
compreendidas entre os 14 e os 18 anos do  
concelho de Cantanhede*

*Dissertação apresentada com vista à  
obtenção do grau de Mestre em  
Ciências do Desporto, área de  
especialização de Desporto para  
Crianças e Jovens.*

*ORIENTADOR: Prof. Doutor José António Ribeiro Maia*

*Manuel Silvério Lourenço Fernandes*

*Porto, Maio de 2001*



*A ti querida Sónia  
porque és a estrela maior da minha vida*

## AGRADECIMENTOS

Se é verdade que muitas das nossas realizações as construímos sozinhos, não é menos verdade que as mais importantes devem ser feitas em conjunto, já que o sabor da partilha é diferente, porventura mais doce e perfumado. Quero expressar a mais profunda gratidão a todas as pessoas que, para mim, foram estrelas a indicarem-me o caminho até ao cimo da montanha. A todos os que contribuíram para que lá chegasse, o meu mais sentido agradecimento.

Ao Prof. Doutor José Maia, pelo muito que me ensinou, pela preocupação demonstrada ao longo desta realização e, sobretudo, porque passou a ser alguém muito especial para mim.

Ao Prof. Doutor Rui Garganta, pela ajuda preciosa que me prestou na cedência de ficheiros para o tratamento estatístico dos dados recolhidos.

À Prof. Doutora Olga Vasconcelos, pela preocupação e ajuda no apoio bibliográfico.

À Dra. Carmo Teixeira, Dra. Laura Costa, Dr. João Dias, Dr. João Lucas, Dr. João Nogueira, Dr. Jorge Louro e Dra. Manuela Banhudo, pela colaboração na obtenção dos dados. Sem a vossa ajuda o caminho a percorrer seria mais sinuoso.

Ao Mestre António Paulo Almeida, pela cedência preciosa de documentação bibliográfica.

Ao Mestre Miguel Dias, ao Pe. Paulo Araújo e ao Dr. Paulo Jorge pela disponibilidade demonstrada.

À D. Sílvia pela simpatia, amizade e disponibilidade que sempre demonstrou.

À Gabriela, pela forma empenhada com que me ajudou nos inquéritos.

A todas as famílias que, de forma totalmente desinteressada, participaram neste estudo, constituindo-se como a essência fulcral para a sua consecução.

Ao Rui Carvalho, ao Sérgio Ramalho e ao Luis Novo, porque é bom sabermos que quando precisamos de um amigo o temos ao nosso lado.

Aos meus sogros Ana Maria e Victor, pelo carinho e amizade que me dão.

Ao pequenino "Kiko", pelos desenhos que me deste, pelo amor que te tenho e, sobretudo, pelos momentos muito felizes que me proporcionas .

À minha irmã Sandra, pelo muito que fez por mim.

Ao meu pai e à minha mãe, que lá de cima olha por mim. Obrigado por tudo o que me deram e continuam a dar.

# ÍNDICE

	RESUMO	VII
	LISTA DE ABREVIATURAS	X
	ÍNDICE DE QUADROS, GRÁFICOS E FIGURAS	XI
I.	INTRODUÇÃO	13
	1.1. PERTINÊNCIA DO ESTUDO	14
	1.2. OBJECTIVOS E HIPÓTESES DO ESTUDO	17
	1.2.1. OBJECTIVO GERAL	17
	1.2.2. OBJECTIVOS ESPECÍFICOS	17
	1.2.3. HIPÓTESES	18
	1.3. ESTRUTURA DO TRABALHO	20
II.	REVISÃO DA LITERATURA	22
	2.1. AUTO-CONCEITO	23
	2.1.1. DELIMITAÇÃO CONCEPTUAL DO AUTO-CONCEITO FÍSICO	23
	2.1.2. OPERACIONALIZAÇÃO DO AUTO-CONCEITO FÍSICO	25
	2.2. AGREGAÇÃO PARENTAL NO AUTO-CONCEITO FÍSICO E NA ACTIVIDADE FÍSICA	29
	2.2.1. AGREGAÇÃO PARENTAL NO AUTO-CONCEITO FÍSICO	29
	2.2.2. DETERMINANTES SÓCIO-CULTURAIS NO AUTO-CONCEITO	31
	2.2.3. INFLUÊNCIAS NA CONSTRUÇÃO DO AUTO-CONCEITO FÍSICO	33
	2.2.4. O PAPEL DOS PAIS NA EDIFICAÇÃO DE UMA EXPRESSÃO DO AUTO-CONCEITO	35
	2.2.4.1. RELAÇÃO MÃE-CRIANÇA	37
	2.2.4.2. RELAÇÃO PAI-CRIANÇA	38
	2.2.5. AGREGAÇÃO PARENTAL NA ACTIVIDADE FÍSICA	39
	2.2.6. INFLUÊNCIA GENÉTICA NA AGREGAÇÃO FAMILIAR	42
	2.2.7. RELAÇÃO ENTRE ACTIVIDADE FÍSICA E AUTO-CONCEITO FÍSICO NO SEIO DA FAMÍLIA	45
	2.2.8. COMO ENTENDER A AGREGAÇÃO PARENTAL NO SEIO DA FAMÍLIA?...	48

III. METODOLOGIA	50
3.1. CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA	51
3.2. AVALIAÇÃO DOS ÍNDICES DE ACTIVIDADE FÍSICA HABITUAL	53
3.3. AVALIAÇÃO DO AUTO-CONCEITO FÍSICO	55
3.4. PROCEDIMENTOS ESTATÍSTICOS	56
IV. APRESENTAÇÃO DE RESULTADOS	58
4.1. AGREGAÇÃO FAMILIAR NO AUTO-CONCEITO FÍSICO	59
4.1.1. ESTUDO DA CONSISTÊNCIA INTERNA DAS SUB-ESCALAS DO AUTO- CONCEITO FÍSICO	59
4.1.2. ANÁLISE MULTIDIMENSIONAL DA AGREGAÇÃO FAMILIAR NO AUTO- CONCEITO FÍSICO	60
4.1.3. ANÁLISE DA ASSOCIAÇÃO FILHO/PAI E FILHO/MÃE PARA CADA SUB- ESCALA DO AUTO-CONCEITO FÍSICO	61
4.2. AGREGAÇÃO FAMILIAR NA ACTIVIDADE FÍSICA	63
V. DISCUSSÃO DOS RESULTADOS	65
5.1. CONSISTÊNCIA INTERNA DAS ESCALAS DO AUTO-CONCEITO FÍSICO	66
5.2. AGREGAÇÃO PARENTAL NO AUTO-CONCEITO FÍSICO	68
5.2.1. AGREGAÇÃO PARENTAL NO AUTO-CONCEITO FÍSICO. REALIDADE OU FICÇÃO?	68
5.2.2. AGREGAÇÃO PARENTAL NAS DIFERENTES SUB-ESCALAS DO AUTO- CONCEITO FÍSICO	69
5.2.3. ASSOCIAÇÃO FILHO/PAI E FILHO/MÃE PARA AS DIFERENTES SUB-ESCALAS DO AUTO-CONCEITO FÍSICO	72
5.3. AGREGAÇÃO PARENTAL NA ACTIVIDADE FÍSICA	75
VI. CONCLUSÕES	79
6.1. EM RELAÇÃO AO ESTUDO AUTO-CONCEITO FÍSICO	80
6.2. EM RELAÇÃO AO ESTUDO DA ACTIVIDADE FÍSICA	81
VII. BIBLIOGRAFIA	82
VIII. ANEXOS	91

---

**RESUMO**

---

O estudo tem o propósito de estimar o grau de agregação familiar no Auto-Conceito Físico (ACF) e na Actividade Física (AF). Foi utilizada uma amostra composta por 178 sujeitos com idades compreendidas entre os 14 e os 18 anos, de ambos os sexos, estudantes do concelho de Cantanhede, e pelos seus pais biológicos. A avaliação no ACF foi efectuada recorrendo ao *Physical Self-Description Questionnaire* (PSDQ) desenvolvido por Marsh (1993) e validado transculturalmente por Almeida (1995). Para a avaliação da AF servimo-nos do *Baeck Questionnaire*, desenvolvido por Baeck *et al.* (1982). Os procedimentos estatísticos que utilizamos foram: MANOVA para determinar a significância da agregação familiar;  $\alpha$  de Cronbach, para a análise da consistência interna de cada sub-escala, Análise Factorial Confirmatória (AFC), para obter a correlação entre os factores; teste F, para determinar a agregação familiar relativamente aos diferentes índices de AF. Os níveis de significância foram mantidos em 5%. As principais conclusões do estudo são: (1) a agregação no ACF no seio de famílias nucleares "é um facto"; (2) as sub-escalas que mais contribuem para a agregação familiar são: *Saúde, Físico Global e Auto-estima*. (3) as sub-escalas que apresentam um menor contributo para a agregação familiar no ACF são: *Actividade Física, Competência Desportiva, Flexibilidade, Força e Resistência*. (4) A associação verificada nas relações Pai/Filho e Mãe/Filho, para cada sub-escala do ACF, são diferentes. Assim, verificamos que para a díade Pai/Filho, as maiores associações surgem nas sub-escalas *Actividade Física e Saúde*. Para a relação Mãe/Filho, verificamos que as maiores associações acontecem nas sub-escalas *Saúde e Auto-estima*. (5) Não existe agregação familiar em relação aos diferentes índices de Actividade Física.

---

PALAVRAS CHAVE: Agregação familiar; Auto-Conceito Físico; Actividade Física

**ABSTRACT**

---

The aim of this research work is to evaluate the impact of the family unit on both the Physical Self-concept and Physical Activity in general. The test sample covered a total amount of 178 individuals of both sexes, aged between 14 and 18, students in the county of *Cantanhede* and their biological parents. The assessment of the Physical Self-concept was carried out in compliance with Marsh's *Physical Self Description Questionnaire* (Marsh, 1993), transculturally validated by Almeida (1995). To assess Physical Activity we used the *Baeck Questionnaire* (Baeck *et al.* 1982). The following statistical procedures were used: MANOVA to determine the significance of the aggregation;  $\alpha$  Cronbach for the analysis of internal consistence of each subscale, Confirmatory Factor Analysis to obtain a correlation between the factors; Test F to determine the position of the family unit with regard to different levels of Physical Activity. 95% confidence interval was established. These are the main conclusions of our research: (1) the aggregation on the Physical Self-concept in nuclear families "is a fact". (2) the subscales that most contribute to the family legacy are: *Health, Global Physical* and *Self-esteem*. (3) the subscales that less contribute in terms of the family legacy for the Physical Self-concept are: *Physical Activity, Sports Competence, Flexibility, Strength* and *Endurance/Fitness*. (4) the association observed in Father/Child and Mother/Child relationships in each subscale of Physical Self-concept are different. Thus, we observed that for the dyad Father/Child, the most important associations are to be found in the subscales *Physical Activity* and *Health*. As for the mother/child relation, we observed that the most important associations occur at the level of the *Health* and *Self-esteem* subscales. (5) There is no family aggregation in terms of the different levels of Physical Activity.

---

KEY WORDS: Family aggregation; Physical Self-Concept; Physical Activity

## RESUMÉ

---

Cet étude vise estimer le degré de agrégation familiale dans le Auto-Concept Physique (ACPh) et dans l'Activité Physique (APh). Fut utilisée un échantillon composé par 178 sujets avec l'age comprise entre 14 et 18 ans, des deux sexes, étudiants de l'arrondissement de Cantanhede, et par les parents biologiques. L'évaluation du ACPh fut effectuée en ayant recours au *Physical Self-Description Questionnaire (PSDQ)* développé par Marsh (1993) et évalué transculturellement par Almeida (1995). Pour l'évaluation de l'APh nous nous avons utilisé le *Baeck Questionnaire*, développé par Baeck *et al.* (1982). La procédure statistique utilisé fut la suivante: MANOVA pour déterminer la signifiante de l'agrégation familiale;  $\alpha$  Cronbach, pour l'analyse de la consistance interne de chaque sous-échelle, l'Analyse Factorielle Confirmative (AFC), pour obtenir la corrélation entre les facteurs; le texte F, pour déterminer l'agrégation familiale relativement aux différents indices de APh. Les niveaux de signifiante ont été maintenus en 5%. Les principales conclusions de l'étude sont les suivantes: (1) l'agrégation dans l'ACPh au sein des familles nucléaires «est un fait»; (2) les sous-échelles que contribuent le plus à l'agrégation familiale sont celles-ci: la *Santé*, le *Physique Global* et *Auto-estime*. (3) Les sous-échelles que présentent une plus petite contribution à l'agrégation familiale dans l'ACPh sont les suivantes: *Activité Physique*, *Compétence Sportive*, *Flexibilité*, *Force*, *Résistance*. (4) L'association vérifiée dans les relations Père\Enfant et Mère\Enfant, sont différentes en chaque sous-échelle de l'ACPh. De cette manière, nous avons vérifié que pour dyade Père\Enfant, les associations majeurs surgissent dans les sous-échelles *Activité Physique* et *Santé*. Pour la relation Mère\Enfant, les associations majeurs se donnent dans les sous-échelles *Santé* et *Auto-estime*. (5) Il n'existe pas d'agrégation familiale par rapport aux différentes indices de l'Activité Physique.

---

MOTS CLEF; Agrégation familiale; Auto-Concept Physique; Activité Physique

## LISTA DE ABREVIATURAS

<b>AC</b> - AUTO-CONCEITO	<b>H</b> - HORA
<b>ACF</b> - AUTO-CONCEITO FÍSICO	<b>IAFD</b> - ÍNDICES DE ACTIVIDADE FÍSICA NO DESPORTO
<b>ACSM</b> - AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE	<b>IAFT</b> - ÍNDICES DE ACTIVIDADE FÍSICA NO TRABALHO
<b>AE</b> - AUTO-ESTIMA	<b>IAFTOTAL</b> - ÍNDICE DE ACTIVIDADE FÍSICA TOTAL
<b>AF</b> - ACTIVIDADE FÍSICA	<b>ITL</b> - ÍNDICES DE ACTIVIDADE FÍSICA NOS TEMPOS DE LAZER
<b>AFC</b> - ANÁLISE FACTORIAL CONFIRMATÓRIA	<b>M</b> - MÃE
<b>AP</b> - APARÊNCIA	<b>MJ/H</b> - MEGA JOULES POR HORA
<b>APF</b> - APTIDÃO FÍSICA	<b>nº.</b> - NÚMERO
<b>C</b> - COORDENAÇÃO	<b>P</b> - PAI
<b>CD</b> - COMPETÊNCIA DESPORTIVA	<b>PSC</b> - PHYSICAL SELF-CONCEPT
<b>CNP</b> - CLASSIFICAÇÃO NACIONAL DE PROFISSÕES	<b>PSDQ</b> - PHYSICAL SELF-DESCRIPTION QUESTIONNAIRE
<b>DP</b> - DESVIO PADRÃO	<b>PSPP</b> - PHYSICAL SELF-DESCRIPTION QUESTIONNAIRE PROFILE
<b>E.G.</b> - POR EXEMPLO	<b>R</b> - RESISTÊNCIA
<b>EB 2,3</b> - ESCOLA BÁSICA 2º E 3º CICLOS	<b>S</b> - SAÚDE
<b>ESE</b> - ESTATUTO SÓCIO-ECONÓMICO	<b>SDQ</b> - SELF DESCRIPTION QUESTIONNAIRE
<b>ET AL.</b> - E COLABORADORES	<b>Sig.</b> - SIGNIFICÂNCIA
<b>F</b> - FILHO	<b>TV</b> - TELEVISÃO
<b>FG</b> - FÍSICO GLOBAL	<b>VS</b> - VERSUS
<b>FIG.</b> - FIGURA	
<b>FL</b> - FLEXIBILIDADE	
<b>FO</b> - FORÇA	
<b>G1, G2,...</b> - GRUPOS SÓCIO-ECONÓMICOS	
<b>GC</b> - GORDURA CORPURAL	

# ÍNDICE QUADROS, GRÁFICOS E FIGURAS

## QUADROS

3.1. NÚMERO DE SUJEITOS PARTICIPANTES NO ESTUDO	51
3.2. MÉDIA DE IDADES EM ANOS DECIMAIS	51
3.3. NÚMERO E PERCENTAGEM DE SUJEITOS QUE PRATICAM DESPORTO	51
3.4. ESTATUTO SÓCIO-ECONÓMICO DAS FAMÍLIAS (BASEADO NA CLASSIFICAÇÃO NACIONAL DE PROFISSÕES - 1994 - CNP)	52
3.5. GRUPOS PROFISSIONAIS (CNP - 1994)	52
3.6. SCORES RELATIVOS ÀS HORAS SEMANAIS DE PRÁTICA UTILIZADOS PARA MEDIR OS ÍNDICES DE AF	53
3.7. SCORES RELATIVOS AOS MESES DE PRÁTICA POR ANO UTILIZADOS PARA MEDIR OS ÍNDICES DE AF	53
3.8. DIFERENTES SUB-ESCALAS DO PSDQ E RESPECTIVOS ITENS	55
4.1. VALORES DA CONSISTÊNCIA INTERNA ( $\alpha$ DE CRONBACH) REFERENTES À AMOSTRA DO PRESENTE ESTUDO	59
4.2. SIGNIFICÂNCIA DA AGREGAÇÃO FAMILIAR NO ACF	60
4.3. QUANTIFICAÇÃO DA SIGNIFICÂNCIA DA AGREGAÇÃO FAMILIAR EM CADA SUB-ESCALA DO ACF	61
4.4. GRAU DE ASSOCIAÇÃO ENTRE PAI/FILHO E MÃE/FILHO EM CADA SUB-ESCALA DO ACF	62
4.5. VALORES F E P PARA DETERMINAR GENERICAMENTE A AGREGAÇÃO FAMILIAR PARA QUALQUER UM DOS ÍNDICES DE AF ESTUDADOS	63
4.6. TABELA DE DUPLA ENTRADA RELATIVA À PRÁTICA DESPORTIVA DOS PAIS E DOS FILHOS	63
4.7. TABELA DE DUPLA ENTRADA RELATIVA À PRÁTICA DESPORTIVA DAS MÃES E DOS FILHOS	64
5.1. VALORES DA CONSISTÊNCIA INTERNA ( $\alpha$ DE CRONBACH) REFERENTES A VÁRIOS ESTUDOS	68

**GRÁFICOS**

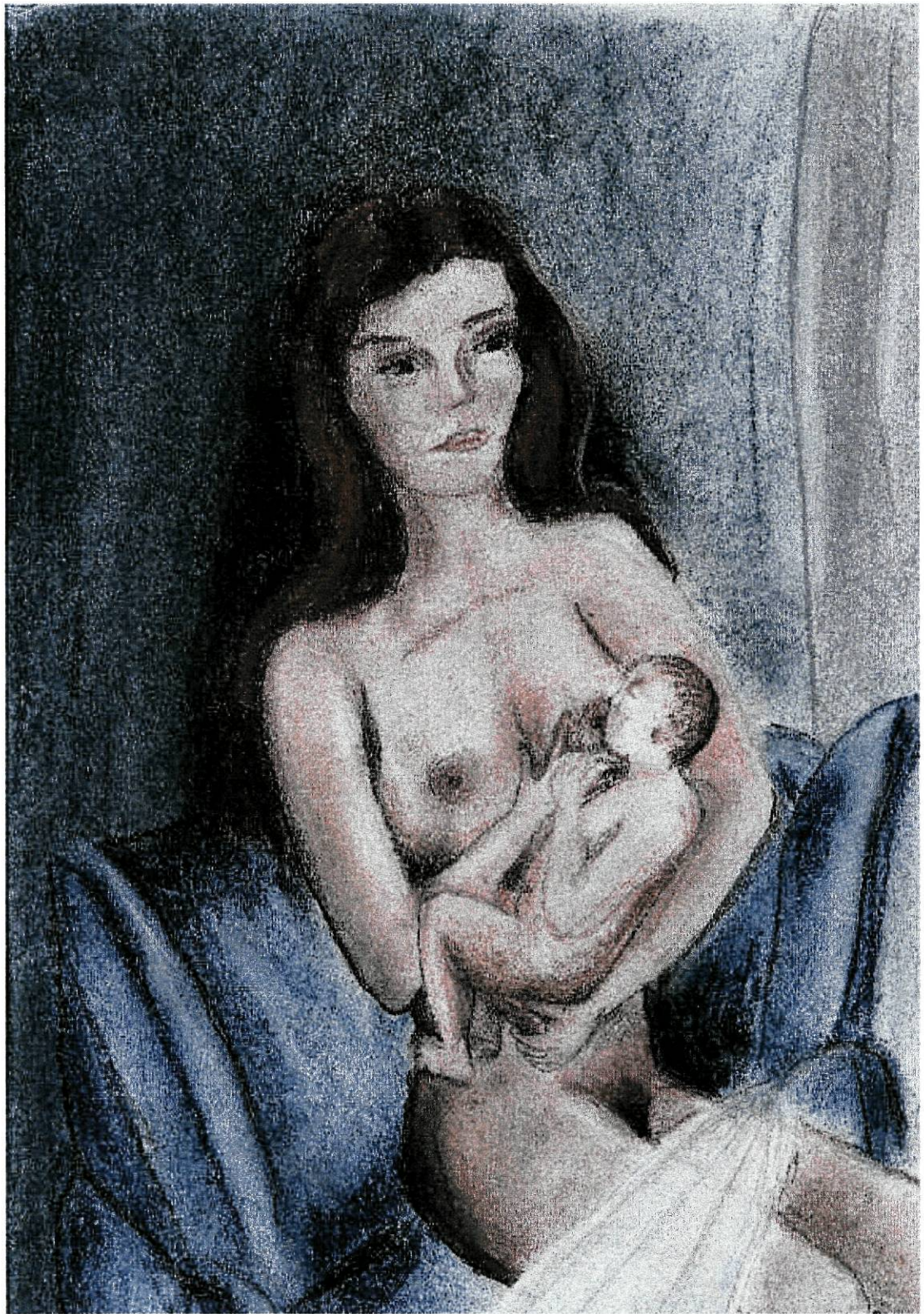
---

3.1. GRUPOS SÓCIO-ECONÓMICOS DA AMOSTRA	53
4.1. ÍNDICES DAS CORRELAÇÕES PARA AS DIFERENTES SUB-ESCALAS DO ACF	62

**FIGURAS**

---

1.1. MODELO REPRESENTATIVO DAS RELAÇÕES EXISTENTES ENTRE AF, APF E ACF	16
2.1. TEIA SOCIAL DE INFLUÊNCIAS	30
2.2. REDE SOCIAL FORMADA PELAS FAMÍLIAS DE UMA COMUNIDADE	32
2.3. HIPÓTESE DA AGREGAÇÃO PARENTAL	48



## I. INTRODUÇÃO

### 1.1. PERTINÊNCIA DO ESTUDO



A investigação na área do Auto-Conceito Físico (ACF) tem vindo a merecer uma importância crescente no nosso país. Alguns autores já se debruçaram sobre esta complexa problemática, mas fascinante, como é o ACF. A nossa pretensão é estabelecer e atribuir significado às associações entre este constructo<sup>1</sup> multidimensional e outros domínios do psicológico e do biológico. Referimo-nos, por exemplo, a estudos realizados em Portugal de que destacamos Almeida (1995) que pesquisou a relação entre o ACF e a Actividade Física (AF); Fontoura (1996) analisou o efeito das condições sócio-económicas, gordura corporal e estatuto maturacional na Aptidão Física (ApF) e no ACF; Pina de Moraes (1997) estudou o corpo morfológico e o AC do corpo; Sá (2000) debruçou-se sobre a transmissibilidade nos hábitos de AF e, Garganta (2000) realizou a caracterização do esforço e efeitos induzidos pela prática de actividades de academia na ApF e no ACF.

