

## **Prática de atividade física de escolares adolescentes e o apoio de pais, amigos e professores de educação física**

### **Practice of physical activity of adolescent schoolchildren and the support of parents, friends and physical education teachers**

DOI:10.34117/bjdv8n5-260

Recebimento dos originais: 21/03/2022

Aceitação para publicação: 29/04/2022

#### **Marcelo Barros de Vasconcellos**

Doutor

Instituto de Aplicação Fernando Rodrigues da Silveira

Instituição: CAP UERJ, Universidade do Estado do Rio de Janeiro

Rio de Janeiro, Brasil

Endereço: R. Barão de Itapagipe, 96 - Rio Comprido, Rio de Janeiro

RJ, CEP: 20261-005

E-mail: professormarcelobarros@hotmail.com

#### **Glória Valeria da Veiga**

Doutora

Instituição: Instituto de Nutrição Josué de Castro, Universidade Federal do Rio de

Janeiro

Endereço: Rio de Janeiro, Brasil

#### **RESUMO**

O apoio social tem sido sugerido como ferramenta para ajudar o adolescente a aumentar o nível de atividade física, diminuir o comportamento sedentário e prevenir doenças, tais como obesidade. O presente estudo investigou a prevalência das diferentes formas de apoio social (pais, amigos e professores de educação física) na prática de atividade física dos escolares adolescentes de escolas da rede municipal de Niterói, RJ por meio de questionário semiestruturado, em uma amostra probabilística (n = 326, sendo 194 meninas) de escolares (10 a 19 anos) do sexto ao nono ano. Os resultados demonstram que apenas um em cada 10 alunos têm o apoio dos pais para praticar atividade física juntos. Meninos recebem mais elogios dos pais e dos professores de educação física quando praticam atividade física em reação as meninas. Os tipos de apoio mais usados pelos pais e professores foi o incentivo. Os tipos de apoio de amigos de maior prevalência nos meninos mais novos foi o praticar juntos (91,9%) e nos mais velhos convidar (93,7%). Já nas meninas mais novas, o tipo convidar (67,9%) e nas mais velhas o tipo praticar junto (90,0%). Conclui-se que a prática de atividade física em escolares é influenciada pelo apoio de pais, amigos e professores de educação física, assim políticas públicas devem estimular estes protagonistas a incentivarem o adolescente a aumentar a prática de atividade física e consequentemente contribuir para prevenir doenças e excesso de peso nas gerações futuras.

**Palavras-chave:** apoio social, atividade física, adolescentes

#### **ABSTRACT**

Social support has been suggested as a tool to help adolescents increase their level of physical activity, decrease sedentary behavior and prevent diseases such as obesity. The

present study investigated the prevalence of different forms of social support (parents, friends and physical education teachers) in the practice of physical activity by adolescent students from schools in the municipal network of Niterói, RJ, through a semi-structured questionnaire, in a probabilistic sample (  $n = 326$ , of which 194 were girls) from schoolchildren (10 to 19 years old) from the sixth to the ninth grade. The results show that only one in 10 students have parental support to practice physical activity together. Boys receive more praise from parents and physical education teachers when they engage in physical activity in response to girls. The types of support most used by parents and teachers was encouragement. The most prevalent types of support from friends among younger boys were practicing together (91.9%) and inviting older boys (93.7%). In the younger girls, the type to invite (67.9%) and in the older ones, the type to practice together (90.0%). It is concluded that the practice of physical activity in schoolchildren is influenced by the support of parents, friends and physical education teachers, so public policies should encourage these protagonists to encourage adolescents to increase the practice of physical activity and consequently contribute to preventing diseases and overweight in future generations.

**Keywords:** social support, physical activity, adolescents.

## 1 INTRODUÇÃO

Atividade física tem sido apontada como benéfica para saúde, contudo a população parece não considerá-la como prioridade (KOHL et al., 2012). Dados da Organização Mundial de Saúde (OMS) e de estudo brasileiro de abrangência nacional mostraram que em ambos, somente dois em cada 10 adolescentes atingiram as recomendações diárias de atividade física moderada ou vigorosa (AFMV) ( $\geq 300$  min/sem) (WHO, 2016; Martins et al., 2018).