A pesquisa sobre o ACF ainda se encontra pouco explorada entre nós assumindo contudo, uma posição central no entendimento de alguns aspectos do comportamento humano. Neste sentido, foi nosso intuito contribuir para a construção de um entendimento mais claro do ACF, no que respeita à expressão que assume no seio de famílias nucleares.

---

<sup>1</sup> Por constructo entende-se uma construção teórica, uma abstracção que pretende atribuir coerência e sentido a uma estrutura complexa.

Nesta área particular, os estudos têm de associar-se a um contributo para a compreensão do processo de socialização de crianças e jovens permitindo-lhes assim, melhorar a sua Auto-Estima (AE).

A AF assume uma importância elevada para o bem estar do sujeito, quer através da promoção da saúde, quer da prevenção de doenças (Malina, 1989; Åstrand, 1992; Vrijens *et al.*, 1993).

Associada à AF organizada surge, em meados do Séc. XX, um conceito que deve estar presente neste tipo de discurso e que diz respeito à ApF. A sua definição tem-se constituído como um pólo de grandes dificuldades, devido à sua complexidade e, ao facto de fazer parte de uma estrutura multidivariada de relações que se prende com exigências colocadas ao nível do rendimento desportivo: saúde, bem estar físico e psicológico (Bouchard e Shephard, 1994).

Temos, ainda a considerar que quando se fala em ApF há que ponderar dois contextos divergentes: o primeiro que associa a ApF à saúde e, o segundo que associa a ApF à *performance* desportivo-motora (Maia *et al.*, 1996).

O American College of Sports Medicine (ACSM), propôs em 1998 que a ApF relacionada com a saúde se refere aos aspectos físicos e psicológicos. Estes, aparentemente, conferem algum tipo de defesa contra doenças degenerativas. Quando se relaciona este constructo com o rendimento desportivo, o ACSM aponta para um conjunto de capacidades funcionais que permitem ao sujeito participar com elevados índices de prestação nas actividades desportivas em questão.

Relativamente às possíveis associações entre AF e ACF a literatura (*e.g.* Haywood, 1993; Marsh, 1994a; Marsh e Redmayne, 1994; Maia *et al.*, 1997) salienta que a variação nos itens do ACF assume-se como relevante para o entendimento do

modo como os indivíduos tendem a participar em AF, dado uma melhor percepção do corpo físico e das suas capacidades.

Bouchard e Shephard (1994) e o ACSM (2000) mencionam a possibilidade de se verificarem associações entre a AF, ApF e Saúde, ao que acrescentamos o ACF. A este propósito, apontamos a figura 1.1 baseada em Bouchard e Shephard (1994) que pretende esquematizar as associações de que falamos.

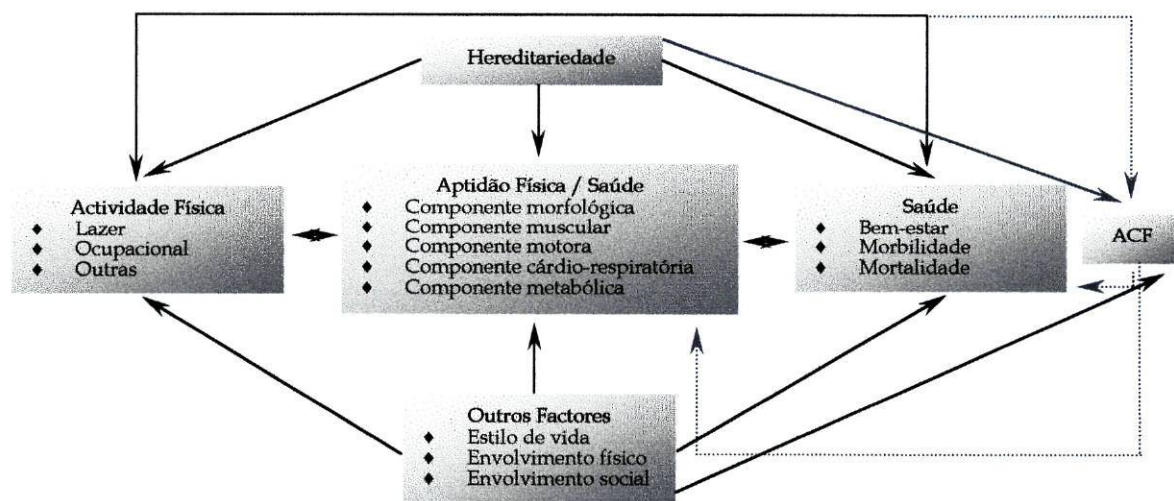


Fig 1.1. Modelo representativo das relações existentes entre AF, ApF e ACF (Modificado de Bouchard e Shephard, 1994)

Esta associação entre AF e ACF tem sido estudada e defendida por inúmeros autores (e.g. Fox, 1990; Ebbeck e Stuart, 1993; Sallis e Patrick, 1994; Estêvão, 1997; Garganta e Maia, 1997; Garganta, 2000). Consolida-se, assim, a importância de se realizarem estudos nestes domínios sobretudo no seio da família, já que a partir daí podem surgir as condições necessárias para intervenções mais efectivas junto das populações promovendo-se hábitos mais saudáveis e duradouros.

Marsh e Jackson (1986), Marsh e Peart (1988) e Marsh (1990a, 1993a) apontam para a possibilidade de melhorar o ACF se trabalharmos fundamentalmente ao nível do *fitness* físico. Daí, a importância de associar estes dois conceitos.

## 1.2. OBJECTIVOS E HIPÓTESES DO ESTUDO

### 1.2.1. OBJECTIVO GERAL

*Identificar o grau de associação parental no Auto-Conceito Físico e na Actividade Física.*

Parece evidente que o AC, nomeadamente as suas facetas e sub-escalas, pode sofrer alterações devido a um largo conjunto de factores. Incluem-se as experiências e interpretações proporcionadas pelo envolvimento, bem como as várias interacções sociais (Marsh e Shavelson, 1985; Fox, 1990; Haywood, 1993; Weiss, 1993).

O grupo ao qual o indivíduo pertence pode influenciar o seu AC (Shavelson *et al.*, 1976; Weiss, 1987), sobretudo a sua família. Este, é porventura o grupo mais importante, já que tem sido referido como sendo um núcleo decisivo de transmissão de comportamentos aos jovens. Reforça-se a ideia dos pais como fonte importante de transmissão de formas de ser e estar. Estes, criam condições para o fortalecimento de determinadas facetas ou sub-escalas do AC que estão associadas com a AF (Almeida *et al.*, 1996).

### 1.2.2. OBJECTIVOS ESPECÍFICOS

1. *Verificar se todas as sub-escalas do ACF dos filhos podem ser igualmente influenciadas pelos seus pais.*
2. *Analisar a associação existente entre os índices de AF dos filhos e dos pais.*

### 1.2.3. HIPÓTESES

**Hipótese 1:** *Existe agregação familiar no Auto-Conceito Físico.*

Sabemos que o ser humano nasce dentro de uma rede social onde, os elos mais importantes se estabelecem no seio da família. Sendo, esta o primeiro grupo ao qual a criança pertence. É através dela que sofre as primeiras influências nos diferentes domínios da sua personalidade.

Partimos do princípio que, numa primeira fase, essa influência far-se-á sentir de forma mais profunda por parte dos pais e dos irmãos. Mais tarde, através das várias relações que vai construindo com o mundo exterior, irá sofrer pressões de outros que não pertencem à família (professores, amigos, ídolos, etc.).

Tal influência reflecte-se na construção do Eu que representa a interiorização das atitudes das pessoas mais significativas (Harter, 1986). Assim, os efeitos sociais são um factor importante na edificação de pensamentos e comportamentos da criança (McGuire e McGuire, 1982; McGuire e McGuire e Cluever 1986).

Feiring e Taska (1996) deixam transparecer que é nas relações com os membros da família nuclear (pais, irmãos e avós) e, sobretudo nas relações com a mãe nos primeiros anos de vida, que se constrói o modelo de relações do Eu com os outros. Desta forma, traçam-se desde logo caminhos que levarão o sujeito num dado sentido e, para um determinado tipo de experiências que ajudarão a construir a sua personalidade.

A influência da família no ACF da criança parece ser um facto. Todavia, é importante considerar que o AC é um constructo multidimensional e, como tal, cada uma das suas dimensões pode ser influenciada de forma mais ou menos intensa.

*Hipótese 2: Existe agregação familiar na Actividade Física.*

Existem vários estudos (e.g. Rossow e Rise, 1994; Aarnio *et al.*, 1997 e Pereira, 1999) onde se verifica a presença de agregação parental para a AF. Todavia, Sá (2000) não encontrou qualquer tipo de agregação parental para a AF. Estamos na presença de uma amostra proveniente de um meio essencialmente rural onde, eventualmente, a desagregação familiar que se tem vindo a verificar na nossa sociedade não é muito evidente e, os contactos entre os diferentes elementos da família são mais próximos. Assim, estamos convictos de que essa influência existe.

Não só no AC, mas também na AF, parece que as famílias têm uma influência determinante. Segundo Haywood (1993), a participação em actividades físicas e desportivas depende de vários factores onde, estão englobados a família, os amigos e as condições sócio-económicas.

*Hipótese 3: O pai exerce mais influência do que a mãe no Auto-Conceito Físico e na Actividade Física.*

Lamb (1977); Lytton (1980); Main *et al.* (1985), referem que nas culturas ocidentais a mãe tem tendência a ser a figura preferida de afecto, enquanto o pai tem tendência a ser o colega preferido para jogar.

Os papéis desempenhados pelo pai são, substancialmente diferentes dos papéis desempenhados pela mãe. A função da mãe é vista como sendo de cariz mais expansivo e, caracterizada pela preocupação com as relações interpessoais, suporte emocional, dar cuidados e educação/formação. As relações com o pai são fundamentalmente instrumentais e de realização. Preocupam-se em primeiro lugar, com o domínio da competência (Feiring e Taska, 1996).

Vários autores (*e.g.* Clark-Stewart, 1980; Bronstein, 1984; Russel e Russel, 1987; Feiring e Taska, 1996) referem que os pais dispendem, proporcionalmente, mais tempo a jogar com os filhos do que as mães. O sistema de filiação e a função de jogo estão mais ligadas ao pai. Por outro lado, o jogo dos pais é mais físico, idiossincrático e emocional quando comparado com o das mães (MacDonald e Parke, 1984). Contudo, com o avançar da idade, o aumento das necessidades de jogo por parte dos filhos tende a levar a um maior desempenho por parte dos pais (Lewis e Winrunb, 1976).

Apontamos, desta forma, para uma maior influência dos pais no ACF e, na AF dos seus filhos.

### 1.3. ESTRUTURA DO TRABALHO

Este estudo está estruturado em oito capítulos que apresentamos de seguida:

#### CAPÍTULO I

Pretende-se apresentar, de forma resumida, o estudo.

#### CAPÍTULO 2

Apresenta-se os pontos de vista dos diferentes autores que consideramos mais pertinentes para a temática da agregação parental no ACF e na AF. Desta forma, pode-se entender até onde vai a associação entre pais e filhos. Ainda, percebemos o tipo de relação que se verifica entre estes dois construtos num ambiente comumente partilhado pela família.

### CAPÍTULO 3

Para além de efectuarmos a caracterização da amostra apresentando, os aspectos que consideramos mais relevantes, expomos a forma como a avaliação do ACF e da AF foi feita. Explicamos os procedimentos, técnicas e instrumentos utilizados no trabalho.

### CAPÍTULO IV

É feita a apresentação dos resultados depois de realizado o estudo estatístico dos dados.

### CAPÍTULO V

Neste capítulo os resultados obtidos são discutidos e confrontados com a literatura, de forma a entender-se, mais claramente, a inteligibilidade dos valores obtidos.

### CAPÍTULO VI

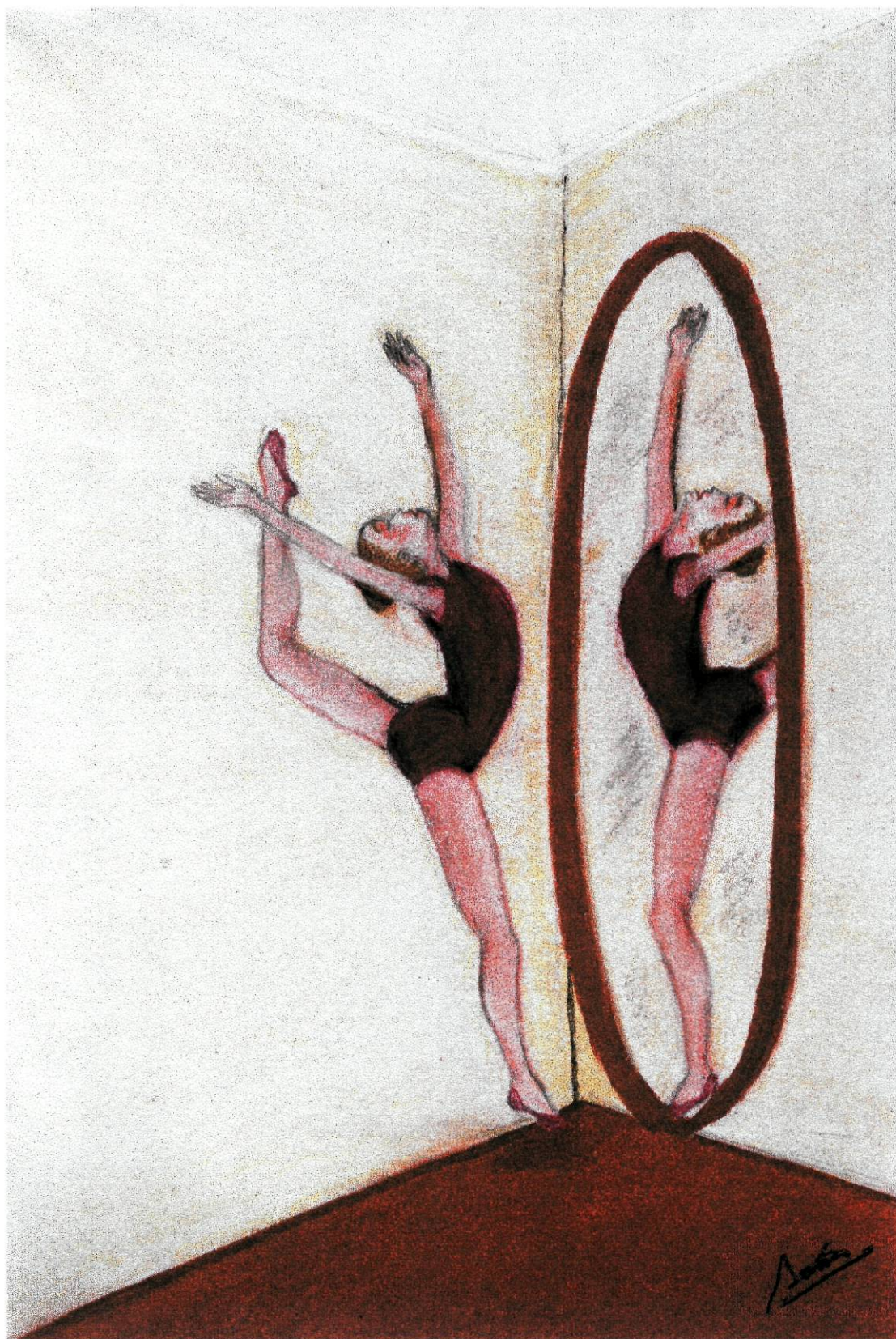
Refere-se às conclusões do estudo.

### CAPÍTULO VII

Contém as referências bibliográficas.

### CAPÍTULO VIII

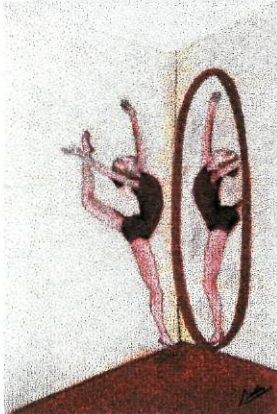
Contém os anexos.



## II. REVISÃO LITERATURA

## 2.1. AUTO-CONCEITO

### 2.1.1. DELIMITAÇÃO CONCEPTUAL DO AUTO-CONCEITO FÍSICO



Não existe ainda sintonia entre os diferentes autores acerca da definição do AC, o que acarreta dificuldades acrescidas na comparação do significado e implicações dos resultados provenientes da pesquisa sobre tal matéria. Constatamos que os termos mais utilizados são o AC e a AE. Contudo, as linhas orientadoras de Shavelson *et al.* (1976) sugerem pouco ou nenhum suporte empírico para a distinção inequívoca entre os dois conceitos.

Foi William James (1890/1963) o primeiro psicólogo a desenvolver uma teoria do AC. Apresentou pela primeira vez o modelo hierárquico e multifacetado do AC que foi depois proposto de forma mais abrangente por Shavelson *et al.* (1976) e testado empiricamente por Marsh e Shavelson (1985).

Para Shavelson *et al.* (1976) o AC pode ser entendido como sendo as auto-percepções que uma pessoa forma através da sua experiência, bem como as interpretações do seu envolvimento. Estas são influenciadas pelas avaliações dos outros significativos, reforços e atribuições para o seu comportamento. Os autores apontam sete aspectos críticos deste constructo multidimensional: 1. Organizado e estruturado; 2. Multifacetado; 3. Hierárquico; 4. Estável; 5. Desenvolvimental; 6. Avaliativo; 7. Diferenciável.

Para Marsh *et al.* (1983) o AC é uma organização de ideias, uma abstracção ou um padrão de percepções que assim revelam a essência do sujeito.

Também Faria e Fontaine (1990, 1992) sugerem que o AC se divide em dois aspectos: em termos gerais, como sendo a percepção que o indivíduo tem de si próprio; e em termos específicos, como sendo o conjunto de atitudes, sentimentos e conhecimentos acerca das capacidades, competências, aparência e aceitabilidade social próprias.

Contudo, Serra (1987) apresenta o AC como sendo um constructo integrador que leva a reconhecer a unidade, a identidade pessoal e a coerência do comportamento do indivíduo, independentemente da influência do meio ambiente.

Pondo de parte alguma diversidade e eventual ambiguidade na definição do AC, admitimos que é formado através de experiências com o envolvimento, com outros significativos e com as atribuições do seu próprio comportamento (Maia *et al.*, 1997).

Daqui podemos inferir que o ACF poderá ser definido como as auto-percepções que o sujeito tem das suas capacidades físicas e do seu corpo.

Pela análise que realizamos da literatura foi possível concluir que:

1. É aceite pela grande maioria da comunidade científica a natureza multifacetada do AC, assumindo também o ACF uma dimensão hierárquica e multidimensional;
2. Sempre existiu e continua a existir uma grande dificuldade em encontrar uma definição única e consensual para o AC, havendo múltiplas definições para este constructo com traços comuns e com aspectos que diferem entre si;
3. O AC é, simultaneamente, uma área de investigação e de conhecimento humano de grande importância para o entendimento das várias facetas da personalidade humana.

### 2.1.2. OPERACIONALIZAÇÃO DO AUTO-CONCEITO FÍSICO

Desde longa data que o AC tem ocupado uma posição de relevo para o entendimento do comportamento humano. Também se percebe que desde sempre tenha suscitado controvérsia e confusão dentro da comunidade científica, não pela importância que assume, mas sobretudo no sentido de se chegar a um consenso para uma definição clara e abrangente relativa a este constructo e à sua operacionalização.

Segundo Marsh e Hattie (1996) poder-se-á estabelecer uma analogia entre os modelos estruturais do AC e aos modelos correspondentes da inteligência. Em 1927, Spearman apresentou uma teoria de dois factores da inteligência. Neste modelo propôs que a *performance* numa tarefa particular depende de uma competência geral (*factor g*) e que cada tarefa particular tem um factor específico.

A Análise Factorial Confirmatória (AFC) e as diferentes técnicas estatísticas assumiram uma grande relevância para a testagem de várias hipóteses acerca dos diferentes modelos do AC. Maia *et al.* (1996) estão de acordo com esta afirmação quando apontam que, para a validação transcultural de um dado macro-constructo, a AFC assume grande importância. Dai que o LISREL seja um instrumento poderoso para podermos avaliar a qualidade da estrutura interna de instrumentos psicológicos (Maia e Graça, 1995). Ainda a este propósito, Shavelson *et al.* (1976) apontam três técnicas que consideram particularmente úteis na investigação do AC:

1. Análise factorial;
2. Análise de multitraço-multimétodo;
3. *Path analysis*.

Thurstone (1938) e, mais tarde, Thurstone e Thurstone (1941) aproveitaram os progressos da AFC para desenvolverem um instrumento nesta área. Em 1950 Vernon combinou a abordagem de uma competência geral (*factor g*) de Spearman

com a abordagem das competências mentais primárias de Thurstone, elaborando um modelo hierárquico de inteligência que viria a ser uma das bases para o modelo do AC de Shavelson *et al.* (1976).

Ao longo dos tempos tem-se reforçado a ideia de que o AC é um constructo que não pode ser adequadamente compreendido se a sua multidimensionalidade for ignorada, isto é, tem-se vindo a defender o aspecto convergente e discriminante das respostas do AC (*e.g.* Marsh e Smith 1982; Byrne, 1984; Marsh e Shavelson, 1985; Shavelson e Marsh, 1986; Byrne e Shavelson, 1988; Marsh e Richards, 1988; Marsh e Gouvernet, 1989; Marsh, 1990b; Marsh e McDonald-Holmes, 1990; Hattie, 1992).

Parece-nos importante fazer uma alusão ao ACF. Alguns instrumentos (*e.g.* AC de Tennessee) faziam a distinção entre as componentes física e não física do AC. Por outro lado, havia alguma confusão entre auto-percepções em áreas tão diversas, como a saúde, a aparência, a sexualidade, a resistência, a coordenação e a competência desportiva (Marsh e Richards, 1988).

As investigações mais recentes do ACF (*e.g.* Fox e Corbin, 1989; Sonstroem *et al.*, 1992; Marsh, 1993a; Marsh e Redmayne, 1994; Marsh *et al.*, 1994) defendem o ACF como um constructo hierárquico multidimensional no qual se verifica a existência de duas componentes: a componente física global e a componente física do domínio específico.

Deste modo, aponta-se para o modelo hierárquico do ACF, tal como já se verificava em relação ao AC.

Um dos problemas com que se deparam os investigadores nesta área relaciona-se com os instrumentos utilizados para fazer a avaliação do AC, isto é, torna-se necessário confirmar se o instrumento avalia o que na realidade queremos avaliar.

Sabemos que ao longo do tempo se foram construindo e aperfeiçoando instrumentos para realizar essa avaliação. Contudo, a grande maioria é fundamentada de forma pouco consistente, não conseguindo corporizar o que realmente pretendem. No artigo de revisão de Marsh e Hattie (1996), faz-se uma reflexão muito completa deste aspecto, apontando de forma clara os pontos fortes e fracos da maioria desses instrumentos, o que nos conduz para a ideia de que não é fácil obter um instrumento sólido para a avaliação do AC e nomeadamente do ACF.

Marsh (1994a) identificou vários instrumentos que, para além de pretenderem mostrar a multidimensionalidade do AC, possuem um conjunto de sub-escalas onde está patente a representação do ACF (*Self Rating Scale; Multidimensional Self-Concept Scale; Song e Hattie Test*). Ainda, Maia *et al.* (1997) apontam como instrumentos disponíveis o Physical Self-Concept (PSC) o Physical Self-Description Questionnaire Profile (PSPP) e, o Physical Self-Description Questionnaire (PSDQ).

Quando nos referimos ao PSDQ, instrumento utilizado neste estudo, devemos fazer referência ao SDQ (*Self-Description Questionnaire*) de Marsh *et al.* (1985), já que serviu de base para a sua elaboração (Marsh, 1993b; Marsh *et al.*, 1994). O SDQ veio dar estrutura corporal ao modelo apresentado por Shavelson *et al.* (1976), contribuindo para que desde então se aceitasse a visão multidimensional do AC com base numa estrutura sólida e cientificamente comprovada.

Este instrumento apresenta três variantes: SDQI (para pré-adolescentes), SDQII (para adolescentes) e SDQIII (para jovens adultos).

O PSDQ foi testado para a nossa realidade através de estudos que são uma referência neste domínio no nosso país (*e.g.* Almeida, 1995; Almeida *et al.*, 1996; Fontoura, 1996; Maia *et al.*, 1996 e Garganta, 2000). Estes conseguiram demonstrar

a forte robustez na validade de constructo da escala do ACF deste instrumento. De referir que o PSDQ também apresenta propriedades psicométricas que justificam a sua aplicação transcultural (Almeida, 1995).

Os instrumentos que referimos para avaliar o ACF (PSC, PSPP e PSDQ) foram comparados por Marsh (1994a) e Marsh *et al.* (1994), verificando-se que o PSDQ é o que mais avalia componentes do ACF.

O PSDQ tem como propósito fazer a avaliação da forma como os indivíduos se descrevem em termos físicos em relação a dois grandes pólos: o seu corpo e as suas capacidades físicas. É composto por 70 itens agrupados em 11 sub-escalas, sendo alguns dos itens expressos de forma positiva e outros de forma negativa.

## 2.2. AGREGAÇÃO PARENTAL NO AUTO-CONCEITO FÍSICO E NA ACTIVIDADE FÍSICA

### 2.2.1. AGREGAÇÃO PARENTAL NO AUTO-CONCEITO FÍSICO

Quando se pensa em agregação no AC, nomeadamente no ACF, ressalta a convicção de sermos seres altamente sociais, com capacidade para nos moldarmos ao grupo ao qual pertencemos e, como tal, capazes de adquirirmos características próprias desse mesmo grupo (por exemplo, os hábitos alimentares ou linguísticos). Estas características serão tanto mais particulares quanto mais especificarmos o grupo ao qual pertencemos, isto é, se pensamos em termos de um país, uma região ou uma família. Temos como exemplo o facto de algumas famílias rezarem antes das refeições como forma de agradecimento pelos alimentos, acto que na maioria das vezes passa de pais para filhos.

Segundo Feiring e Taska (1996) o AC familiar tem uma larga associação com os aspectos sociais e com o envolvimento. No que respeita aos aspectos sociais, os autores destacam o Eu social e o sistema familiar como sendo uma rede social entre crianças e adultos; no que se refere ao envolvimento, apontam para o facto do AC familiar se alterar com o desenvolvimento da criança. De igual modo, Faria e Fontaine (1990, 1992) referem os contextos da vida, nomeadamente o meio e os reforços provenientes dos outros significativos.

Para Schneider (1994), grande parte da competência social dos filhos é devida à influência familiar e à relação Mãe/Filho. Esta, assume um relevo especial, já que os *skills* aprendidos nas primeiras interações com a mãe e a segurança resultante de um relacionamento satisfatório são aplicados em contactos posteriores com os pares e em relacionamentos interpessoais íntimos. Também Markus e Cross (1990) referem a grande importância de que se reveste a relação da criança com a mãe.

McDonald e Parke (1984) demonstraram que o envolvimento dos pais na AF das crianças estava associada a resultados benéficos; Hops e Finch (1985), Carson

(1991) defendem que a competência social dos filhos pode ser influenciada pelas expressões emocionais da família ou pelas interações que se verificam, nomeadamente, entre mãe e filho(a).

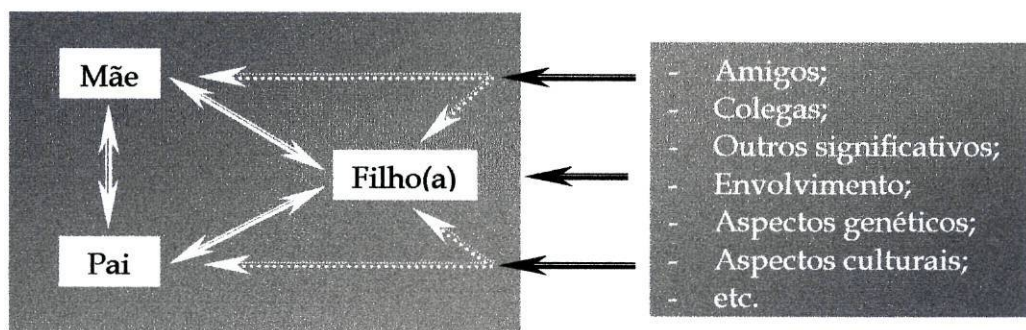
Verificamos que as atitudes entre os diferentes membros da família, e sobretudo da mãe para com o filho, assumem grande importância para o tipo de relacionamentos e provavelmente de competências do futuro adolescente e adulto. Assim, a constelação familiar assume-se como uma das maiores determinantes do comportamento social da criança (Schneider, 1994).

Podemos então constatar que, para além de sermos seres fortemente influenciáveis pelo mundo social que nos rodeia, estamos largamente dependentes do que nos pode ser transmitido pela família (que também faz parte desse mundo) quer por via genética, quer por influência cultural. Também Schneider (1994) considera que as semelhanças existentes na competência social entre a criança e os seus pais podem ser explicadas pelos aspectos culturais e pela própria criança (aspectos genéticos). Porém, não nos devemos esquecer que a intervenção parental apenas pode ser benéfica para o indivíduo se for competente (Russel e Finnie, 1990).

A influência social tem sido apontada como um factor de grande importância para a construção deste complexo edifício que é a expressão da vida humana.

Sendo o AC um constructo psicológico, está dependente da influência exercida no seio da família e sobretudo da influência proveniente dos pais.

Figura 2.1. Teia social de influências



A figura 2.1, pretende representar a discussão efectuada até ao momento. Contudo, esta deve ter uma leitura flexível, no sentido de englobar outras influências, e está sujeita a interpretações distintas perante realidades também diversas, isto é, para determinadas famílias os diferentes agentes podem exercer níveis dispares de influência. Também a intensidade das relações entre os diferentes elementos de cada família podem ser substancialmente diferenciados.

Assim, a expressão da variância associada à avaliação dos aspectos psicológicos podem ser entendidos a partir de várias fontes de influência: genética, cultural, ambiental, etc., onde o ambiente comumente partilhado pela família se destaca.

#### 2.2.2. DETERMINANTES SÓCIO-CULTURAIS NO AUTO-CONCEITO

Os traços da personalidade de cada indivíduo são reflexo não só do ambiente familiar, mas também de outro tipo de influências, das quais destacamos as várias formas de *media*, outros significativos, tais como pais, amigos, treinadores e professores (Crain, 1996).

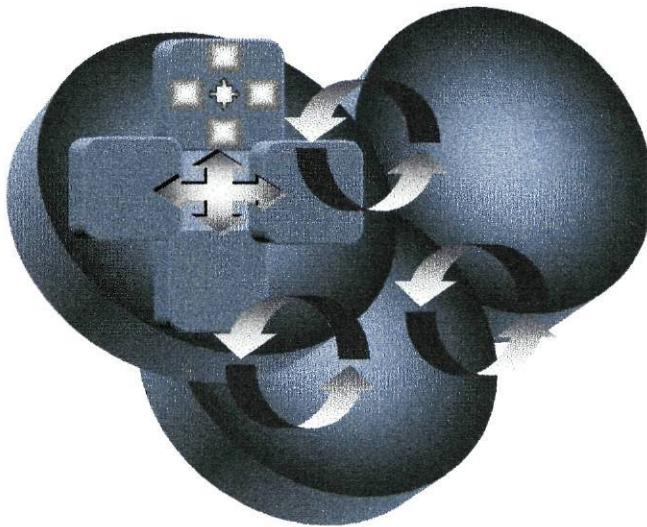
Assim sendo, o envolvimento cultural é importante para determinar o comportamento do sujeito (Triandis *et al.*, 1990), já que com o decorrer dos anos o leque de influências se vai alargando, deixando de estar circunscrito de forma tão vincada ao seio da família.

Deste modo, cada sujeito será o reflexo do meio social onde está enquadrado e a ligação com cada um destes quadros de influência irá ajudar a "moldar" a expressão da estrutura genética transmitida pelos pais, dando-lhe um cariz muito particular e que de certo modo fará com que cada indivíduo seja diferente de todos os outros. Pensemos, por exemplo, que mesmo entre gémeos monozigóticos Há diferenças que os distinguem, ainda que sejam fisiologicamente cópias.

Portanto, não será a idade, sexo ou etnia que mais influência exercem no AC (Crain, 1996), mas sim as experiências sociais. É desta forma que podemos entender algumas das diferenças que se verificam em domínios como o das habilidades físicas, da Matemática, da Literatura, etc.

Estamos a sugerir uma rede social onde cada elemento (pessoa) está ligado a outros, quer directa quer indirectamente, através de elos mais ou menos fortes, sofrendo vários tipos de influências. Feiring e Taska (1996) também nos falam desta rede social, nomeadamente da rede formada pela família e da importância que assume no desenvolvimento da criança. Sempre que existe algum tipo de ligação existe influência e aprendizagem entre os vários elementos.

Fig. 2.2. Rede social formada pelas famílias de uma comunidade.



Bogenschneider *et al.* (1998) defendem que, apesar de os adolescentes com o avançar da idade poderem tomar caminhos que os afastem dos pais, continuam, de algum modo, a procurar os seus conselhos, pelo que a influência parental ainda se faz sentir ao longo da adolescência. Youniss e Smollar (1985) e Bogenschneider *et al.* (1998), referem que os pais, muitas vezes, abdicam da sua responsabilidade

parental para tentarem funcionar num sistema muito semelhante ao dos amigos. Este facto pode enfraquecer a influência dos pais durante este período, passando para os outros significativos um papel de destaque. Contudo, fica a ideia de que a verdadeira influência parental se pode fazer sentir antes deste período e que os primeiros agentes de socialização (porventura os mais poderosos) serão os pais.

Há dois pontos a considerar: primeiro que a "base" biológica criada a partir da união dos aspectos genéticos do pai e da mãe, será moldada ao longo da vida através de processos sociais. Depois, que pais, professores e outros significativos exercem influências diferentes sobre as diferentes sub-escalas do AC e nos diferentes períodos etários.

### 2.2.3. INFLUÊNCIAS NA CONSTRUÇÃO DO AUTO-CONCEITO FÍSICO

Será que o ACF, ou a forma como o sujeito assume determinadas respostas nos domínios físicos, sofre algum tipo de condicionalismo devido ao que aconteceu nos primeiros anos da sua vida?

Parece que sim. Durante a infância e adolescência terão sido desenvolvidos esquemas mentais que poderão encaminhar o sujeito num sentido mais ou menos favorável à construção de um ACF com determinadas características. As relações que se estabelecem durante a infância no seio da família irão, também, contribuir de uma forma decisiva para a edificação de uma estrutura do AC e, nomeadamente, do ACF.

Não queremos sugerir que se porventura os pais não praticarem desporto, ou se não tiverem qualquer tipo de afinidade com esta área da vida social do Homem, os filhos sigam o mesmo caminho, ou tenham uma menor auto-percepção relativa às capacidades físicas. Sabemos que existem muitas famílias onde os filhos são desportistas, por vezes com um apreço muito elevado por determinado desporto,

e os pais aparentemente não têm qualquer tipo de ligação a este fenómeno. Então como surgiu o gosto dos filhos pela prática desportiva?

Vários aspectos podem ter alguma influência para que esta situação se verifique. Destacamos os *media*, outros significativos, "pressões sociais" e determinados comportamentos dos pais que, apesar de não exercerem influência directa, podem criar todo um conjunto de condições favoráveis a tais ocorrências.

Se Rosenberg (1985) atribui elevada importância aos outros no modo como nos percebemos, daí resultando consequências que podem determinar o nosso AC, ou até mesmo o ACF, Bogenschneider *et al.* (1998) aprofunda a questão, afirmando que os pais desempenham um papel importante na influência dos relacionamentos com os pares.

Este pode ser um mecanismo a partir do qual se criam condições para que a criança ou o adolescente, por influência dos pais, tente seguir uma linha de comportamento, semelhante à dos pares, onde a prática desportiva pode ser uma actividade de eleição. De igual modo, a forma como sente as suas competências, como vê o seu corpo ou como exprime os seus sentimentos, pode-se assemelhar à dos que fazem parte do seu mundo social.

Por vezes, os adolescentes rejeitam os conselhos dos pais e tendem preferencialmente a seguir a liderança dos pares, mas como afirmam Glynn (1981), Steinberg e Brown (1989), Brown *et al.* (1993), tal não significa que não aceitem os conselhos dos pais noutras circunstâncias, por exemplo, em relação à prática desportiva.

Nesta linha de pensamento devemos considerar que o AC pode ser alterado através de uma intervenção efectiva mantendo-se os efeitos obtidos, estando as dimensões específicas do AC mais relacionadas com determinado tipo de

intervenção mais afectadas do que aquelas que não estão tão relacionadas (Marsh *et al.*, 1986).

O AC pode ser influenciado de várias formas, das quais destacamos: 1. o ambiente familiar proporcionado; 2. relações interpessoais; 3. via genética.

A influência pode ser exercida de forma consciente ou inconsciente. A mãe, numa primeira fase da vida, passa o seu "perfume" ao filho, mesmo quando este ainda se encontra no útero materno, dotando-o de determinado tipo de conhecimentos e mesmo formas de sentir que jamais se apagarão; o pai, numa fase posterior, será o elemento preponderante para a experimentação de determinado tipo de sensações que farão com que o filho seja uma imagem, pelo menos em determinados campos, daquilo que são os seus progenitores.

#### 2.2.4. O PAPEL DOS PAIS NA EDIFICAÇÃO DE UMA EXPRESSÃO DO AUTO-CONCEITO

É inegável a existência de laços que ligam os filhos aos pais, que na maioria dos casos são de grande relevância, sendo a partir destes pontos que se podem desenhar traços da personalidade característicos de cada indivíduo.

De acordo com Rowe (1994), existem limites para que a influência parental se faça sentir. Isto é, não são apenas os pais a justificar a forma de ser e de estar dos filhos mas também, outros factores externos ao ambiente familiar. A este propósito, o autor considera que é importante ponderar duas formas distintas de influência provenientes dos pais: influência da hereditariedade e influência da transmissão de conhecimentos e aprendizagens. No que respeita aos aspectos exteriores ao ambiente familiar refere, por exemplo, o facto das crianças aprenderem por observação. Deixa-se em aberto o caminho para a forte influência de pessoas que não pertencem necessariamente ao contexto da família.

Estes limites da influência familiar são, de certo modo, aflorados por Scarr (1992) ao salientar que os pais, na maior parte das famílias, parece terem pouca influência no caminho que as suas crianças irão seguir em adultas.

Com estas linhas de pensamento queremos reforçar a ideia de diferentes tipos de influências oriundas de diferentes sectores.

Schneider (1994) aponta a socialização do comportamento por parte dos pais como sendo, na sua essência, uma parte integral da totalidade do processo natural de desenvolvimento, mas ressalva que a influência familiar pode ser importante se os pais providenciarem envolvimento substancialmente diferentes a filhos diferentes. Também o relacionamento da criança com os pais pode influenciar o desenvolvimento dos auto-atributos e competências (MacDonald e Parke, 1984; Hops e Finch, 1985; Markus e Cross, 1990; Carson, 1991; Furmen e Buhrmester, 1992; Allen *et al.*, 1994; Schneider, 1994).

Para Ogilvie e Ashmore (1991) as representações do Eu com os pais são as mais importantes durante a infância, relações que se tornam cruciais para o desenvolvimento futuro da unidade do Eu com os outros.

Feiring e Taska (1996) salientam que as relações existentes entre os pais e os filhos são, na maior parte dos casos, fortes de tal forma que, se por exemplo o pai morre cedo, a relação com o filho persiste no tempo, quer através da memória e imaginação, quer dos relatos dos outros.

Lamb (1977), Lytton (1980), Main *et al.* (1985) sugerem que nas culturas ocidentais a mãe tende a ser a figura preferida de afecto, enquanto o pai tende a ser o colega preferido para o jogo. Hops e Finch (1985) apresentam estudos que testemunham que algumas vezes a mãe tem mais influência do que o pai na competência social

dos filhos, ficando expressa a ideia que a relação pai-filho é diferente da relação mãe-filho.

Deste modo, verificamos que o pai e a mãe têm formas diferentes de se relacionarem com os seus filhos e, conseqüentemente, exercerão influências diferentes em diferentes momentos da vida. Por conseguinte, o pai e a mãe vão desenvolvendo papéis que são diferentes de acordo com a idade dos seus filhos.

#### 2.2.4.1. RELAÇÃO MÃE-CRIANÇA

Bhavnagri e Parke (1991) defendem que o jogo social das crianças é qualitativamente superior nos períodos de supervisão da mãe. Contudo, não nos devemos esquecer que o tipo de interacção patrocinada pelas mães pode ter efeitos substancialmente diferentes de acordo com o tipo de conselhos dados, isto é, se forem competentes ou não. As mães que estruturam positivamente uma situação de jogo dos filhos apresentam filhos cujo jogo social é mais feliz do que o daqueles cuja interacção das mães tinha falhado na providência de uma estrutura positiva (Denham *et al.*, 1991).

Portanto, parece existir uma relação causal entre a história da ligação da mãe com a criança e a competência social posterior com os pares, onde os *skills* aprendidos nas primeiras interacções com a mãe, bem como a segurança resultante de um relacionamento satisfatório, virão a ser aplicados, quer em contactos posteriores com os pares, quer nos relacionamentos interpessoais íntimos (Schneider, 1994).

Feiring e Taska (1996) afirmam ser o relacionamento com a mãe o primeiro que a criança constrói. Se esse relacionamento for bom, a criança irá desenvolver um senso competente e positivo do Eu e, como consequência, as suas relações sociais serão boas, embora o inverso também se verifique.

Muito do que acontece nos relacionamentos dos jovens, do que são e do que conseguem fazer, pode ser explicado, pelo menos em parte, pelo que se passou nos primeiros contactos com a mãe.

#### 2.2.4.2. RELAÇÃO PAI-CRIANÇA

De acordo com Feiring e Taska (1996) os pais diferem das mães, quer na quantidade de tempo que dispõem com os seus filhos, quer na qualidade das interações que se estabelecem. Os mesmos autores indicam que as mães dispõem mais tempo com os filhos enquanto mais novos, mas que isso não significa que os pais tenham menos importância do que as mães na construção do AC da família ou do AC global.

Ao longo dos tempos tem-se defendido que o sistema de filiação e a função de jogo estão mais ligados ao pai (Feiring e Taska, 1996), sendo o jogo dos pais mais físico. Tal sucede sobretudo quando as crianças são mais novas, já que com a idade o jogo tende a ser mais verbal.

Feiring e Taska (1996) apontam as relações com o pai e com os irmãos como sendo as mais importantes para as relações sociais da criança.

No entanto, e pelo atrás exposto, a influência do pai faz-se sentir também noutros domínios. O estudo levado a cabo por Almeida (1995) não exclui a hipótese de existir influência dos pais na melhoria do ACF.

### 2.2.5. AGREGAÇÃO PARENTAL NA ACTIVIDADE FÍSICA

Existe uma relação entre a AF e o AC, já que a prática regular de alguns tipos de AF devidamente orientada influencia positivamente o ACF, ou pelo menos algumas sub-escalas deste constructo.

Para Willis e Campbell (1982) os atletas têm um AC na habilidade física superior aos não atletas, podendo, na perspectiva de Marsh e Jackson (1986), apresentar um AC global ligeiramente superior ao dos não atletas. É que aqueles que praticam desportos têm uma percepção de si próprios como sendo mais competentes em desportos e jogos do que os não participantes em desportos organizados (Roberts *et al.*, 1981; Harter, 1982, citado por Ulrich, 1987).

Assim, será de toda a importância saber se existe algum tipo de agregação parental em relação à AF.

Deste modo, sugerimos a existência de uma relação forte entre as características da sociedade e o estilo de vida adoptado pelo indivíduo. Este tende a estabelecer uma hierarquia dentro das suas diferentes actividades (de entre as quais se podem englobar as físicas) por forma a fortalecer a autonomia e os contornos estruturais da sua personalidade (Dumazedier, 1973). Assim, entendemos que o ambiente vivenciado no seio da família pode ter um peso determinante nesta temática. Esta adaptabilidade do ser humano aos outros é, de certo modo, entendida por Lytton (1980). Este, considera que a forma como os pais lidam com os filhos depende muito das características do próprio filho. Ou seja, o pai tende a ajustar a sua forma de ser e estar perante o filho de acordo com as suas motivações.

Maia (1999) refere que as atitudes, os hábitos e os comportamentos de AF e aptidão que se promovem e se adquirem cedo, se transformam num forte capital acumulado e num estilo de vida saudável no adulto, facto que nos conduz para a ideia de que o ambiente familiar deve ser considerado importante na

transmissibilidade e criação de hábitos e atitudes que se perpetuem ao longo da vida.

Vários autores (*e.g.* Moore *et al.*, 1991; Sallis e McKenzie, 1991; Kuh e Cooper, 1992; Stucky e Dilorenzo, 1993; Armstrong, 1998) defendem a promoção dos hábitos de AF como os maiores cuidados a ter com as crianças, hábitos esses que serão mantidos durante a juventude e a vida adulta.

Pate *et al.* (1994) e Sallis e Patrick (1994) referem a necessidade de existir uma prática regular de AFD no contexto familiar, como forma de se poderem desenvolver hábitos de prática que permaneçam ao longo da vida. Se tal acontecer os hábitos adquiridos durante a infância podem ser levados até à vida adulta, criando-se, deste modo, condições para que o sujeito permaneça activo.

No entanto, os níveis de actividade física que a criança ou o jovem possuem não são apenas determinados por um único factor, mas antes por um conjunto de variáveis (Gudykunst *et al.*, 1987; Perpina, 1989). Sallis *et al.* (1992), falam-nos de dois tipos de influências, sociais e biológicas.

Sallis *et al.* (1992) apontam os pais como sendo uma influência importante na relação que os jovens têm com o desporto. De igual modo, Dishman e Buchworth (1996) referem, para além de outras variáveis, o contexto social e nomeadamente a família como tendo efeitos positivos no incremento da AF.

Stucky e Dilorenzo (1993) constataram que através da aprendizagem social as crianças aumentam os seus níveis de AF. Fica expressa a ideia de que essa aprendizagem pode ter início no seio da família, isto é, poderão ser os pais os grandes impulsionadores da aquisição de determinados hábitos que permanecerão pela vida fora. Como diz Neto (1997), a criação de hábitos saudáveis começa nas primeiras idades. Contudo, pensamos que esses hábitos

apenas serão mantidos se essas influências forem competentes e suficientemente fortes por forma a que deixem marcas positivas na criança.

Não são apenas os aspectos de cariz genético que influenciam o tipo de atitudes ou relacionamentos dos jovens com a AF, mas também os factores sociais. Sá (2000) salienta que a natureza e extensão do envolvimento das crianças e jovens com a AF depende do sistema de crenças e expectativas mantidas pelos seus pais, apontando para uma forte possibilidade de influência parental na AF desde idades baixas.

A influência social parece assumir um papel de relevo em vários tipos de aprendizagens realizadas pelo ser humano, sendo que em relação à AF essa influência vem sobretudo da família, escola, grupo de pares, etc. (Freedson e Evenson, 1991; Wold e Hendri, 1998).

Pérusse *et al.* (1989) levaram a efeito um estudo onde foram previamente definidos dois tipos de AF. Num primeiro grupo estavam englobadas as AF diárias (escrever, ver TV, actividades recreativas, etc.) e era pontuado numa escala de 1 a 5; No segundo grupo estavam englobadas actividades onde o gasto energético era 5 vezes maior que a taxa metabólica em repouso. Os resultados do estudo indicam que existe um forte efeito genético ao nível da AF habitual e que a influência dos aspectos sociais se torna mais evidente para as AF mais organizadas.

Em ambos os casos, quando os pais têm um contacto permanente com os seus filhos, exercem uma influência importante nas questões relacionadas com a AF.

Sá (2000) aponta as influências sociais e psicológicas como muito importantes no gosto que as crianças podem ter em relação à AF, pelo que os pais assumem um papel de destaque na socialização desportiva.

Pelo que temos apresentado em relação à agregação parental na AF, verificamos que ela se pode verificar e que existem dois pontos chave a considerar: num primeiro plano são os aspectos genéticos e sociais a exercerem influência no tipo de atitudes e sentimentos que o sujeito pode ter relativamente à AF (para determinadas áreas da AF serão os aspectos genéticos a exercerem a maior influência e para outras serão os factores sociais); num outro plano, que não está dissociado do primeiro mas antes o complementa, estão os pais que, fazendo parte duma complexa rede social, se apresentam como elementos preponderantes na construção de determinadas atitudes psicológicas e físicas dos seus filhos.

Para Wold e Hendri (1998) a família, o grupo de pares e a escola são os maiores agentes de socialização para a AF.

A intensidade com que a influência exercida pelos pais se faz sentir depende de um conjunto de factores que devemos considerar, dos quais destacamos: o número de horas que os pais passam com os seus filhos; o estatuto sócio-cultural; o tipo de sociedade a que pertence, já que as normas e os valores de uma sociedade têm um efeito profundo no comportamento dos membros dessa sociedade (Wold e Hendri, 1998); a idade dos pais e dos filhos e o número de sujeitos do agregado familiar. Assim, cada sujeito assume-se como o reflexo de um determinado número de factores que caracterizam o meio a que pertence.

#### 2.2.6. INFLUÊNCIA GENÉTICA NA AGREGAÇÃO FAMILIAR

Quando falamos em agregação familiar no ACF não podemos esquecer que em cada família existe uma história assente em raízes culturais, ambientais e genéticas. Qualquer um destes aspectos pode influenciar o ACF, ou seja, é responsável por uma parte da moldagem da personalidade humana. Se é verdade que em determinadas fases da vida do indivíduo qualquer um destes factores pode exercer uma maior supremacia sobre os outros, não é menos verdade que o

legado genético poderá ser a base sobre a qual assenta, também, toda a edificação das características psicológicas.

Contudo, é a cultura que faz com que o ser humano seja diferente de todos os outros, já que se pode educar de forma inteligível, criando uma cultura própria. Ou seja, o ser humano tem a capacidade de reflectir acerca dos seus actos e acerca do caminho que quer seguir. Assim, acreditamos que a herança genética que possuímos será a matéria prima a moldar durante o nosso processo de crescimento e desenvolvimento. Isto, faz com que a influência parental se possa processar por duas vias: a genética e a social.

Vários autores (*e.g.* Martin *et al.*, 1986; Plomin e Bergeman, 1991; Truett *et al.*, 1992; Rowe, 1994; Billing *et al.*, 1996; DiLalla e Bishop, 1996; Gjone *et al.*, 1996; Posner *et al.*, 1996) defendem que os aspectos genéticos são importantes na transmissão de determinado tipo de características que fazem parte da personalidade do sujeito e dos diferentes tipos de atitudes sociais que este assume.

A transmissão genética assume-se como um marco fundamental do impacto dos pais na competência social dos filhos (Schneider, 1994), mas essa transmissão não é tão forte que por si só evite a possibilidade de uma influência igualmente forte do envolvimento.

Logo, não devemos partir para um entendimento com uma única perspectiva e pensar que são apenas os factores genéticos a exercer influência sobre os aspectos psicológicos. Como refere Scarr e McCartney (1983), níveis de diferentes variáveis psicológicas de filhos e pais estão altamente correlacionados, porque os filhos recebem tanto os genes como a influência do envolvimento que têm com os seus pais. Por seu lado, também DiLalla e Bishop (1996) sugerem que, à medida que a criança cresce, o envolvimento começa a assumir uma maior importância sobre o

desenvolvimento da criança, verificando-se uma correlação reactiva gene/envolvimento.

Esta linha de pensamento é igualmente sugerida por Rowe (1994), Posner *et al.* (1996) e Rocha (2001) que apontam quer os canais envolvimentoais, quer a componente genética como actuando sobre as atitudes sociais. Perante esta situação pensamos que o constructo AC e concretamente o ACF pode ser construído tendo por base estes aspectos.

Biling *et al.* (1996) apresentam um elevado número de estudos que apontam no sentido de uma importante influência genética nos vários aspectos relacionados com a personalidade, facto que reforça a ideia de que não serão apenas os aspectos envolvimentoais, culturais, genéticos ou de outra ordem a influenciarem os comportamentos psicológicos. Fica-nos a sugestão de que todos estes aspectos exercerão influência, sendo que essa influência será mais vincada por parte de alguns destes aspectos em determinadas fases do desenvolvimento humano.

Assim, cria-se todo um quadro de influências que, em nosso entender, faz com que o ser humano se enriqueça mais e se justifique a si próprio como altamente complexo e diferente dos outros animais devido, sobretudo, aos aspectos culturais. É a cultura que faz com que as influências exercidas pelos progenitores sejam mais fortes e duradouras e sobretudo que se mantenham presentes ao longo de toda a nossa vida.

Diremos, para concluir, que o legado genético é o barro, sendo a cultura e os aspectos ambientais, entre outros, o oleiro.

### 2.2.7. RELAÇÃO ENTRE ACTIVIDADE FÍSICA E AUTO-CONCEITO FÍSICO NO SEIO DA FAMÍLIA

Já vimos que o AC está dependente de um conjunto de experiências que o indivíduo vai tendo ao longo da vida.

O modo de ser e estar em determinados domínios da vida social da criança passa não só pelos aspectos genéticos que são transportados ao longo das gerações, mas também pelas influências sociais que acontecem nos primeiros anos de vida da criança, sobretudo as que dizem respeito à relação com os pais.

Diremos então que, pelo menos em parte, os pais exercem influência sobre o ACF dos filhos, quer pelo ambiente social que criam no seio da família, quer por todo o conjunto de experiências extra-familiares que lhes proporcionam.

Na realidade a participação em actividades físicas desportivas depende de factores como a família, amigos, situação social e atributos pessoais (Haywood, 1993). Acrescentamos o facto de a influência dos pais ser um dos factores directamente ligados à prática desportiva e que pode contribuir para a melhoria do ACF (Almeida *et al.*, 1996).

Para Haywood (1993), os pais podem ser um elemento importante e mesmo insubstituível no aumento do AC das crianças e jovens de duas formas: primeiro permitindo-lhes a participação em actividades desportivas que os possam conduzir ao sucesso e, segundo, fornecendo informações acerca do progresso dos seus educandos.

O AC pode ser entendido como um elemento fundamental a ser considerado no domínio da participação desportiva, concretamente na percepção do corpo físico e das capacidades físicas (Fox e Corbin, 1989; Fox, 1990; Haywood, 1993; Marsh, 1994a; Marsh e Redmayne, 1994; Biddle, 1997; Maia *et al.*, 1997).

Fox (1990) e Ebbeck e Stuart (1993) referem que a forma como percebemos as nossas capacidades nos ajuda a encarar determinada situação, sendo um factor a que os pais não serão alheios. Por outro lado, Marsh (1994a) refere que as capacidades físico-desportivas e a aptidão física são influenciadas pelo AC, podendo ser um elemento facilitador nos aspectos relacionados com a participação em actividades físicas.

Marsh e Jackson (1986), Marsh e Peart (1988) e Marsh (1990a, 1993c) mostraram que as intervenções ao nível do *fitness* físico estão relacionadas com o AC das habilidades físicas e pouco relacionadas com o AC em áreas não físicas. Sallis e Patrick (1994) referem a existência de alguns estudos que apontam para associações entre a actividade física e algumas variáveis psico-sociais na adolescência, de onde se destaca o AC. Também, Bane e McAuley (1998) referem que os motivos que influenciam as pessoas a praticar exercício físico são, fundamentalmente, a alteração da sua imagem corporal, da sua aparência ou, da sua noção do Eu.

Destas análises não podemos excluir o facto de que cada pessoa, quando confrontada regularmente com determinado tipo de situações, aprende a lidar com mais facilidade com elas, isto é, passa a conhecer melhor as suas possibilidades nesse domínio, e sempre que entra nesse contexto consegue adequar com mais facilidade a resposta mais eficaz a cada situação. Para Sparks (1997), através da prática de AF, pode-se promover uma percepção mais adequada da competência física que se lhe encontra associada.

Parece existir algum tipo de agregação parental no ACF e na AF no seio das famílias. Esta agregação em relação à AF foi demonstrada por Freedson e Evenson (1991) e em Portugal por Pereira (1999).

Haywood (1993) aponta a família como sendo um dos factores que influencia a participação do indivíduo nas AFD, o que nos conduz para a ideia de que se a influência parental se verificar neste domínio, tem algum suporte o facto de que pelo menos em algumas das sub-escalas do ACF aconteça o mesmo.

A relação existente entre AF e ACF tem por base uma relação forte e de mutualidade, isto é, um aumento da AF em quantidade e em qualidade poderá influenciar de forma positiva o ACF (Marsh e Jackson, 1986; Bouchard e Shephard, 1994; Maia, *et al.*, 1997; ACSM, 2000), pelo menos em algumas das suas sub-escalas.

A bibliografia (*e.g.* Willis e Campbell, 1982; Marsh e Jackson, 1986; Marsh e Redmayne, 1994; Kamal *et al.*, 1995; Almeida *et al.*, 1996) aponta para um AC mais elevado dos atletas quando comparados com os não atletas. Marsh (1993b) defende que as actividades físicas podem ser um elemento facilitador na conquista de objectivos que englobem o ACF.

Se conseguirmos melhorar o ACF do sujeito, pode-se conseguir uma tendência mais elevada para a prática de AFD, podendo o inverso também acontecer.

Temos visto que para o desenvolvimento humano, nomeadamente para a construção das percepções que o indivíduo possui do Eu, são importantes os aspectos genéticos. Contudo, os aspectos culturais e sociais onde o indivíduo está inserido assumem também um papel de destaque, devendo ser um campo de intervenção pedagógica para a resolução de problemas de cariz individual (Gold, 1987).

Parece-nos que os pais podem influenciar o ACF através de algumas variáveis psico-sociais e da prática de AF que por sua vez irão influenciar o ACF

## 2.2.8. COMO ENTENDER A AGREGAÇÃO PARENTAL NO SEIO DA FAMÍLIA?...

Para termos uma ideia mais clara e consistente das questões da agregação familiar sugerimos, a figura 2.3. Não nos podemos cingir a uma única forma de entender a agregação parental. Do nosso ponto de vista, ela assume contornos de permanente transformação e movimento.

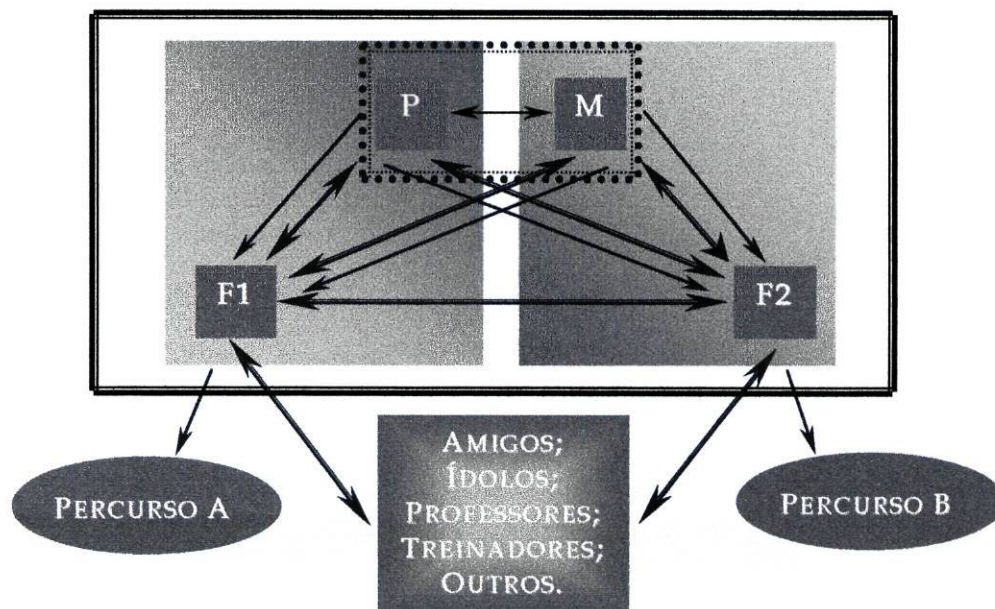


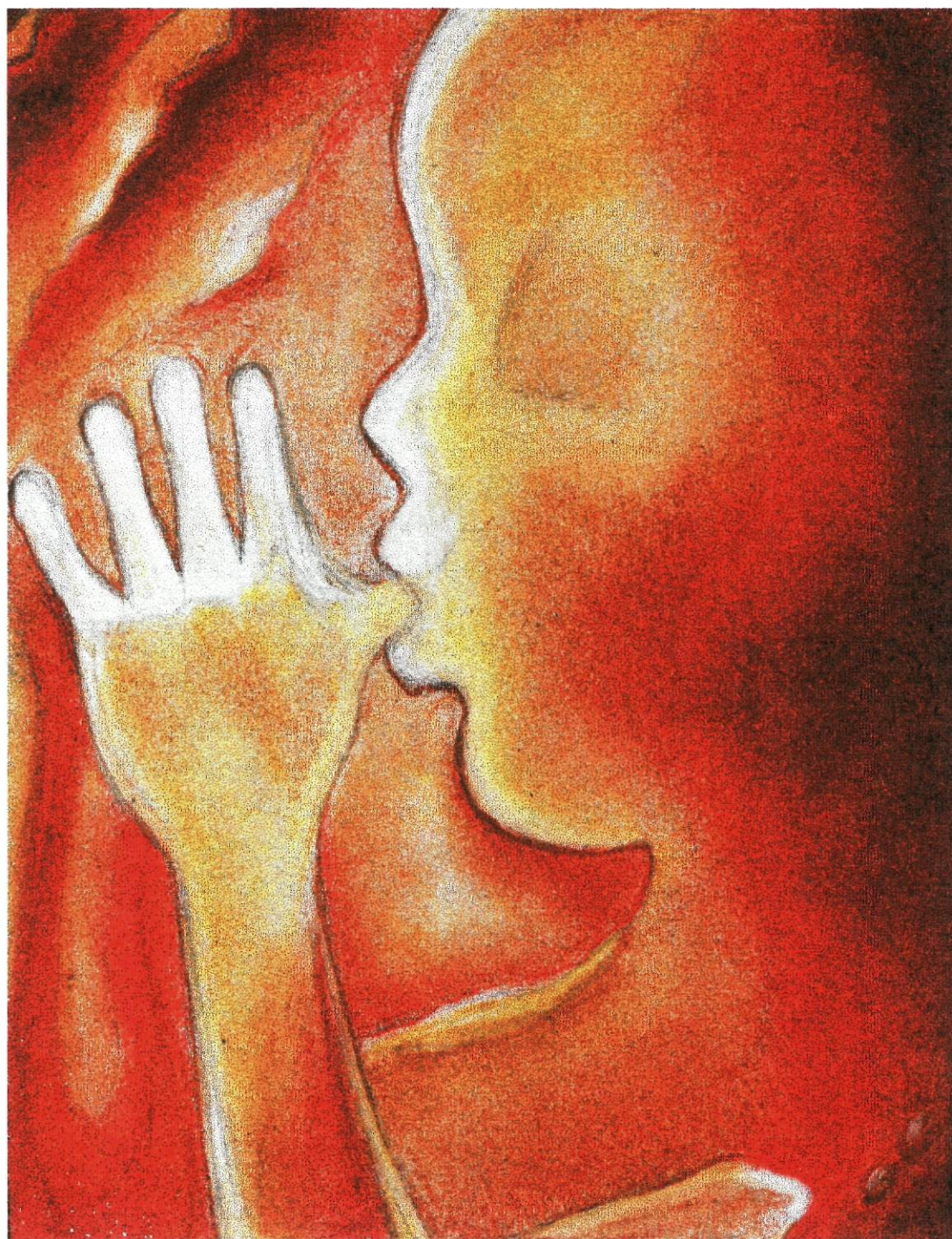
Fig. 2.3. Hipótese da agregação parental.

Legenda: —> - factores de ordem genética; - - -> - factores de ordem social; ·····> - relação não relevante para o estudo; F1- filho mais velho; F2- filho mais novo; M- mãe; P-pai.

As influências que actuam sobre os filhos podem surgir de um meio exterior ao ambiente familiar e do interior da própria família - pai, mãe, irmãos. Assim, os pais exercem essa influência pela via sócio-cultural -conhecimentos, atitudes e aprendizagens- e, também, pelos seus genes. A intensidade com que influenciam cada um dos filhos, quer por uma via, quer por outra, pode variar de acordo com um elevado número de factores: idade, sexo, problemas de saúde, etc. Também, as características positivas ou negativas da personalidade dos pais, podem ser "absorvidas" pelos filhos e, funcionarem como factores de influência.

No interior da família, constroem-se diferentes relacionamentos (Pai-F1, Mãe-F1, Pai-F2, Mãe-F2, etc.). Conclui-se que os limites da influência parental sejam diferentes entre os diferentes elementos de uma mesma família.

Também, podem surgir influências do mundo exterior. Por exemplo, as crianças podem aprender por observação e imitação (Rowe, 1994). Há quem sugira a possibilidade de família não exercer uma influência tão elevada em favor de outras pressões sociais ou, até mesmo ambientais. Rowe (1994) reforça a ideia de as experiências na família poderem diminuir de importância à medida que outras fontes aumentam.



*Handwritten signature*

### III. METODOLOGIA

## 3.1. CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA



14 e os 18 anos.

A amostra é constituída por 178 alunos da Escola Secundária de Cantanhede e da Escola EB 2, 3 Carlos de Oliveira de Febres, bem como pelos respectivos pais biológicos. Os alunos são estudantes dos 9º, 10º, 11º e 12º anos de escolaridade e têm idades compreendidas entre os

Quadro 3.1. Número de sujeitos participantes no estudo.

Designação	Número de sujeitos participantes no estudo
Famílias pertencentes aos rapazes	74
Famílias pertencentes às raparigas	104
Total de famílias	178

Os Quadros 3.2. e 3.3. fornecem-nos informações mais detalhadas acerca das características da amostra.

Quadro 3.2. Média de idades em anos decimais.

Sujeitos	Média / $\pm$ dp	Intervalo de Idades
Filhos	15.57 $\pm$ 1.24	14 - 18
Pais	44.98 $\pm$ 6.59	34 - 73
Mães	41.89 $\pm$ 5.82	33 - 68

Quadro 3.3. Número e Percentagem de Sujeitos que praticam Desporto

	Filhos praticantes	Pais praticantes	Mães praticantes
nº. de sujeitos	114	52	24
% de sujeitos	64	29.2	13.5

No que respeita à distribuição da amostra pelos diferentes níveis sócio-económicos, observa-se que em relação às mães é o grupo 5 - *Pessoal dos Serviços e*

*Vendedores*- aquele que engloba um maior número de elementos. Em relação aos pais são os grupos 4 -*Pessoal Administrativo e Similares*- e 7 -*Operários, Artífices e Trabalhadores Similares*- os que abrangem mais sujeitos.

Quadro 3.4. Estatuto sócio-económico das famílias (Baseado na Classificação Nacional de Profissões-1994 - CNP)

CNP	G1	G2	G3	G4	G5	G6	G7	G8	G9	Total
Mãe	0 0%	11 6.2%	6 3.4%	20 11.2%	111 62.4%	4 2.2%	22 12.4%	0 0%	4 2.2%	178
Pai	0 0%	4 2.2%	3 1.7%	48 27%	25 14%	13 7.3%	61 34.3%	19 10.7%	5 2.8%	178
Total	0 0%	15 8.4%	9 5.1%	68 38.2%	136 76.4%	17 9.6%	83 46.6%	19 10.7%	9 5.1%	356

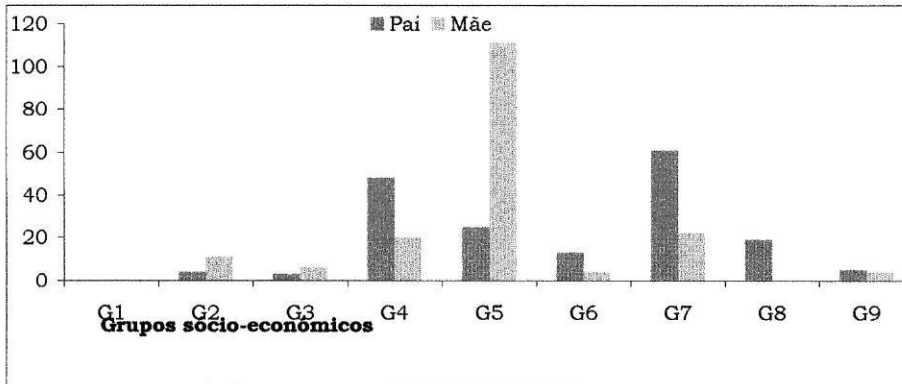
O quadro 3.5. mostra como são distribuídas as diferentes profissões pelos respectivos grupos sócio-económicos.

Quadro 3.5. Grupos profissionais (CNP-1994)

Grupos sócio-económicos	Profissões
G1	Quadros superiores da administração pública, dirigentes e quadros superiores de empresas, especialistas de profissões intelectuais e científicas.
G2	Especialistas das profissões intelectuais e científicas.
G3	Técnicos e profissionais de nível intermédio.
G4	Pessoal administrativo e similares
G5	Pessoal dos serviços e vendedores.
G6	Agricultores e trabalhadores qualificados da agricultura e pesca.
G7	Operários, artífices e trabalhadores similares.
G8	Operadores de instalação e máquinas e trabalhadores de montagem.
G9	Trabalhadores não qualificados

Pela apreciação do gráfico 3.1. podemos salientar a não existência de qualquer sujeito no grupo 1 -*Quadros Superiores da Administração Pública, Dirigentes e Quadros Superiores de Empresas*- bem como o facto de para a globalidade da amostra a maioria dos sujeitos pertencer ao grupo 5 (76.4%). Os grupos sócio-económicos mais elevados são pouco representativos e os grupos 4, 5 e 7 são os mais representativos.

Gráfico 3.1. Grupos sócio-económicos da amostra



### 3.2. AVALIAÇÃO DOS ÍNDICES DE ACTIVIDADE FÍSICA HABITUAL

Para o tempo dispendido em AF foram atribuídos cinco *scores* que apresentamos no Quadro 3.6.

Quadro 3.6. *Scores* relativos às horas semanais de prática utilizados para medir os índices de AF

Horas de prática por semana	1	1-2	2-3	3-4	>4
<i>Scores</i>	0.5	1.5	2.5	3.5	4.5

Para analisar a prática desportiva durante o ano utilizou-se o mesmo procedimento (Quadro 3.7).

Quadro 3.7. *Scores* relativos aos meses de prática por ano utilizados para medir os índices de AF.

Horas de prática por semana	1	1-3	4-6	7-9	>9
<i>Scores</i>	0.04	0.17	0.42	0.67	0.92

Deste modo, fomos calcular o  $I_9$  que pretendia espelhar um *score* simples para a prática desportiva, através da seguinte fórmula:

$$I_9 = \sum (\text{Intensidade} \times \text{Tempo} \times \text{Proporção})$$

Daqui, partimos para o cálculo dos *scores* dos vários índices de AF:

$$\text{IAFD} = [ I_1 + (6 - I_2) + I_3 + I_4 + I_5 + I_6 + I_7 + I_8 ] / 8$$

$$\text{IAFD} = [ I_9 + I_{10} + I_{11} + I_{12} ] / 4$$

$$\text{IAFD} = [ (6 - I_{13}) + I_{14} + I_{15} + I_{16} ] / 4$$

Para quantificarmos os índices de AF e a energia dispendida pelos três grupos da amostra foi utilizado o procedimento proposto por Montoye *et al.* (1996).

Partindo da utilização do *Baeche Questionnaire* atribuímos um número de código de 1-3 para a profissão, depois para as questões 2, 3, 4, 5, 12, 13, 14, 15, e 16, mediante o tipo de resposta dada, quantificámos a resposta de 1 a 5, sendo o 1 o mais baixo e 5 o mais elevado. Para as questões 6, 7, 8, 10 e 11 invertemos esta ordem.

A questão 9 estava sub-dividida em seis alíneas: três para a prática de uma primeira modalidade desportiva e outras três para a prática de uma segunda modalidade desportiva. Os três pontos da questão 9.1 e 9.2 referiram-se à intensidade do exercício (de acordo com o tipo de desporto praticado), ao tempo dispendido na prática e à proporção dessa prática durante o ano.

Para a intensidade foram atribuídos três valores diferentes: 0.76 Mj/h - 1.26 Mj/h - 1.76 Mj/h, de acordo com o tipo de desporto praticado. Por exemplo, no primeiro valor englobaríamos desportos como Pesca, Caça, andar a pé; no segundo, a Natação, Ginástica, Atletismo, Ciclismo; no terceiro, Futebol, Luta, Musculação. O dispêndio energético varia de indivíduo para indivíduo dentro de uma mesma modalidade desportiva Baecke *et al.* (1982). Todavia, as questões 10 e 11 minimizam possíveis falhas no estudo desta situação.

Este instrumento já foi utilizado em Portugal para a realização de diversos estudos (Cachapuz, 1998; Pereira, 1999; Sá, 2000) o que confere um elevado grau de fiabilidade na obtenção dos dados em populações que são diferentes da original.

Este questionário permite a recolha de uma elevada quantidade de informação, é de fácil aplicação e de custos monetários reduzidos.

As avaliações decorreram durante os meses de Abril, Maio, Junho, Setembro e Outubro de 1999.

### 3.3. AVALIAÇÃO DO AUTO-CONCEITO FÍSICO

O PSDQ foi desenvolvido por Marsh (1993b) e tem como objectivo avaliar o modo como as pessoas se descrevem fisicamente não apenas em relação ao seu corpo, mas também no que concerne à sua aptidão física.

A estrutura do PSDQ parte de um conjunto de 70 itens que estão organizados em 11 sub-escalas de resposta tipo *Lickert*. Alguns dos itens são expressos de forma positiva e outros de forma negativa.

No quadro 3.8 estão representadas as diferentes sub-escalas com os números dos itens que lhes correspondem.

Quadro 3.8. Diferentes sub-escalas do PSDQ e respectivos itens.

Sub-escalas	Itens
Saúde	1* - 12* - 23* - 34 - 45* - 56* - 67* - 69
Coordenação	2 - 13 - 24 - 35 - 46 - 57
Actividade Física	3 - 14 - 25 - 36 - 47 - 58
Gordura Corporal	4* - 15* - 26* - 37* - 48* - 59*
Competência Desportiva	5 - 16 - 27 - 38 - 49 - 60
Físico Global	6 - 17 - 28 - 39 - 50 - 61
Aparência	7 - 18 - 29 - 40* - 51 - 62*
Força	8 - 19 - 30 - 41* - 52 - 63
Flexibilidade	9 - 20 - 31* - 42 - 53 - 64
Resistência	10 - 21 - 32 - 43 - 54 - 65
Auto-estima	11 - 22* - 33* - 44* - 55 - 66 - 68* - 70*

(\*) Itens de carácter negativo

Para a análise das respostas obtidas em cada uma das sub-escalas foi utilizado o procedimento recomendado por Marsh *et al.* (1994) que consiste em três passos

fundamentais: (1) agrupamento dos itens dois a dois depois de se inverterem os itens de carácter negativo; (2) adicionam-se os valores obtidos nos pares resultando a média para cada um dos pares; (3) os dois primeiros itens formam o primeiro par, os dois seguintes formam o segundo par e assim por diante. Este procedimento tem por objectivo aumentar a fiabilidade dos itens.

O PSDQ foi desenvolvido para uma realidade diferente da nossa, a australiana. Assim, foi fundamental fazer a validação transcultural para a população portuguesa. Apoiámo-nos em Almeida (1995) que realizou essa validação num estudo onde se pretendia verificar a relação entre o AC e a AF. De salientar que outros estudos já foram feitos em Portugal com a utilização deste instrumento (Fontoura, 1996; Maia *et al.* 1996; Garganta, 2000) tendo sido obtidos resultados consistentes com os do estudo original.

#### 3.4. PROCEDIMENTOS ESTATÍSTICOS

Para o estudo do ACF:

Para determinar a significância da agregação familiar no ACF fizemos um teste à estrutura multivariada do ACF, utilizando o procedimento estatístico MANOVA. A análise da consistência interna de cada sub-escala foi feita tendo por base o teste do  $\alpha$  de Cronbach. Utilizamos também a Análise Factorial Confirmatória para obter a correlação entre os factores.

Para o estudo do AF:

Utilizamos as tabelas de dupla entrada e o teste F que compara a média dos quadrados entre famílias relativamente à média dos quadrados intra-famílias

O *Software* estatístico utilizado foi o EXEL 97, LISREL 8.12 e o SPSS 10.0 tendo o nível de significância sido mantido em 5%.



#### IV. APRESENTAÇÃO RESULTADOS

#### 4.1. AGREGAÇÃO FAMILIAR NO AUTO-CONCEITO FÍSICO

##### 4.1.1. ESTUDO DA CONSISTÊNCIA INTERNA DAS SUB-ESCALAS DO AUTO-CONCEITO FÍSICO



Com o  $\alpha$  de Cronbach pretendemos fazer uma análise à consistência interna do PSDQ, permitindo verificar se os vários itens que compõem cada uma das sub-escalas do instrumento estão correlacionadas, ou seja, se representam de forma homogênea um dado constructo. Assim, a análise da consistência interna diz respeito à possibilidade de um grupo de itens poder expressar um dado conceito (Maia *et al.* 1996).

No quadro 4.1 apresentamos os resultados obtidos para cada sub-escala do ACF no que diz respeito, aos grupos considerados na amostra do presente estudo: Pais, Mães e Filhos.

Quadro 4.1. Valores da consistência interna ( $\alpha$  de Cronbach ) referentes à amostra do presente estudo

Sub-escalas	Pai	Mãe	Filho
Saúde	0.78	0.85	0.80
Coordenação	0.82	0.79	0.81
Actividade física	0.82	0.76	0.79
Gordura corporal	0.91	0.89	0.90
Competência desportiva	0.89	0.87	0.93
Físico global	0.89	0.93	0.92
Aparência	0.80	0.76	0.83
Força	0.77	0.66	0.86
Flexibilidade	0.78	0.76	0.81
Resistência	0.90	0.77	0.90
Auto-estima	0.72	0.72	0.81

Para a análise dos dados, considerámos como referência o valor critério mínimo de 0.70 proposto por Nunnally (1978). Deste modo, notamos que os resultados obtidos expressam a elevada consistência interna das 11 sub-escalas. Todavia, em relação à Mãe e para a sub-escala Força o valor obtido é baixo (0.66).

#### 4.1.2. ANÁLISE MULTIDIMENSIONAL DA AGREGAÇÃO FAMILIAR NO AUTO-CONCEITO FÍSICO

Numa primeira análise, pretende-se saber se existe agregação familiar no ACF. Deste modo, o teste efectuado à estrutura multivariada do ACF (MANOVA) indica que, quando se consideram todas as 11 sub-escalas do ACF, a agregação no seio das famílias é um facto, visto que o valor apresentado é estatisticamente significativo (quadro 4.2). Isto significa que as famílias estudadas tendem a agregar-se de um modo distinto.

Quadro 4.2. Significância da agregação familiar no ACF

Wilks' Lambda	F	Sig.
0.002	1.474	0.000

Daqui partimos para uma segunda questão onde se pretende identificar as sub-escalas do ACF que mais contribuem para a agregação.

No quadro 4.3, constata-se que as sub-escalas *Actividade Física*, *Competência Desportiva*, *Flexibilidade*, *Força* e *Resistência* parecem não contribuir significativamente para a agregação familiar em oposição a todas as outras. As sub-escalas *Saúde*, *Físico Global* e *Auto-estima* apresentam os valores mais elevados de toda a estrutura multivariada do ACF.

Quadro 4.3. Quantificação da significância da agregação familiar em cada sub-escala do ACF

Sub-escalas	F	p
Saúde	1.917	0.000
Coordenação	1.489	0.001
Actividade física	1.135	0.161
Gordura corporal	1.346	0.010
Competência desportiva	0.803	0.950
Físico global	1.784	0.000
Aparência	1.370	0.007
Força	1.127	0.175
Flexibilidade	1.132	0.165
Auto-estima	1.663	0.000
Resistência	0.971	0.585

#### 4.1.3. ANÁLISE DA ASSOCIAÇÃO FILHO/PAI E FILHO/MÃE PARA CADA SUB-ESCALA DO AUTO-CONCEITO FÍSICO

Uma vez que estamos na presença de uma associação familiar, para o constructo multidimensional ACF, pretendemos determinar o valor desta associação em cada sub-escala.

Na apreciação do Quadro 4.4. os valores de correlação entre factores obtidos, a partir da AFC, indicam uma fraca associação na relação Filho/Pai e Filho/Mãe para a *Flexibilidade*. O mesmo se verifica na relação Filho/Mãe para a sub-escala *Competência Desportiva*. Contudo, em todas as outras sub-escalas existe alguma associação entre Filho/Mãe e Filho/Pai, sendo essa associação mais evidente para a sub-escala *Actividade Física* na relação Pai/Filho; *Saúde* nas relações Pai/Filho e Mãe/Filho; *Auto-Estima* entre Mãe/Filho e, *Físico Global* entre Mãe/Filho e Pai/Filho.

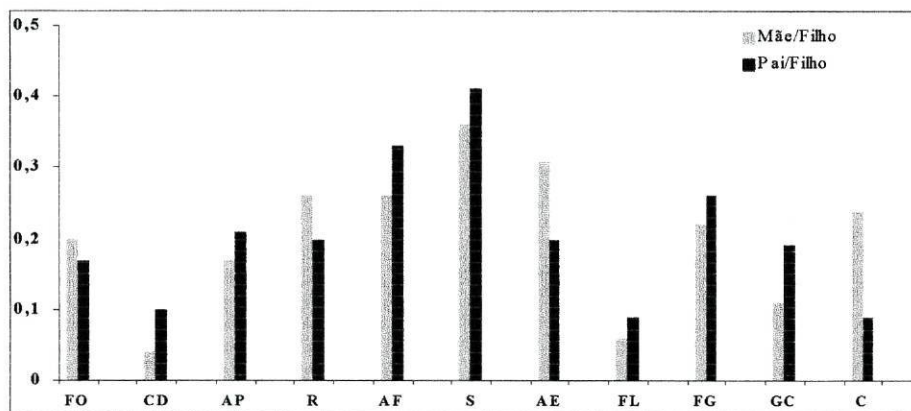
Quadro 4.4. Grau de associação entre Pai/Filho e Mãe/Filho em cada sub-escala do ACF (valores de  $r$ , erro padrão  $ep$  e estatística  $t$ ). Valores significativos implicam que  $t > 2.00$ .

		Filho		
		$r$	$ep$	$t$
Força	Mãe	0.20	0.06	3.23
	Pai	0.17	0.04	3.74
Competência desportiva	Mãe	0.04	0.04	0.96 (ns)
	Pai	0.14	0.04	3.30
Aparência	Mãe	0.17	0.05	3.08
	Pai	0.21	0.06	3.71
Resistência	Mãe	0.26	0.07	3.68
	Pai	0.20	0.06	3.11
Actividade física	Mãe	0.23	0.05	4.93
	Pai	0.33	0.05	7.28
Saúde	Mãe	0.36	0.05	7.15
	Pai	0.41	0.06	7.37
Auto-estima	Mãe	0.31	0.05	6.60
	Pai	0.20	0.05	3.76
Flexibilidade	Mãe	0.06	0.05	1.28 (ns)
	Pai	0.09	0.05	1.97 (ns)
Físico global	Mãe	0.22	0.04	5.31
	Pai	0.26	0.04	6.17
Gordura corporal	Mãe	0.15	0.04	3.52
	Pai	0.20	0.04	4.58
Coordenação	Mãe	0.17	0.05	3.52
	Pai	0.10	0.05	2.11

(ns): Não significativo

O gráfico 4.1. mostra os valores das correlações que se verificam nas diferentes sub-escalas do ACF nas relações Mãe/Filho e Pai/Filho.

Gráfico 4.1. Índices das correlações para as diferentes sub-escalas do ACF



#### 4.2. AGREGAÇÃO FAMILIAR NA ACTIVIDADE FÍSICA

Para determinar a agregação familiar na AF, utilizamos o teste F o qual compara a média dos quadrados entre famílias relativamente à média dos quadrados intra-famílias.

Quadro 4.5. Valores de F e p para determinar genericamente a agregação familiar para qualquer um dos índices de AF estudados.

	F	p
IAF total	0.111	1.000
IAFD	1.284	0.025
IAFT/estudo	0.770	0.976
IAL	0.065	1.000

O quadro 4.5 mostra, de forma clara, a inexistência de agregação familiar para qualquer um dos índices de AF estudados, pois os valores de F são muito baixos (F=0.111; F=1.284; F=0.770; F=0.065) e, os valores de p não se mostram significativos, com excepção do IAFD ( $p > 0.05$ ).

Apesar de não termos verificado qualquer tipo de agregação familiar neste contexto, sugerimos uma análise das tabelas 4.6 e 4.7 relativas à prática desportiva (quadros 4.6 e 4.7).

Tabela 4.6. Tabela de dupla entrada relativa à prática desportiva dos pais e dos filhos.

		Filho não praticante	Filho praticante	Total
Pai não praticante	Freq. absoluta	52	74	126
	Freq. relativa	41.3%	58.7%	100%
	Total	29.2%	41.6%	70.8%
Pai praticante	Freq. absoluta	12	40	52
	Freq. relativa	23.1%	76.9%	100%
	Total	6.7%	22.5%	29.2%
Total	Freq. absoluta	64	114	178
	Freq. relativa	36%	64%	100%
	Total	36%	64%	100%

Dos 126 pais que não praticam desporto, 74 filhos também o fazem e, dos 52 pais que praticam há 40 filhos que o fazem. Se considerarmos estes dados, parece ser maior a percentagem de prática conjunta entre pais e filhos (76,9%) do que quando o pai não pratica e o filho pratica (57%).

Tabela 4.7. Tabela de dupla entrada relativa à prática desportiva das mães e dos filhos.

		Filho não praticante	Filho praticante	Total
Mãe não praticante	Freq. absoluta	60	94	154
	Freq. relativa	39%	61%	100%
	Total	33.7%	52.8%	86.5%
Mãe praticante	Freq. absoluta	3	21	24
	Freq. relativa	12.5%	87.5%	100%
	Total	1.7%	11.8%	13.5%
Total	Freq. absoluta	63	115	178
	Freq. relativa	35.4%	64.6%	100%
	Total	35.4%	64.6%	100%

Das 24 mães praticantes há 21 filhos que também praticam (87,5%) e em relação às mães não praticantes verificamos que 61% dos filhos praticam. Isto leva-nos de imediato para alguns problemas relacionados com a agregação familiar.



V. DISCUSSÃO RESULTADOS



A discussão de resultados está subdividida em três partes: aspectos relativos à consistência interna da escala, agregação parental no ACF e agregação parental na AF.

Importa referir que a ausência de estudos, no nosso país, no âmbito da agregação parental no ACF condiciona possíveis comparações de resultados. Contudo, existem algumas referências sobre influência parental no AC às quais podemos recorrer para um melhor entendimento dos resultados obtidos.

#### 5.1. CONSISTÊNCIA INTERNA DAS ESCALAS DO AUTO-CONCEITO FÍSICO

Pelos resultados conseguidos, podemos apontar o carácter adequado dos valores da consistência interna das várias sub-escalas que marcam a forte multidimensionalidade do PSDQ.

Ao compararmos os nossos valores com os de Marsh *et al.* (1994), que se assume como uma referência a nível internacional, constatamos que os nossos valores são elevados, à excepção da sub-escala *Força* e, apenas no que diz respeito às Mães (0.66). O mesmo acontece se fizermos essa comparação com os estudos nacionais disponíveis acerca desta temática, dos quais destacamos Almeida (1995), Fontoura (1996), Maia *et al.* (1996) e Garganta (2000).

No quadro 5.1, expomos os resultados referentes aos valores obtidos em vários estudos efectuados recentemente.

Quadro 5.1. Valores da consistência interna ( $\alpha$  de Cronbach ) referentes a vários estudos

Sub-escalas do PSDQ	Presente estudo n= 3 x 178			Garganta (2000) n= 203	Fontoura (1996) n= 141	Maia <i>et al.</i> (1996) n= 241	Almeida (1995) n= 104	Marsh <i>et al.</i> (1994)	
	P	M	F					Amostra 1 n=315	Amostra 2 n=395
Saúde	0.78	0.85	0.80	0.71	0.73	0.73	0.72	0.79	0.87
Coordenação	0.82	0.79	0.81	0.88	0.73	0.74	0.76	0.86	0.90
Actividade física	0.82	0.76	0.79	0.71	0.68	0.72	0.71	0.84	0.89
Gordura corporal	0.91	0.89	0.90	0.86	0.77	0.84	0.91	0.85	0.96
Competência desportiva	0.89	0.87	0.93	0.92	0.88	0.88	0.87	0.86	0.94
Físico global	0.89	0.93	0.92	0.94	0.93	0.92	0.90	0.88	0.95
Aparência	0.80	0.76	0.83	0.74	0.84	0.86	0.89	0.86	0.91
Força	0.77	0.66	0.86	0.78	0.86	0.85	0.82	0.86	0.92
Flexibilidade	0.78	0.76	0.81	0.90	0.77	0.78	0.79	0.80	0.89
Resistência	0.90	0.77	0.90	0.82	0.87	0.87	0.88	0.87	0.92
Auto-estima	0.72	0.72	0.81	0.87	0.69	0.71	0.73	0.84	0.91

O valor de 0.66 que obtivemos para a sub-escala *Força*, relativa à amostra das Mães, aponta para uma menor consistência interna. Este facto, pode estar relacionado com um contexto sócio-cultural diferente do australiano, ou até mesmo dos restantes estudos. Apesar de já ter sido realizada a validação transcultural deste instrumento, de forma rigorosa por Almeida (1995) e Maia *et al.* (1996), poder-se-á melhorar o conteúdo semântico dos itens desta sub-escala, de forma a obter uma maior homogeneidade. Referimo-nos, sobretudo, a estruturas sócio-culturais como as do presente estudo. Também no estudo de Garganta (2000), esta sub-escala foi uma das que apresentou valores mais baixos, apesar destes serem substancialmente superiores aos nossos.

## 5.2. AGREGAÇÃO PARENTAL NO AUTO-CONCEITO FÍSICO

### 5.2.1. AGREGAÇÃO PARENTAL NO AUTO-CONCEITO FÍSICO. REALIDADE OU FICÇÃO?

No presente estudo, tentamos indagar acerca da existência de agregação parental no ACF, atendendo à multidimensionalidade deste constructo. Assim, os testes utilizados apresentam resultados que, de forma inequívoca, mostram que a agregação é um facto.

A literatura (*e.g.* Hops e Finch, 1985; Dunn e Plomin, 1990; Carson, 1991; Schneider, 1994; Almeida, 1995; Almeida *et al.*, 1996; Crain, 1996) sustenta que a competência social das crianças é devida, em grande parte, à influência parental. Neste sentido, apontamos o ACF como sendo uma área psicológica a ter em linha de conta para essa mesma competência.

Para Dunn e Plomin (1990) a variância de diferentes expressões da personalidade é devida, sobretudo, aos factores de envolvimento e genéticos, atribuindo uma percentagem de cerca de 5% ao envolvimento familiar. Perante o exposto, pensamos que os nossos resultados vêm reforçar a importância que a família assume para a construção de alguns constructos psicológicos, dos quais destacamos o ACF.

A influência pode surgir, quer devido ao relacionamento social que se verifica no seio da família, quer a factores de âmbito genético (Martin *et al.*, 1986; Bergeman, 1991; Plomin e Bergeman, 1991; Truett *et al.*, 1992; Rowe, 1994; Schneider 1994; Billig *et al.*, 1996; DiLalla e Bishop, 1996; Gjone *et al.*, 1996; Posner *et al.*, 1996).

Todavia, os autores supracitados referem-se à personalidade, ao passo que o nosso estudo se debruça especificamente sobre um domínio particular dessa mesma personalidade.

### 5.2.2. AGREGAÇÃO PARENTAL NAS DIFERENTES SUB-ESCALAS DO AUTO-CONCEITO FÍSICO

Ao analisarmos mais atentamente a agregação familiar, verificamos que esta se encontra praticamente em todas as sub-escalas do ACF, à excepção da *Actividade Física, Competência Desportiva, Força, Flexibilidade e Resistência*.

Marsh *et al.* (1986) afirmam que o AC pode ser alterado mediante uma intervenção efectiva, mas as dimensões específicas mais afectadas são aquelas que lhe estão mais relacionadas. Esta pode ser uma justificação para os resultados obtidos, já que a influência dos pais não será tão efectiva nestas cinco sub-escalas do ACF.

Estamos na presença de um escalão etário onde, os pais perdem algum do seu predomínio para o grupo dos *outros significativos* (Youniss e Smollar, 1985; Bogenschneider *et al.*, 1998). Porém, existe uma clara evidência de que a centralidade dos pais é, muitas vezes, transformada e não diminuída no mundo social do adolescente (Ryan e Linch, 1989; Lamborn e Steinberg, 1993). Desta forma, podemos estar em presença de uma menor influência parental nas sub-escalas referidas em favor de um reforço noutras sub-escalas.

Devemos, também, estar atentos ao facto da influência parental se fazer sentir dentro de determinados limites assumindo, as influências externas, uma posição de maior destaque em determinadas áreas do comportamento humano (Youniss e Smollar, 1985; Scarr, 1992; Rowe, 1994; Bogenschneider *et al.*, 1998)

Rosenberg (1986) considera os *outros* importantes na determinação do AC e até mesmo do ACF. Como tal, os nossos resultados podem ser uma expressão da influência que se verifica no seio do grupo social extra-familiar ao qual o adolescente pertence.

Pelo exposto, pensamos poder justificar a menor associação parental na *Actividade Física* e na *Competência Desportiva*.

Relativamente à *Resistência, Força e Flexibilidade*, é importante atendermos a um conjunto de factores importantes. Cada vez mais, os jovens da nossa sociedade relegam o esforço e a actividade física para um plano secundário. Tal como afirma Lipovetsky (1989) o esforço está fora de moda. Também, segundo Garcia (1998), se por um lado a sociedade invoca cada vez mais um corpo esteticamente perfeito, por outro parece conduzir o homem ao imobilismo. Deste modo, os esforços de maior duração não são bem recebidos, sobretudo pelos jovens, uma vez que as experiências vivenciadas pelos pais foram, certamente, diferentes. Estas, eram mais ricas em esforços físicos: andava-se mais a pé e, os jogos eram mais físicos. Assim, podem ter uma melhor percepção relativamente às suas competências físicas.

Quanto às sub-escalas *-Saúde, Auto-estima e Físico Global-* verificamos que estas apresentam um valor mais elevado para a agregação familiar.

A *Saúde* na nossa perspectiva é uma questão ligada, particularmente, ao seio da família. Pensemos, por exemplo, nas doenças que passam através do código genético de geração em geração, dos reforços positivos ou negativos dos pais para os filhos em questões relacionadas com a alimentação.

Apesar da possibilidade de se verificar algum enfraquecimento da influência dos pais sobre os filhos durante a adolescência, estas são questões com ligações muito profundas e que não se diluem com qualquer alteração que se possa verificar no tipo de relacionamento pais/filho ou, com o surgir de influências vindas de outros quadrantes. Podemos entender estes resultados numa perspectiva com raízes genéticas e sócio-culturais.

Quanto ao *Físico Global*, sabemos a importância que tem para os adolescentes as "modas" e as tendências que influenciam determinantemente a forma como estes se percebem. A sociedade parece ter, paradoxalmente, uma dupla visão: por

um lado é altamente repreensiva no que diz respeito à estética corporal por outro, apela fortemente a um consumismo desenfreado, sobretudo no que ao corpo e às suas necessidades diz respeito (Garcia e Queirós, 1999).

De realçar que a idade dos pais que constituem a nossa amostra não é muito elevada. Estes são sobretudo oriundos de um meio rural mas que, devido à sua localização, tem uma influência marcada pelos meios mais citadinos. Estas condicionantes podem facilitar a adesão, dos pais e dos filhos, às modas e tendências que se cultivam nas grandes cidades.

As experiências sociais que os pais proporcionam aos filhos são determinantes para que estes possam construir os seus auto-atributos e competências (MacDonald e Parke, 1984; Hops e Finch, 1985; Markus e Cross, 1990; Carson, 1991; Furmen e Buhrmester, 1992; Allen *et al.*, 1994; Schneider, 1994; Crain, 1996). É natural que os pais tentem transmitir aos filhos alguns sentimentos, formas de ser e estar na vida que consideram importantes. Podem fazê-lo através de determinado tipo de experiências ou comportamentos. Devemos, então, considerar que, as dimensões específicas do AC que sofrem uma intervenção efectiva, são mais susceptíveis de serem alteradas do que as que não estão tão relacionadas (Marsh *et al.*, 1986).

Não devemos esquecer que a influência parental pode ser tão determinante (pelo menos em algumas áreas) que, mesmo com um possível afastamento dos filhos em relação aos pais, na adolescência, a influência destes pode fazer-se sentir de forma acentuada. Feiring e Taska (1996) defendem que as relações Pai/Filho são de tal forma fortes que, se o pai morre cedo, a relação com o filho pode persistir no tempo. É certo que esta relação se fará sentir de forma mais forte em determinados campos.

Reid *et al.* (1990) referem que as percepções de suporte emocional provenientes de ambos os pais estão associados com auto-avaliações mais positivas dos adolescentes.

A *Auto-estima* pode, também, assentar sobre todas as influências já referidas. Rosenberg (1986) refere que quando o *outro significativo* é realmente significativo para o sujeito, poderá existir uma forte associação em relação a esta sub-escala, o que pode acontecer sobretudo na relação Mãe/Filho.

### 5.2.3. ASSOCIAÇÃO FILHO/PAI E FILHO/MÃE PARA AS DIFERENTES SUB-ESCALAS DO AUTO-CONCEITO FÍSICO

Na tentativa de sabermos qual o índice de associação verificada para as diferentes sub-escalas do ACF entre Pai/Filho e Mãe/Filho, calculamos correlações com base em métodos de máxima verosimilhança. Os valores encontrados espelham o que temos vindo a discutir até ao momento.

No que concerne ao tipo de valores que predominam na nossa sociedade notamos que a aparência, o visual, o vigor físico, o vestuário e a maquilhagem são elementos decisivos (Garcia e Queirós, 1999) e, são sobretudo os jovens a adoptá-los. Então, se atendermos ao facto de os pais, normalmente, assumirem uma postura mais tradicionalista podemos compreender as dissociações encontradas entre os progenitores e os seus filhos sobretudo, para a *Aparência*. Estão, Assim, criadas as condições para que surjam outro tipo de influências como sejam as várias formas de *media*, professores, treinadores, amigos, ídolos, etc. (Crain, 1996).

Em relação à sub-escala *Auto-estima* contacta-se que existe maior associação, entre Mãe/Filho do que entre Pai/Filho. Os resultados obtidos poderão estar relacionados com o facto de a amostra ser maioritariamente constituída por elementos do sexo feminino. Alguma literatura (*e.g.* Lytton, 1980; Hops e Finch, 1985; Main *et al.* 1985; Bhavnagri e Parke, 1991; Denham *et al.* 1991; Schneider,

1994; Feiring e Taska, 1996) aponta para a relação Mãe/Filho e, acentua a importância deste relacionamento para a construção de determinadas competências, formas de sentir e de estar.

Segundo Feiring e Taska (1996) existe uma *relação de mutualidade* (respeito e sensibilidade aos pensamentos e sentimentos dos outros) da filha para com a mãe. Esta relaciona-se provavelmente, com a aceitação do tradicional papel feminino. Hattie (1992) também refere diferenças entre os sexos ao nível de algumas facetas do AC. Estas, podem ser diferenças provenientes de vários fenómenos sociais onde, englobamos os estereótipos sexuais subtilmente transmitidos. Por exemplo as várias formas de *media*.

Quanto às sub-escalas *Actividade Física, Saúde, Físico Global e Auto-estima* a associação entre Mãe/Filho e Pai/Filho é elevada. Em idades inferiores os pais podem ter exercido todo um conjunto de influências que perdurarão pela vida (Marsh et al., 1986; Feiring e Taska, 1996). Desta forma, o filho opta por se integrar num determinado grupo (Schneider, 1994). Muitas vezes, os pais tentam agir de forma semelhante aos colegas do filho (Youniss e Smollar, 1985 e Bogenchneider et al., 1998). Este aspecto reforça ainda mais a importância que os *outros significativos* assumem para o adolescente.

As diferenças verificadas entre pai e mãe nas diferentes sub-escalas começam a encontrar alguma justificação, quer na quantidade de tempo dispendido, quer na qualidade das interacções verificadas com os filhos (Feiring e Taska, 1996).

Segundo Parsons e Bales (1955), citados por Feiring e Taska (1996), as funções do pai são caracterizadas por se preocuparem com o domínio da competência, enquanto que as da mãe são caracterizadas por relações interpessoais, suporte emocional, educação/formação e dar cuidados. Os pais dispendem, por outro lado, proporcionalmente mais tempo de jogo com os filhos (Kotelchuck, 1976;

Lamb, 1977; Clarke-Stewart, 1978; Bronstein, 1980, 1984; Russel e Russel, 1987, citados por Feiring e Taska, 1996). O jogo é mais físico, idiossincrático e emocional comparado com o das mães, sendo o jogo das mães mais social e afectivo (Bhavnagri e Parke, 1991; Denham *et al.* 1991). No nosso estudo observamos que em quatro sub-escalas os pais apresentam valores superiores de verosimilhança relativamente às mães. Destas quatro sub-escalas, três estão relacionadas com a aptidão física. Isto reforça o que anteriormente foi referido.

A questão corporal associa-se fortemente ao sentido estético, de juventude e às preocupações com o aspecto físico. Reconhecemos que mães e filhas atribuem grande importância ao corpo e que existe uma mutualidade entre mãe e filha (Feiring e Taska, 1996). Desta forma, a relação Mãe/Filha estará fortemente associada às sub-escalas que se relacionam com o corpo, o que não é totalmente confirmado pelos nossos resultados. Pensamos que esta será uma das situações onde, os limites da influência familiar sugeridos por Scarr e McCartney (1983), Rowe (1994), Schneider (1994), DiLalla e Bishop (1996) e Posner *et al.* (1996) se tornam evidentes.

Atendendo ao facto de os adolescentes fazerem o culto da moda, da beleza, do não esforço, do prazer e de as pessoas cada vez mais tentarem apagar os efeitos do tempo no corpo por forma, a mostrar uma faceta mais juvenil fará, provavelmente, com que as diferenças existentes nas concepções de pais e filhos se aproximem (particularmente nos meios rurais) sobretudo, devido a uma influência dos filhos para com os pais.

A influência no AC é de mutualidade entre pais e adolescentes no que concerne a ciclos reiterados de aceitação e compreensão. Estes ciclos podem encorajar a

valorização das relações interpessoais e, a aceitação das próprias ideias (Feiring e Taska, 1996). Assim, estamos na presença de famílias coordenadas<sup>2</sup>.

### 5.3. AGREGAÇÃO PARENTAL NA ACTIVIDADE FÍSICA

Em relação à amostra estudada verificamos que não existe agregação familiar para a AF. Tal suscita alguma estranheza. Contudo, temos que ser sensíveis ao conjunto de aspectos que nos podem ajudar a compreender esta situação.

Os resultados obtidos são convergentes com os resultados encontrados por Sá (2000). Esta, realizou um estudo acerca da transmissibilidade nos hábitos de AF com alunos do sexo masculino do 10º ao 12º ano de escolaridade. Todavia, Pereira (1999), no estudo realizado com jovens do sexo feminino dos 12 aos 19 anos, encontrou uma forte agregação parental nos níveis de AF. A agregação encontrada está de acordo com Maia (2001), quando refere que os pais passam para os seus descendentes informação genética, hábitos, atitudes e valores culturalmente aceites na sociedade, sugerindo a possibilidade de se verificar agregação familiar para a AF.

É notório, actualmente, o sentimento de uma crescente desagregação familiar que enfraquece os elos que ligam pais e filhos. O tempo que passam juntos tende a diminuir quer em quantidade, quer em qualidade. As conversas e as histórias contadas em redor da lareira, os passeios ao final da tarde e ao fim de semana enfim, tantos momentos agradáveis e inesquecíveis que marcaram de forma evidente e positiva a vida de muitas crianças. Agora, dá-se cada vez mais relevo a um individualismo e isolamento, a uma quebra de diálogo entre pais e filhos. Isto é, a um abandono do essencial para a harmonia da vida: a forte ligação familiar.

---

<sup>2</sup> Por famílias coordenadas entende-se que são famílias onde as informações são partilhadas e os esforços coordenados pelos diferentes elementos que as constituem (Reiss e Oliveri, 1983, 1984).

A este propósito, Maia (2001) admite que o núcleo familiar passa por uma crise "agregação-desagregação". No entanto deixa claro que o papel da modelação parental é ainda válido no tempo actual.

Estas são algumas das consequências de uma sociedade cada vez mais competitiva, mecanicista e enfraquecida, onde surge a possibilidade de aumentar as influências provenientes de um meio exterior ao ambiente familiar, tal como mencionam as perspectivas de Scarr (1992), Rowe (1994), Schneider (1994), DiLalla e Bishop (1996) e Maia (2001). Ao apontarem para a necessidade de entendermos a influência familiar de forma cuidada e moderada, as pressões externas assumem um papel preponderante, que será tanto mais evidente quanto maior for o afastamento entre pais e filhos. No entanto, devemos pensar em termos da amostra que possuímos. É oriunda de um meio essencialmente rural, onde os estilos de vida ainda se aproximam dos tradicionais, ainda que possuam traços das sociedades urbanas. Esta nossa primeira justificação assume, assim, um peso diferente de acordo com o tipo de sociedade que consideramos.

Partimos, agora, para um segundo aspecto, que em nosso entender pode ajudar a explicar os dados obtidos.

Actualmente, existe um forte conjunto de solicitações que apelam ao imobilismo da nossa sociedade - desde os centros comerciais onde o visual se torna extremamente atractivo e, na maioria das vezes, faz um forte apelo ao consumismo e à inactividade física. Pensemos por exemplo, nas escadas rolantes e nos elevadores panorâmicos. Ainda temos a *Internet*, os jogos de computador, a televisão e outros que fazem as delícias de jovens e menos jovens. Tudo isto está à disposição de um simples "clac" ou, de alguns quilómetros que se percorrem facilmente.

Estes factores não serão tão relevante como os da primeira justificação, pois não podemos esquecer que os jovens da nossa amostra, na maioria dos casos, praticam desporto (64%), ao passo que apenas 42,7% dos pais o fazem. Glynn (1981), Steinberg e Brown (1989), Brown *et al.* (1993) defendem um ponto de vista importante nestas questões. Para os autores, existem algumas divergências entre pais e filhos, tendendo os últimos a aceitar preferencialmente a liderança dos pares. Isto não significa que não aceitem alguns conselhos dos pais sobretudo, em relação à importância da prática de AF. Temos que considerar que o período da adolescência é fortemente permeável ao papel decisivo de modelos sociais relevantes e psicologicamente gratificantes (Maia, 2001).

Pensamos que uma parte da desagregação familiar que se verifica em relação à AF pode ser justificado por alguns destes aspectos.

Se analisarmos atentamente os resultados podemos verificar que a grande maioria dos pais da nossa amostra pertencem ao grupo sócio-económico G5 e G7. Este facto, leva-nos a acreditar que, os pais trabalhando em profissões de algum desgaste físico, no final de um dia de trabalho, podem optar pelo descanso ao invés de praticarem qualquer tipo de desporto. Os filhos, estudantes, terão um desgaste mais intelectual optando pela prática desportiva no final do dia. Não esqueçamos que os professores de Educação Física podem, eventualmente, contribuir para esta situação explicando-lhes, os benefícios da prática desportiva na libertação da tensão de um dia de trabalho intelectual.

Deste modo, podemos aceitar a divergência nos hábitos de prática das actividades físicas no que diz respeito a pais e filhos. Todavia, devemos partir para um entendimento global destas questões onde, não será apenas um factor a determinar os resultados, mas a associação de vários aspectos, dos quais destacamos estes por considerarmos serem os mais relevantes.

Assim, pensamos que os resultados que se obtêm em estudos deste âmbito serão fortemente influenciados pelo tipo de amostra que possuímos. Isto é, se são rapazes *vs* raparigas, ou ambos. Também, o meio sócio-económico de onde são provenientes é um factor a ter em conta.



## VI. CONCLUSÕES



A abrangência de um trabalho com estas características, de contornos multidimensionais, encaminha-nos para um conjunto de conclusões que podem ser alvo de novas reflexões e pesquisas. A possibilidade de se darem mais alguns passos no sentido de um melhor entendimento das questões relacionadas com os constructos estudados, sobretudo no seio de famílias nucleares, fica reforçada.

Deste estudo surgiram as conclusões seguintes que apresentamos em dois grupos: conclusões do estudo do ACF e, conclusões do estudo da AF.

#### 6.1. EM RELAÇÃO AO ESTUDO DO AUTO-CONCEITO FÍSICO

- Constatamos que a agregação no seio de famílias nucleares é um facto.
- As sub-escalas que mais contribuem para a agregação familiar são: *Saúde, Físico Global e Auto-estima*.
- As sub-escalas que apresentam um menor contributo para a agregação familiar no ACF são: *Actividade Física, Competência Desportiva, Flexibilidade, Força e Resistência*.
- A associação verificada nas relações Pai/Filho e Mãe/Filho para cada sub-escala do AC, são diferentes. Assim, verificamos que para a díade Pai/Filho, as maiores associações surgem nas sub-escalas *Actividade Física e Saúde*. Para a relação Mãe/Filho, verificamos que as maiores associações acontecem nas sub-escalas *Saúde e Auto-estima*.

Constatamos que a nossa primeira hipótese -*Existe agregação familiar no ACF*- foi confirmada.

## 6.2. EM RELAÇÃO AO ESTUDO DA ACTIVIDADE FÍSICA

- Não existe agregação familiar em relação aos diferentes índices de Actividade Física.

A segunda hipótese que colocámos -*Existe agregação familiar na AF*- não se verificou.

Quanto à hipótese três do nosso estudo - *O pai exerce mais influência do que a mãe no ACF e na AF*- só em parte foi confirmada. Em relação à AF não se verificou qualquer tipo de agregação familiar e, no que respeita ao ACF, o pai exerce mais influência num maior número sub-escalas do ACF do que a mãe.



## VII. BIBLIOGRAFIA

1. Aarnio, M.; Winter, T.; Kujala, U.; Kaprio, J. (1997): "Familial aggregation of leisure-time physical activity - a three generation study". In *International Journal of Sports Medicine*. 18: 549-556.
2. Allen, J.; Hauser, S.; Bell, K.; O'Connor, T. (1994): "Longitudinal assessment of autonomy and relatedness in adolescent-family interaction: predictors of adolescent ego development and self-esteem". In *Child Development*. (65): 179-194.
3. Almeida, A. (1995): "A Relação entre Auto-Conceito e Aptidão Física - Estudo Comparativo entre Atletas e não Atletas dos 13 aos 15 anos de idade". In *Dissertação Apresentada às Provas de Mestrado*. FCDEF-UP. Porto.
4. Almeida, P.; Maia, J.; Fontoura, J. (1996): "Auto-Conceito Físico: Estudo da Sua Expressão Diferencial em Atletas e Não Atletas". In *Avaliação Psicológica: Formas e Contextos*. Vol. IV. Associação de Psicólogos Portugueses (APPORT). Braga.
5. American College of Sports Medicine (1998): *ACM's Research Manual for Guidelines for Exercise Testing and Prescription (3th ed.)*. Lippincott Williams & Wilkins.
6. American College of Sports Medicine (2000): *Guidelines for Exercise Testing and Prescription (6th ed.)*. Lippincott Williams & Wilkins.
7. Armstrong, N. (1998): "O papel da escola na promoção de estilos de vida activos". In *A Educação para a Saúde na Promoção de Estilos de Vida Saudáveis*. Omniserviços.
8. Åstrand, P. (1992): "Why exercise". In *Medicine and Science in Sports and Exercise*. 24 (2): 153-162.
9. Baecke, J.; Burema, J.; Fritters, J. (1982): "A short questionnaire for the measurement of habitual activity in epidemiological studies". In *American Journal of Clinical Nutrition*. (36): 936-942.
10. Bane, S.; McAuley, E. (1998): "Body Image and Exercise. Advances in Sport and Exercise Psychology Measurement". In Human Kinetics Publishers. Illinois.
11. Bhavnagri, N.; Parke, R. (1991): "Parents as direct facilitators of children's peer relationships: Effects of age of child and sex of parent". In *Journal of Social and Personal Relationships*. (8): 423-440.
12. Biddle, J. (1997): "Cognitive Theories of Motivation and the Physical Self". In *The physical Self. From Motivation to Well-Being*. Human Kinetics Publishers. Champaign. Illinois.
13. Billing, J.; Hershberger, S.; Iacono, W.; McGue, M. (1996): "Life Events and Personality in Late Adolescence: Genetic and Environmental relations". In *Behavior Genetics*. 26 (6): 543-554.
14. Bogenschneider, K.; Wu, M.; Raffaelli, M.; Tsay, J. (1998): "Parent influences on adolescent peer orientation and substance use: the interface of parenting practices and values". In *Child Development*. 69 (6): 1672-1688.
15. Bouchard, C.; Shephard, R. (1994): *Physical activity, fitness and health: The model and concepts: Consensus statement*. In Human Kinetics Publishers. Champaign. Illinois.
16. Bronstein, P. (1984): "Differences in mothers' and fathers' behaviors toward children: A cross-cultural comparison". In *Developmental Psychology*. (20): 995-1003.
17. Brown, B.; Mounts, N.; Lamborn, S.; Steinberg, L. (1993): "Parenting practices and peer group affiliation in adolescence". In *Child Development*. (64): 467-482.
18. Byrne, B. (1984): "The general/academic self-concept nomological network: A review of construct validation research". In *Review of Educational Research*. (54): 427-456.
19. Byrne, B.; Shavelson, R. (1987): "Adolescent self-concept: Testing the assumption of equivalence across gender". In *American Educational Research Journal*. (24): 365-385.
20. Cachapuz, C. (1998): "Actividade física em adultos idosos - um estudo realizado no concelho do Porto" In *Dissertação Apresentada às Provas de Mestrado*. FCDEF - UP. Porto.
21. Carson, L. (1991): "Search of mediators processes: emotional cues as links between

- family and peer systems". In *Paper presented at de biennial meeting of the Society for Research in Child Development*. Seattle. Eds
22. Clarke-Stewart, K. (1978): "And daddy makes three: The father's impact on mother and young child". In *Child Development*. 49 (2): 466-478.
  23. Clarke-Stewart, K. (1980): "The father's contribution to children's cognitive and social development in early childhood". In *The father-infant relationship: Observational studies in the family setting*. F.A. Pederson (Ed.). New York. 111-146.
  24. Crain, R. (1996): "The influence of age, race and gender on child and adolescent multidimensional self-concept". In *Handbook of Self-Concept: Developmental, Social, and Clinical Considerations*. Bruce A. Bracken, PhD, Ed. John Wiley & Sons, Inc. USA.
  25. Denham, S.; Renwick, S.; Holt, R. (1991): "Working and playing together: Prediction of preschool social-emotional competence from mother-child interaction". In *Child Development*. (62): 242-249.
  26. DiLalla, L.; Bishop, E. (1996): "Differential Maternal treatment of Infant Twins: Effects on Infant Behaviors". In *Behavior Genetics*. 26 (4): 535-542.
  27. Dishman, R.; Buckworth, J. (1996): "Increasing physical activity: a quantitative synthesis". In *Medicine and Science in Sports and Exercise*. (28): 6, 706-719.
  28. Dumazedier, J. (1973): "Vers une civilization du loisir". Paris. Éditions du Seuil.
  29. Dunn, J.; Plomin, R. (1990): *Separate lifes: Why siblings are so different*. Basic Books. New York.
  30. Ebbeck, V.; Stuart, M. (1993): "Who determines what's important? Perceptions of competence and importance as predictors of self-esteem in youth football players". In *Pediatric Exercise Science*. (5): 253-262.
  31. Estêvão, C. (1997): "Auto-Conceito e Rendimento Escolar: Estudo tomando o Auto-Conceito Físico e Académico, Níveis de Dificuldade de Aprendizagem e de Prática Desportiva dos Alunos. In *Dissertação Apresentada às Provas de Mestrado*. FCDEF-UP. Porto.
  32. Faria, L.; Fontaine, A. (1990): "Avaliação do Conceito de Si Próprio de Adolescentes: Adaptação do SDQ I de Marsh à População Portuguesa". In *Cadernos de Consulta Psicológica*. (6): 97-105.
  33. Faria, L.; Fontaine, A. (1992): "Estudo de adaptação do *Self Description Questionnaire III* (SDQ III) a estudantes universitários portugueses". In *Psychologica*. (8): 41-49.
  34. Feiring, C.; Taska, L. (1996): "Family Self-Concept: Ideas on its meaning". In *Handbook of Self-Concept: Developmental, Social, and Clinical Considerations*. Bruce A. Bracken, PhD, Ed. John Wiley & Sons, Inc. USA.
  35. Fontoura, J. (1996): "Efeito das Condições Sócio-Económicas, Gordura Corporal e Estatuto Maturacional na Aptidão Física e no Auto-Conceito Físico – Estudo em jovens do sexo masculino com idades compreendidas entre os 13 e os 15 anos". In *Dissertação Apresentada às Provas de Mestrado*. FCDEF-UP. Porto.
  36. Fox, K. (1990): *The physical self-perception profile manual*. Dekalb. Illinois.
  37. Fox, K.; Corbin, C. (1989): "The physical self-perception profile: Development preliminary validation". In *Journal of Sport & Exercise Psychology*. (11): 408-430.
  38. Freedson, P.; Evenson, S. (1991): "Familial Aggregation in Physical Activity". In *Research Quarterly for Exercise and Sport*. 62 (4): 384-389.
  39. Furmen, W.; Buhrmester, D. (1992): "Age and sex differences in perceptions of networks of personal relationships". In *Child Development*. (63): 103-115.
  40. Garcia, R. (1998): "Da desportivização à somatização da sociedade – Análise centrada na relação do corpo com o jogo". In *Lição de Síntese*. FCDEF-UP. Porto.
  41. Garcia, R., Queirós, P. (1999): "A Educação Física Escolar e os novos valores - Compreensão da Educação Física à luz das mutações axiológicas da nossa sociedade neste final de milénio". In *Documento de circulação interna da FCDEF-UP*. FCDEF-UP. Porto.
  42. Garganta, R. (2000): "Caracterização do esforço e efeitos induzidos pela prática de

- atividades de academia na Aptidão Física e no Auto-Conceito Físico - estudo realizado em adultos jovens do sexo feminino praticantes de Ginástica Aeróbica, Musculação e Cardiofitness". In *Dissertação apresentada às provas de Doutorado*. FCDEF-UP. Porto
43. Garganta, R. e Maia, J. (1997): "Estudo das Alterações do Auto-Conceito-Físico em Praticantes de Ginástica de Academia". In *Avaliação Psicológica: Formas e Contextos*. Vol. V. 609-618. Associação de Psicólogos Portugueses (APPORT). Braga.
44. Gjone, H.; Stevenson, J.; Sundet, J.; Eilertsen, D. (1996): "Changes in Heritability Across Increasing Levels of Behavior Problems in Young Twins". In *Behavior Genetics*. 26 (4) 419-426.
45. Glynn, T. (1981): "From family to peer: A review of transitions of influence among drug-using youth". In *Journal of Youth Adolescence*. (10): 363-383.
46. Gold, B. (1987): "Self-image of punk rock and nonpunk rock juvenile delinquents". In *Adolescence*. 22 (87): 535-544.
47. Gudykunst, W.; Yang, S.; Nishida, T. (1987): "Cultural differences in the self-consciousness and self-monitoring". In *Communication Research*. (14): 1, 7-34.
48. Harter, S. (1982)\*: "The perceived competence scale for children". In *Child Development*. (53): 87-97.
49. Harter, S. (1986): "Process underlying the construction, maintenance, and enhancement of the self-concept in children". In *Psychological perspectives on the self*. J. Suls & A Greenwald (Eds.). Vol. 3 137-181. Hillsdale, J.: Erlbaum.
50. Hattie, J. (1992): *Self-concept*. Lawrence Erlbaum Associates. Hillsdale, N.J.
51. Haywood, K. (1993): *Life Motor development* (2ª Ed). Human Kinetics Publishers Inc. Champaign. Illinois.
52. Hops, H.; Finch, M. (1985): "Social Competence and Skill: A reassessment". In *Children's peer relations: Issues in assessment and intervention*. B. H. Schneider, K. H. Rubin, & J. E. Ledingham Eds. New York.
53. James, W. (1963)\*: *The Principles of psychology*. Holt, Rinehart e Winston. New York. (Trabalho original publicado em 1890).
54. Kamal, A.; Blais, C.; Kelly, P.; Ekstrand, K. (1995): "Self-esteem attributional of athletes versus nonathletes". In *International Journal of Sport Psychology*. (26): 189-195.
55. Kotelchuck, M. (1976): "The infant's relationship to the father: Experimental evidence". In *The role of the father in child development*. M.E. Lamb (Ed.). New York. 329-344.
56. Kuh, L.; Cooper, C. (1992): "Physical activity at 36 years. Patterns and childhood predictors in a longitudinal study". In *Journal of Epidemiology and Community Health*. (46): 114-119.
57. Lamb, M. (1977): "Father-infant and mother-infant interaction in the first year of life". In *Child Development*. (48): 167-181.
58. Lamborn, S.; Steinberg, L. (1993): "Emotional autonomy redux: Revisiting Ryan and Lynch". *Child Development*. 64 (2): 483-499.
59. Lewis, M. & Weinraub, M. (1976): "The father's role in the infant's social network". In *The role of the father in child development*. M. E. Lamb (Ed.). New York: Wiley.
60. Lipovetsky, G. (1989): *Império do Efêmero*. Pub. Dom Quixote. Lisboa.
61. Lytton, H. (1980): *Parent-child interaction: The socialization process observed in twin and singleton families*. New York.
62. Maia, J. (1999): "Influência familiar nos hábitos da actividade física e no valor da aptidão física associada à saúde - um estudo em jovens de ambos os sexos do 6º ao 12º ano de escolaridade" Projecto de investigação não publicado. FCDEF-UP.
63. Maia, J. (2001): "Aspectos genéticos da actividade física. Um estudo univariado em gémeos". In *Comunicação apresentada no Seminário Genética e Práticas Desportivo-Motoras*. José António Ribeiro Maia ed.

- Porto. In *Comunicação apresentada no Seminário Genética e Práticas Desportivo-Motoras*. José António Ribeiro Maia ed. Porto.
64. Maia, J.; Almeida, P.; Fontoura, J. (1996): "Adaptação Portuguesa da Escala de Auto-Conceito Físico (PSDQ). Um Estudo de Análise Factorial Confirmatória". In *Avaliação Psicológica: Formas e Contextos*. Vol.IV. Associação de Psicólogos Portugueses (APPORT). Braga.
65. Maia, J.; Almeida, P.; Pina de Morais, D.; Garganta, R. (1997): "Invariância estrutural da escala do Auto-Conceito Físico. Um estudo de análise factorial confirmatória em jovens dos dois sexos dos 13 aos 15 anos de idade". In *Avaliação Psicológica: Formas e Contextos*. Vol.V. 525-537. Associação de Psicólogos Portugueses (APPORT). Braga.
66. Maia, J.; Graça, A. (1995): "Validade de constuto e invariância configuracional de instrumentos psicológicos. Uma abordagem pedagógica a partir da teoria psicométrica e do LISREL". In *Comunicação apresentada no V Congresso de Educação Física e Ciências do Desporto dos Países de Língua Portuguesa*. Coimbra.
67. Main, M.; Kaplan, N.; Cassidy, J. (1985): "Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation". In *Growing points of attachment theory and research. Monographs of the society for research in child development*. (50): 1-2, Serial No. 209, 66-104.
68. Malina, R. (1994): "Benefits of Physical Activity from a Lifetime Perspective". In *Toward Active Living - Proceedings of the International Conference on Physical Activity, Fitness and Health*. Human Kinetics Publishers, Inc. Illinois: Champaign.
69. Malina, R. (1994): "Benefits of physical activity from a lifetime perspective". In *Toward Active Living - Proceedings of the International Conference on Physical Activity, Fitness and Health*. Quinney, H.; Gauvin, L.; Wall, A. (Eds). Human Kinetics Publishers, Inc. Champaign. Illinois. 47-53.
70. Markus, H.; Cross, S. (1990): "The interpersonal Self". In *Handbook of Personality - Theory and Research*. Pervin, L.A. (ed). The Guilford Press. New York. 576-608.
71. Marsh, H.; Barnes, J.; Hocevar, D. (1985): "Application of confirmatory factor analysis to the study of self-concept: First and higher order factor models and their invariance across groups". In *Cronological Bulletin*. 7 (3): 562-582.
72. Marsh, H. (1990a): "Confirmatory factor analysis of multitrait-multimethod data: The construct validation of multidimensional self-concept responses". In *Journal of Personality*. (58): 661-692.
73. Marsh, H. (1990b): "A multidimensional, hierarchical self-concept: Theoretical and empirical justification". In *Educational Psychology Review*. (2): 77-172.
74. Marsh, H. (1993a): "Physical fitness self-concept: Relations to field and technical indicators of physical fitness for boys and girls aged 9-15". In *Journal of Sports & Exercise Psychology*. (15): 184-206.
75. Marsh, H. (1993b): "The multidimensional structure of physical fitness: Invariance over gender and age". In *Research Quarterly for Exercise and Sport*. 51 (3): 256-273.
76. Marsh, H. (1993c): "Academic self-concept: Theory measurement and research". In *Psychological perspectives on the self*. Vol. IV. Lawrence Erlbaum Associates. Hillsdale, NJ.
77. Marsh, H. (1994a): "The Measurement of Physical Self-Concept: A Construct Validation Approach". In *University of Sydney press*. Sydney.
78. Marsh, H. (1994b): "The importance of being important - Theoretical models of relations between specific and global components of physical self-concept". In *Journal of Sport & Exercise Psychology*. (16) 306-352.
79. Marsh, H., Peart, N. (1988): "Competitive and cooperative physical fitness training programs for girls: Effects on physical fitness and on multidimensional self-concepts". In *Journal of Sports & Exercise Psychology*. (10): 390-407.

80. Marsh, H.; Gouvernet, P. (1989): "Multidimensional self-concepts and perceptions of control: Construct validation of responses by children". In *Journal of Educational Psychology*. (81): 57-69.
81. Marsh, H.; Hattie, J. (1996): "Theoretical Perspectives on the Structure of Self-Concept". In *Handbook of Self-Concept: Developmental, Social, and Clinical Considerations*. Bruce A Bracken, PhD, Ed. John Wiley & Sons, Inc. USA.
82. Marsh, H.; Jackson, S. (1986): "Multidimensional self-concept, masculinity and femininity as a function of women's involvement in athletics". In *Sex roles*. (15): 391-416.
83. Marsh, H.; McDonald-Holmes, I. (1990): "Multidimensional self-concepts: Construct validation of responses by children". In *American Education Research Journal*. (27): 89-117.
84. Marsh, H.; Redmayne, R. (1994): "A multidimensional physical self-concept and its relations to multiple components of physical fitness". In *Journal of Sport & Exercise Psychology*. (46): 43-55.
85. Marsh, H.; Relich, J.; Smith, I. (1983): "Self-concept: The construct validity of interpretation based upon the SDQ". In *Journal of Personality and Social Psychology*. 45 (1): 43-55.
86. Marsh, H.; Richards, G. (1988): "The Tennessee Self Concept Scales: Reliability, internal structure, and construct validity". In *Journal of Personality and Social Psychology*. (55): 612-624.
87. Marsh, H.; Richards, G.; Barnes, J. (1986): "Multidimensional self-concepts: A long-term follow-up of the effect of participation in an outward bound program". In *Personality and Social Psychology Bulletin*. 12 (4): 475-492.
88. Marsh, H.; Richards, G.; Johnson, S.; Roche, L.; Tremayne, P. (1994): "Physical Self-Description Questionnaire - Psychometric properties and a multitrait-multimethod analysis of relations to existing instruments". In *Journal of Sport & Exercise Psychology*. (16): 270-305.
89. Marsh, H.; Shavelson, J. (1985): "Self-concept: Its multifaceted, hierarchical structure". In *Educational Psychologist*. (20): 107-125.
90. Marsh, H.; Smith, I. (1982): "Multitrait-multimethod analysis of two self-concept instruments". In *Journal of Educational Psychology*. (74): 430-440.
91. Martin, G.; Eaves, J.; Heath, C.; Jardine, R.; Feingold, M.; Eysenck, J. (1986)\*: "Transmission of social attitudes". In *Proc. Nat. Acad. Sci.* (83): 4364-4368.
92. McDonald, K.; Parke, R. (1984): "Bridging the gap: Parent-child play interaction and peer interactive competence". In *Child Development*. (55): 1265-1277.
93. McGuire, W.; McGuire, C. e Cheever, J. (1986): "The self in society: Effects of social contexts on the sense of self". In *British Journal of Social Psychology*. (25): 259-270.
94. Moore, L.; Lombardi, D.; White, M.; Campbell, J.; Oliveira, S.; Ellison, R. (1991): "Influence of parent's physical activity levels of young children". In *Journal of Pediatrics*. 118 (1): 215-219.
95. Neto, C. (1997): "Tempo e espaço para as crianças: rotinas e mudanças sociais" In *Educação Física: Contexto e Inovação. Actas do V Congresso da educação Física e Ciências do Desporto dos Países de Língua Portuguesa*. Maputo. Moçambique.
96. Nunnally, J. (1978): *Psychometric theory*. McGraw-Hill Publishing Company. New York.
97. Ogilvie, D.; Ashmore R. (1991): "Self-with-other representation as a unit of analysis in self-concept research". In *The relational self: Theoretical convergence in psychoanalysis and social psychology*. R.C. Curtis (Ed.). New York. 282-314.
98. Parsons, T.; Bales R. (1955)\*: *Family socialization and interaction process*. Free Press. Glencoe, IL.
99. Pate, R.; Long, B.; Heath, G. (1994): "Descriptive Epidemiology of Physical Activity in Adolescents". In *Pediatric*

- Exercise Science*. (6): 434-447. Human Kinetics Publishers, Inc. (1994).
100. Pereira, P. (1999): "Influência Parental e Outros Determinantes nos Níveis de Actividade Física - Um estudo em jovens do sexo feminino dos 12 aos 19 anos" In Dissertação apresentada às provas de Mestrado. FCDEF-UP. Porto.
101. Perpina, C. (1989): "Hábitos alimentares, peso e imagem corporal". In *Revista de Psiquiatria de la Facultad de Medicina de Barcelona*. (16): 6, 303-312.
102. Pérusse, L.; Tremblay, A.; Leblanc, C.; Bouchard, C. (1989): "Genetic and environmental influences on level of habitual physical activity and exercise participation". In *American Journal of Epidemiology*. 129 (5): 1012-1022.
103. Pina de Morais, D. (1996): "O Corpo Morfológico e o Auto-Conceito do Corpo - Um estudo em adultos do sexo feminino praticantes de Ginásticas de Academia". In *Dissertação apresentada às provas de Mestrado*. FCDEF-UP. Porto.
104. Plomin, R.; Bergeman, S. (1991): "The nature of nurture: genetic influence on 'environmental' measures". In *Behavior Brain Science*. (14): 373-427.
105. Posner, S.; Baker, L.; Heath, A.; Martin, N. (1996): "Social Contact, Social Attitudes, and Twin Similarity". In *Behavior Genetics*. 26 (2): 123-133.
106. Reid, M.; Landesman-Ramey, S.; Burchinal, M. (1990): "Dialogues with children about their families". In *Children's perspectives of the family*. I. Bretherton & M.W. Watson (Eds.). San Francisco, C.A. (48): 1-28.
107. Roberts, G.; Keiber, D.; Duda, J. (1981): "An analysis of motivation in children's sport: The role of perceived competence in participation". In *Journal of Sport Psychology*. (3): 206-216.
108. Rocha, J. (2001): "Variação racial e desempenho desportivo"
109. Rosenberg, M. (1985): "Self-concept and psychological well-being in adolescence". In *The development of self*. R. L. Leahy (Ed.). Orlando, FL.
110. Rossow, I.; Rise, J. (1994): "Concordance of parental and adolescent health behaviors". In *Social Science and Medicine*. 38 (9): 1299-1305.
111. Rowe, D. (1994): *The Limits of Family Influence: Genes, Experience, and Behavior*. The Guilford Press. New York.
112. Russel, G.; Russel, A. (1987)\*: "Mother-child and father-child relationships in middle childhood". In *Child Development*. (58): 1537-1585.
113. Russell, A.; Finnie, V. (1990): "Preschool children's social status and maternal instructions to assist group entry". In *Developmental Psychology*. (26): 603-611.
114. Ryan, R.; Lynch J. (1989): "Emotional autonomy versus detachment: Revisiting the vicissitudes of adolescence and young adulthood". In *Child Development*. (60): 340-356.
115. Sá, M. (2000): "Transmissibilidade nos hábitos de Actividade Física - Um estudo em alunos do sexo masculino do 10º ao 12º ano de escolaridade". In *Dissertação apresentada às provas de Mestrado*. FCDEF-UP. Porto.
116. Sallis, J.; McKenzie, T. (1991): "Physical education's role in public health". In *Research Quarterly for Exercise and Sport*. 62: 124-137.
117. Sallis, J.; Patrick, K. (1994): "Physical activity guidelines for adolescents: a Consensus Statement". In *Pediatric Exercise Science*. (6): 295-302.
118. Sallis, J.; Simons-Morton, B.; Stone, E.; Corbin, C.; Epstein, L.; Faucette, N.; Iannotti, R.; Kilen, J.; Klesges, R.; Petray, C.; Rowland, T.; Taylor, W. (1992): "Determinants of physical activity and interventions in youth". In *Medicine and Science in Sports and Exercise*. 24 (6): s248-s257.
119. Sallis, J.; Patrick, K. (1994): "Physical Activity Guidelines for Adolescents: Consensus Statement". In *Pediatric Exercise Science*. (6): 302-314.
120. Scarr, S. (1992): "Developmental theories for the 1990s: Development and individual differences". In *Child Development*. (63): 1-19.

121. Scarr, S., McCartney, K. (1983): "How people make their own environments: A theory of genotype - environment effects". In *Child Development*. (54): 424-435.
122. Schneider, B. (1994): "Children's social competence in context the contributions of family, school and culture". In *International Series in Experimental Social Psychology*. Oxford.
123. Serra, A. (1987): "A Importância do Auto-Conceito". In *Psiquiatria Clínica*. (7): 57-66.
124. Shavelson, R.; Hubner, J.; Stanton, J. (1976): "Self-Concept: Validation of construct interpretations". In *Review of Educational Research*. (46): 407-441.
125. Shavelson, R.; Marsh, H. (1986): "On the structure of self-concept". In *Anxiety and cognitions*. R. Schwarzer (Ed.). Hillsdale, N.J.
126. Sonstroem, R.; Speliotis, E.; Fava, J. (1992): "Perceived physical competence in adults: An examination of the Physical Self-Perception Scale". In *Journal of Sports & Exercise Psychology*. (10): 207-221.
127. Sparks, A. (1997): "Reflections on the Socially Constructed Physical Self". In *The physical Self. From Motivation to Well-Being*. Human Kinetics Publishers. Champaign. Illinois.
128. Spearman, C. (1927)\*: *The abilities of man*. Macmillan. London.
129. Steinberg, L.; Brown, P. (1989): "Beyond the classroom: parental and peer influences on high school achievement". In *Paper presented at the annual meeting of the American Educational Research Association*. San Francisco.
130. Stucky, R.; DiLorenzo, T. (1993): "The determinants of physical activity in children". In *Preventive Medicine*. 22: 880-899.
131. Thurstone, L. (1938)\*: *Primary mental abilities*. University of Chicago. Chicago.
132. Thurstone, L.; Thurstone, T. (1941)\*: *Factorial studies of intelligence*. University of Chicago. Chicago.
133. Triandis, H.; McCusker, C.; Hui, C. (1990): "Multimethod probes of individualism and collectivism". In *Journal of Personality and Social Psychology*. 59 (5): 1006-1020.
134. Truett, R.; Eaves, J.; Meyer, M.; Heath, C.; Martin, G. (1992): "Religion and education as mediators of attitudes: A multivariate analysis". In *Behavior Genetics*. 22 (1): 43-62.
135. Ulrich, B. (1987): "Perceptions of physical competence, motor competence, and participation in organized sport: Their interrelationships in young children". In *Research Quarterly For Exercise and Sport*. 58 (6), 57-67.
136. Vernon, P. (1950)\*: *The structure of human abilities*. Methuen. London.
137. Vrijens, J.; Beunen, G.; Borms, J.; Lefevre, J.; Claessens, A. (1993): "A cross-cultural study of endurance fitness in Flemish girls and boys". In *World-Wide Variation in Physical Fitness*. Eds. Claessens, A.L.; Lefevre, J.; Eynde, B.V. Institute of Physical Education, Leuven. 202-207.
138. Weiss, M. (1987): "Self-Esteem and Achievement in Children's Sport and Physical Activity." In *Advances in Pediatric Sport Sciences*. Human Kinetics Publishers. Champaign. Illinois. (2): 87-120.
139. Weiss, M. (1993): "Psychological Effects of Intensive Sport Participation on Children and Youth: Self-Esteem and Motivation". In *Intensive Participation in Children's Sports*. Human Kinetics Publishers. Champaign. Illinois. 39-70.
140. Willis, J., Campbell, L. (1982): *Exercise Psychology*. Human Kinetics Publishers. Champaign, Illinois.
141. Wold, B., Hendry, L. (1998): *Social and environment factors associated with physical activity in young people*. In *Young and Active? Young people and health-enhancing physical activity-evidence and implications*. Biddle, S.; Sallis, J.; Cavill, N. (Eds). Health Education Authority.
142. Youniss, J.; Smollar, J. (1985): "Adolescents relations with mothers, fathers, and friends". In *University of Chicago Press*. Chicago.

\* Citação indirecta

1. Aarnio, M.; Winter, T.; Kujala, U.; Kaprio, J. (1997): "Familial aggregation of leisure-time physical activity - a three generation study". In *International Journal of Sports Medicine*. 18: 549-556.
2. Allen, J.; Hauser, S.; Bell, K.; O'Connor, T. (1994): "Longitudinal assessment of autonomy and relatedness in adolescent-family interaction: predictors of adolescent ego development and self-esteem". In *Child Development*. (65): 179-194.
3. Almeida, A. (1995): "A Relação entre Auto-Conceito e Aptidão Física - Estudo Comparativo entre Atletas e não Atletas dos 13 aos 15 anos de idade". In *Dissertação Apresentada às Provas de Mestrado*. FCDEF-UP. Porto.
4. Almeida, P.; Maia, J.; Fontoura, J. (1996): "Auto-Conceito Físico: Estudo da Sua Expressão Diferencial em Atletas e Não Atletas". In *Avaliação Psicológica: Formas e Contextos*. Vol. IV. Associação de Psicólogos Portugueses (APPORT). Braga.
5. American College of Sports Medicine (1998): *ACM's Research Manual for Guidelines for Exercise Testing and Prescription (3th ed.)*. Lippincott Williams & Wilkins.
6. American College of Sports Medicine (2000): *Guidelines for Exercise Testing and Prescription (6th ed.)*. Lippincott Williams & Wilkins.
7. Armstrong, N. (1998): "O papel da escola na promoção de estilos de vida activos". In *A Educação para a Saúde na Promoção de Estilos de Vida Saudáveis*. Omniserviços.
8. Åstrand, P. (1992): "Why exercise". In *Medicine and Science in Sports and Exercise*. 24 (2): 153-162.
9. Baecke, J.; Burema, J.; Fritters, J. (1982): "A short questionnaire for the measurement of habitual activity in epidemiological studies". In *American Journal of Clinical Nutrition*. (36): 936-942.
10. Bane, S.; McAuley, E. (1998): "Body Image and Exercise. Advances in Sport and Exercise Psychology Measurement". In Human Kinetics Publishers. Illinois.
11. Bhavnagri, N.; Parke, R. (1991): "Parents as direct facilitators of children's peer relationships: Effects of age of child and sex of parent". In *Journal of Social and Personal Relationships*. (8): 423-440.
12. Biddle, J. (1997): "Cognitive Theories of Motivation and the Physical Self". In *The physical Self. From Motivation to Well-Being*. Human Kinetics Publishers. Champaign. Illinois.
13. Billing, J.; Hershberger, S.; Iacono, W.; McGue, M. (1996): "Life Events and Personality in Late Adolescence: Genetic and Environmental relations". In *Behavior Genetics*. 26 (6): 543-554.
14. Bogenschneider, K.; Wu, M.; Raffaelli, M.; Tsay, J. (1998): "Parent influences on adolescent peer orientation and substance use: the interface of parenting practices and values". In *Child Development*. 69 (6): 1672-1688.
15. Bouchard, C.; Shephard, R. (1994): *Physical activity, fitness and health: The model and concepts: Consensus statement*. In Human Kinetics Publishers. Champaign. Illinois.
16. Bronstein, P. (1984): "Differences in mothers' and fathers' behaviors toward children: A cross-cultural comparison". In *Developmental Psychology*. (20): 995-1003.
17. Brown, B.; Mounts, N.; Lamborn, S.; Steinberg, L. (1993): "Parenting practices and peer group affiliation in adolescence". In *Child Development*. (64): 467-482.
18. Byrne, B. (1984): "The general/academic self-concept nomological network: A review of construct validation research". In *Review of Educational Research*. (54): 427-456.
19. Byrne, B.; Shavelson, R. (1987): "Adolescent self-concept: Testing the assumption of equivalence across gender". In *American Educational Research Journal*. (24): 365-385.
20. Cachapuz, C. (1998): "Actividade física em adultos idosos - um estudo realizado no concelho do Porto" In *Dissertação Apresentada às Provas de Mestrado*. FCDEF - UP. Porto.
21. Carson, L. (1991): "Search of mediators processes: emotional cues as links between

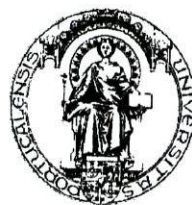


## VIII. ANEXOS

# UNIVERSIDADE DO PORTO

FACULDADE DE CIÊNCIAS DO DESPORTO E DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Mestrado em Ciências do Desporto - Desporto de Crianças e Jovens  
Laboratório de Cineantropometria e Gabinete de Estatística Aplicada



## Questionário de Auto-Conceito do Corpo (© H.W. Marsh, University of Western Sidney, 1993)

Identificação

Nº.

Sexo: M    F

Data de nascimento:...../...../.....

Idade:.....

Escola/Instituição:.....

Ano:.....

Esta é uma oportunidade de olhar para si próprio(a). Trata-se de um inquérito anónimo e, como tal, gostaríamos que as suas respostas reflectissem aquilo que sente em relação a si próprio(a).

O objectivo deste estudo é averiguar de que forma as pessoas se descrevem a si mesmas em termos físicos. Assim, nas páginas seguintes, vai ser convidado(a) a pensar em si próprio(a) em termos físicos. Por exemplo, se se considera bonito(a), forte, coordenado(a), se adoece facilmente, etc. Procure responder rapidamente, como se sente no momento e, por favor, não deixe nenhuma resposta em branco.

Quando estiver pronto(a) a começar, por favor, leia uma frase de cada vez e escolha a sua resposta. Há seis (6) respostas possíveis para cada pergunta que vão do "Verdadeiro" ao "Falso" passando por quatro respostas intermédias: "Frequentemente verdadeiro", "Mais verdadeiro do que falso", "Mais falso do que verdadeiro" e "Frequentemente falso", às quais correspondem um número de 1 a 6.

Escolha as suas respostas colocando um (O) à volta do número que fica por baixo da respectiva resposta.

Não transmita nem discuta a resposta com ninguém.

Antes de começar tenha em atenção os exemplos seguintes. Já respondi a duas das três questões para lhe dar o exemplo. A terceira pergunta é para ser assinalada por si assinalando com um círculo (O).

	Falso	Frequentemente falso	Mais falso do que verdadeiro	Mais verdadeiro do que falso	Frequentemente Verdadeiro	Verdadeiro
1. Gosto de banda desenhada.	1	2	3	4	5	6

(Coloquei um círculo à volta do número seis (6) debaixo da resposta "Verdadeiro". Isto significa que eu gosto realmente de ler banda desenhada. Se não gostasse muito teria colocado "Frequentemente falso", ou "Falso" se não gostasse).

	Falso	Frequentemente falso	Mais falso do que verdadeiro	Mais verdadeiro do que falso	Frequentemente Verdadeiro	Verdadeiro
2. Geralmente sou arrumado(a) e asseado(a).	1	2	3	4	5	6

(Respondi "Mais falso do que verdadeiro" porque, de facto, não sou muito arrumado, mas também não sou totalmente desarrumado).

	Falso	Frequentemente falso	Mais falso do que verdadeiro	Mais verdadeiro do que falso	Frequentemente Verdadeiro	Verdadeiro
3. Gosto de ver televisão	1	2	3	4	5	6

Procure escolher para esta frase a resposta mais adequada. Em primeiro lugar tem de averiguar se a frase é "Verdadeira" ou "Falsa" para si ou se situa algures entre estas duas respostas. Se de facto gosta bastante de ver televisão, deverá responder "Verdadeiro", colocando um círculo à volta do último número (6). Se, porventura, detesta ver televisão, deverá responder "Falso", colocando um círculo no primeiro número (1). Se não vê bastante televisão, mas vê às vezes, talvez deva escolher a resposta (2) "Frequentemente falso" ou a (3) "Mais falso do que verdadeiro".

Se quiser alterar uma resposta já marcada, deverá cruzar o círculo e colocar um novo círculo à volta de outro número na mesma linha. Deverá marcar apenas uma resposta para cada frase. Não deixe ficar nenhuma frase por responder, mesmo que não tenha a certeza de qual o número a assinalar.

Desde já agradecemos a sua colaboração.

Vire a página por favor e comece a responder ao inquérito.

	Falso	Frequentemente falso	Mais falso do que verdadeiro	Mais verdadeiro do que falso	Frequentemente Verdadeiro	Verdadeiro
1. Quando adoço, sinto-me tão mal que nem consigo sair da cama.	1	2	3	4	5	6
2. Sinto-me confiante quando faço movimentos coordenados.	1	2	3	4	5	6
3. Várias vezes por semana, faço exercícios ou jogo até ficar com a respiração ofegante.	1	2	3	4	5	6
4. Sou demasiado gordo(a).	1	2	3	4	5	6
5. As pessoas pensam que eu sou bom (boa) em desportos.	1	2	3	4	5	6
6. estou satisfeito(a) com o tipo de pessoa que sou fisicamente.	1	2	3	4	5	6
7. Sou atraente para a minha idade.	1	2	3	4	5	6
8. Sou uma pessoa fisicamente forte.	1	2	3	4	5	6
9. Sou bastante bom(boa) a dobrar, torcer e rodar o meu corpo.	1	2	3	4	5	6
10. Sou capaz de correr longas distâncias sem parar.	1	2	3	4	5	6
11. geralmente, a maior parte das coisas que faço saem bem.	1	2	3	4	5	6
12. Normalmente apanho qualquer doença (gripe, vírus, constipação, etc.) que ande no ar.	1	2	3	4	5	6
13. Controlo facilmente os movimentos do meu corpo.	1	2	3	4	5	6
14. Faço muitas vezes exercícios e actividades que me obrigam a respirar com dificuldade.	1	2	3	4	5	6
15. A minha cintura é muito larga.	1	2	3	4	5	6
16. Sou bom(boa) na maioria dos desportos.	1	2	3	4	5	6
17. Fisicamente, estou satisfeito(a) comigo mesmo(a).	1	2	3	4	5	6
18. Tenho um rosto bonito.	1	2	3	4	5	6
19. Tenho muito poder no meu corpo.	1	2	3	4	5	6
20. Tenho um corpo flexível.	1	2	3	4	5	6
21. Eu saía-me bem num teste de resistência física.	1	2	3	4	5	6
22. Não tenho muita coisa de que me possa orgulhar.	1	2	3	4	5	6
23. estou tantas vezes doente que não consigo fazer tudo aquilo que queria.	1	2	3	4	5	6
24. Sou bom(boa) em movimentos coordenados.	1	2	3	4	5	6

	Falso	Frequentemente falso	Mais falso do que verdadeiro	Mais verdadeiro do que falso	Frequentemente Verdadeiro	Verdadeiro
25. Faço exercícios ou uma actividade três ou quatro vezes por semana que me fazem cansar e dura pelo menos trinta minutos.	1	2	3	4	5	6
26. Tenho demasiada gordura no meu corpo.	1	2	3	4	5	6
27. A maioria dos desportos são fáceis para mim.	1	2	3	4	5	6
28. Estou satisfeito(a) com o meu aspecto e com aquilo que sou capaz de fazer fisicamente.	1	2	3	4	5	6
29. Tenho melhor aparência do que a maioria dos(das) meus (minhas) amigos(amigas).	1	2	3	4	5	6
30. Sou mais forte do que a maioria das pessoas da minha idade.	1	2	3	4	5	6
31. O meu corpo é rígido e inflexível.	1	2	3	4	5	6
32. Sou capaz de correr cinco quilómetros sem parar.	1	2	3	4	5	6
33. Sinto que a minha vida não é muito útil.	1	2	3	4	5	6
34. Raramente adoço.	1	2	3	4	5	6
35. Sou capaz de executar movimentos suaves na maior parte das actividades.	1	2	3	4	5	6
36. Faço coisas fisicamente activas (como <i>jogging</i> , dança, andar de bicicleta, aeróbica, ginástica ou natação) pelo menos três vezes por semana.	1	2	3	4	5	6
37. tenho peso a mais.	1	2	3	4	5	6
38. tenho boas capacidades desportivas.	1	2	3	4	5	6
39. Fisicamente sinto-me bem comigo mesmo(a).	1	2	3	4	5	6
40. Sou feio(a).	1	2	3	4	5	6
41. Sou fraco(a) e não tenho músculos.	1	2	3	4	5	6
42. As partes do meu corpo são flexíveis e movem-se bem na maior parte das direcções.	1	2	3	4	5	6
43. Penso que seria capaz de correr uma grande distância sem parar.	1	2	3	4	5	6
44. No geral, não presto.	1	2	3	4	5	6
45. Adoço muitas vezes.	1	2	3	4	5	6
46. Sinto que o meu corpo responde facilmente a movimentos coordenados.	1	2	3	4	5	6
47. Pratico muitos desportos, dança, ginástica ou outras actividades físicas.	1	2	3	4	5	6

	Falso	Frequentemente falso	Mais falso do que verdadeiro	Mais verdadeiro do que falso	Frequentemente Verdadeiro	Verdadeiro
48. O meu estômago é demasiado grande.	1	2	3	4	5	6
49. Sou melhor em desportos do que a maioria dos meus amigos(das minhas amigas).	1	2	3	4	5	6
50. Estou satisfeito(a) com a pessoa que sou e com o que sou capaz de fazer fisicamente.	1	2	3	4	5	6
51. Sou bonito(a).	1	2	3	4	5	6
52. Eu saía-me bem num teste de força.	1	2	3	4	5	6
53. Penso que sou suficientemente flexível para a maioria dos desportos.	1	2	3	4	5	6
54. Sou capaz de estar fisicamente activo(a) durante um longo período de tempo sem me cansar.	1	2	3	4	5	6
55. Faço bem a maior parte das coisas que faço.	1	2	3	4	5	6
56. Quando adoço, levo muito tempo a melhorar.	1	2	3	4	5	6
57. Sou gracioso(a) e coordenado(a) quando pratico desportos e actividades físicas.	1	2	3	4	5	6
58. Pratico desportos, exercício, dança ou outras actividades físicas quase todos os dias .	1	2	3	4	5	6
59. As outras pessoas pensam que eu sou gordo(a).	1	2	3	4	5	6
60. Sou um(a) bom(boa) desportista.	1	2	3	4	5	6
61. Estou satisfeito(a) com aquilo que sou fisicamente.	1	2	3	4	5	6
62. Ninguém me acha bonito(a).	1	2	3	4	5	6
63. Sou bom(boa) a levantar objectos pesados.	1	2	3	4	5	6
64. Penso que me sairia bem num teste a medir a flexibilidade.	1	2	3	4	5	6
65. Sou bom(boa) em actividades de resistência tais como: corrida de longa duração, aeróbica, andar de bicicleta e natação.	1	2	3	4	5	6
66. No geral, tenho muito de que me possa orgulhar.	1	2	3	4	5	6
67. tenho que ir ao médico por razões de doença, mais vezes do que a maioria das pessoas da minha idade.	1	2	3	4	5	6
68. No geral, sou um fracasso.	1	2	3	4	5	6
69. Normalmente mantenho-me saudável mesmo quando os(as) meus(minhas) amigos(as) adoecem.	1	2	3	4	5	6
70. Nada do que eu faço parece sair bem.	1	2	3	4	5	6



### Questionário sobre a Actividade Física Habitual dos Pais

Data de Aplicação do Questionário...../...../.....

Identificação

N.º

Data de nascimento:...../...../..... Idade:.....

Apelido:..... Nome Próprio (1º Nome):.....

Grau de Parentesco: Mãe  Pai  Outro :.....

Peso:..... Kg Altura:..... m

Freguesia de residência: .....

Profissão:..... Reside com o cônjuge? Sim  Não

2. No trabalho, costuma sentar-se?

Nunca  1 Raramente  2 Algumas vezes  3 Frequentemente  4 M<sup>to</sup> frequentemente  5

3. No local de trabalho, mantém-se de pé?

Nunca  1 Raramente  2 Algumas vezes  3 Frequentemente  4 M<sup>to</sup> frequentemente  5

4. No trabalho, movimenta-se a pé?

Nunca  1 Raramente  2 Algumas vezes  3 Frequentemente  4 M<sup>to</sup> frequentemente  5

5. No trabalho, pega em cargas pesadas?

Nunca  1 Raramente  2 Algumas vezes  3 Frequentemente  4 M<sup>to</sup> frequentemente  5

6. Depois do trabalho sente-se cansado?

Nunca  1 Raramente  2 Algumas vezes  3 Frequentemente  4 M<sup>to</sup> frequentemente  5

7. Durante o trabalho transpira?

Nunca  1 Raramente  2 Algumas vezes  3 Frequentemente  4 M<sup>to</sup> frequentemente  5

8. Em comparação com os outros colegas da sua idade, pensa que o seu trabalho é fisicamente...

Mais leve  1 Leve  2 Tão pesado  3 Pesado  4 Mais pesado  5

9. Pratica algum desporto?

Sim   
1

Não   
2

Se respondeu afirmativamente:

- Qual o desporto que pratica frequentemente?.....

- Quantas horas por semana?

<1   
1

1-2   
2

2-3   
3

3-4   
4

>4   
5

- Quantos meses por ano?

<1   
1

1-3   
2

4-6   
3

7-9   
4

>9   
5

Se pratica um segundo desporto:

- Qual é o desporto? .....

- Quantas horas por semana?

<1   
1

1-2   
2

2-3   
3

3-4   
4

>4   
5

- Quantos meses por ano?

<1   
1

1-3   
2

4-6   
3

7-9   
4

>9   
5

10. Em comparação com outros colegas da sua idade, pensa que a sua actividade física durante os tempos livres é?

M<sup>to</sup> menor   
1

Menor   
2

Igual   
3

Maior   
4

M<sup>to</sup> Maior   
5

11. Durante os tempos livres transpira?

Nunca   
1

Raramente   
2

Algumas vezes   
3

Frequentemente   
4

M<sup>to</sup> frequentemente   
5

12. Durante os tempos livres pratica desporto?

Nunca   
1

Raramente   
2

Algumas vezes   
3

Frequentemente   
4

M<sup>to</sup> frequentemente   
5

13. Durante os tempos livres vê televisão?

Nunca   
1

Raramente   
2

Algumas vezes   
3

Frequentemente   
4

M<sup>to</sup> frequentemente   
5

14. Durante os tempos livres anda a pé?

Nunca   
1

Raramente   
2

Algumas vezes   
3

Frequentemente   
4

M<sup>to</sup> frequentemente   
5

15. Durante os tempos anda de bicicleta?

Nunca   
1

Raramente   
2

Algumas vezes   
3

Frequentemente   
4

M<sup>to</sup> frequentemente   
5

16. Quantos minutos anda a pé por dia? (para se dirigir ao local de trabalho, local de treino, compras, etc.)

<5   
1

5-15   
2

15-30   
3

30-45   
4

>45   
5



### Questionário sobre a Actividade Física Habitual dos Filhos

Data de Aplicação do Questionário...../...../.....

Identificação

Nº.

Data de nascimento:...../...../..... Idade:.....

Apelido:..... Nome Próprio (1º Nome):.....

Já ocorreu o 1º ciclo menstrual?: Sim  Não

Morada: .....

Escola:..... Nome do Prof. EF: .....

2. Na escola, nos períodos de recreio, costuma sentar-se?

Nunca  1 Raramente  2 Algumas vezes  3 Frequentemente  4 M<sup>to</sup> frequentemente  5

3. Na actividade escolar mantém-se de pé?

Nunca  1 Raramente  2 Algumas vezes  3 Frequentemente  4 M<sup>to</sup> frequentemente  5

4. Desloca-se a pé de sua casa para a escola?

Nunca  1 Raramente  2 Algumas vezes  3 Frequentemente  4 M<sup>to</sup> frequentemente  5

5. Na escola pega em cargas pesadas?

Nunca  1 Raramente  2 Algumas vezes  3 Frequentemente  4 M<sup>to</sup> frequentemente  5

6. Depois do seu dia escolar sente-se cansado?

Nunca  1 Raramente  2 Algumas vezes  3 Frequentemente  4 M<sup>to</sup> frequentemente  5

7. Durante o trabalho diário escolar transpira?

Nunca  1 Raramente  2 Algumas vezes  3 Frequentemente  4 M<sup>to</sup> frequentemente  5

8. Em comparação com os outros colegas da sua idade, pensa que o seu trabalho é fisicamente...

Mais leve  1 Leve  2 Tão pesado  3 Pesado  4 Mais pesado  5

9. Pratica algum desporto?

Sim   
1

Não   
2

Se respondeu afirmativamente:

- Qual o desporto que pratica frequentemente?.....

- Quantas horas por semana?

<1   
1

1-2   
2

2-3   
3

3-4   
4

>4   
5

- Quantos meses por ano?

<1   
1

1-3   
2

4-6   
3

7-9   
4

>9   
5

Se pratica um segundo desporto:

- Qual é o desporto? .....

- Quantas horas por semana?

<1   
1

1-2   
2

2-3   
3

3-4   
4

>4   
5

- Quantos meses por ano?

<1   
1

1-3   
2

4-6   
3

7-9   
4

>9   
5

10. Em comparação com outros colegas da sua idade, pensa que a sua actividade física durante os tempos livres é?

M<sup>to</sup> menor   
1

Menor   
2

Igual   
3

Maior   
4

M<sup>to</sup> Maior   
5

11. Durante os tempos livres transpira?

Nunca   
1

Raramente   
2

Algumas vezes   
3

Frequentemente   
4

M<sup>to</sup> frequentemente   
5

12. Durante os tempos livres pratica desporto?

Nunca   
1

Raramente   
2

Algumas vezes   
3

Frequentemente   
4

M<sup>to</sup> frequentemente   
5

13. Durante os tempos livres vê televisão?

Nunca   
1

Raramente   
2

Algumas vezes   
3

Frequentemente   
4

M<sup>to</sup> frequentemente   
5

14. Durante os tempos livres anda a pé?

Nunca   
1

Raramente   
2

Algumas vezes   
3

Frequentemente   
4

M<sup>to</sup> frequentemente   
5

15. Durante os tempos anda de bicicleta?

Nunca   
1

Raramente   
2

Algumas vezes   
3

Frequentemente   
4

M<sup>to</sup> frequentemente   
5

16. Quantos minutos anda a pé por dia? (*para se dirigir ao local de trabalho, local de treino, compras, etc.*)

<5   
1

5-15   
2

15-30   
3

30-45   
4

>45   
5

17. A(o) sua(seu) melhor amiga(o) pratica algum desporto ou qualquer outra actividade física?

Sim   
1

Não   
2

Se respondeu afirmativamente:

- Qual o desporto que pratica?.....

- Que influência teve a(o) sua(seu) melhor amiga(o) na sua opção de praticar uma actividade física?

Nenhuma   
1

Alguma   
2

Muita   
3

---

18. Tem irmãos?

Sim   
1

Não   
2

Se respondeu afirmativamente:

- Qual o desporto que ele(s)pratica(m)?.....

- Que influência tiveram na sua opção de praticar uma actividade física?

Nenhuma   
1

Alguma   
2

Muita   
3

---

19. Que influência tiveram o(s) seu(s) Professores de Educação Física na sua opção de praticar uma actividade física?

Nenhuma   
1

Alguma   
2

Muita   
3