Baixos níveis de atividade física têm sido associados a comportamentos não saudáveis, aumento do risco de doenças, incluindo obesidade (CRAVEN et al., 2018) e dentre as justificativas para não serem ativos estão: a falta de tempo, de interesse ou apreciação pela atividade prática e o apoio social pode ser mediador nesse processo de adesão a prática de atividade física (SHEN et al., 2016).

É necessário que o núcleo familiar e de amigos se envolvam no desenvolvimento do adolescente, apoiando o comportamento ativo, principalmente para que eles tenham confiança para adotar a atividade física em seu dia a dia (TODISCO et al., 2017). Com efeito, destaca-se que adolescentes com maior apoio social dos pais e dos amigos se sentem mais capazes de superar barreiras para a prática de atividades físicas e esses apoios têm sido associados ao nível de atividade física dos adolescentes (CHENG et al., 2014). Assim, deve-se aproveitar a influência do apoio social, que refere-se ao apoio de algum indivíduo que ajude uma pessoa a praticar atividade física (DOWDA et al., 2007), para

aumentar os níveis de atividade física e diminuir a atividade de lazer sedentária, pois isso gera um impacto benéfico na redução da prevalência atual de jovens com sobrepeso e obesidade através de um aumento no gasto de energia (SAWKA et al., 2013).

O fato dos adolescentes não atingirem as recomendações mínimas de atividades físicas preocupam cientistas e fez despertar o interesse em estudos que avaliassem os fatores que interferem nessa prática, dentre eles o apoio social tem sido estudado, e mesmo as recentes pesquisas afirmam que ainda não está claro como a influências de apoio social atua no comportamento de atividade física (LAIRD et al., 2018). Neste contexto, é importante a investigação de diferentes tipos de apoio que são utilizados na prática de atividade física nesta faixa etária, visando orientar políticas de incentivo a esta prática. Dentre esses fatores, o apoio social, tem sido incentivado (DOWDA et al., 2007), pois tem sido demonstrado que tal apoio pode contribuir para incentivar a prática de atividade física entre jovens (McDAVID et al., 2012).

As informações obtidas no presente estudo poderão auxiliar a comunidade científica a atuar na mudança de comportamento do adolescente e no estabelecimento de mecanismos de intervenção para aumentar a atividade física, estabelecer novos hábitos e processos de orientação relacionados à saúde na adolescência, fase da vida particularmente vulnerável à influência do contexto social e que, portanto, merecem especial atenção.

Dada a escassez de estudos que tenham avaliado a relação entre a prática de atividade física dos adolescentes escolares e a influência do apoio social do professor de educação física, pais (pai e mãe) e amigos, este estudo pretende abordar essa temática.

Assim o objetivo deste estudo foi avaliar a prevalência das diferentes formas de apoio social (pais, amigos e professores de educação física) na prática de atividade física nos escolares adolescentes de escolas da rede municipal de Niterói, RJ.

## **2 MATERIAIS E MÉTODOS**

Trata-se de um estudo transversais realizado em 2017 com amostra probabilística de estudantes adolescentes do Ensino Fundamental de 12 escolas da rede pública municipal de Niterói, RJ, Brasil. O município de Niterói, localizado na região metropolitana do Rio de Janeiro, Brasil, é composto por, aproximadamente, 487.562 habitantes e, destes, 64.396 são adolescentes entre 10 e 19 anos, segundo estimativa da população do último senso (IBGE, 2015). Em 2017, Niterói, possuía 4.634 alunos distribuídos entre o 6º e 9º anos, contabilizando um total de 178 turmas nas 12 escolas.

Foi selecionada uma amostra estratificada por escola em dois estágios: (1) turmas, com probabilidade proporcional ao seu número de alunos; (2) alunos, usando o procedimento de amostragem inversa (HALDANE, 1945). A amostragem inversa é um método de estatística sequencial que consiste em contar quantas unidades precisam ser contabilizadas para atingir o número prefixado de entrevistas realizadas. Foi o método escolhido por ser a única forma de lidar com as não respostas, sem os vieses da reponderação, da substituição ou da sobreamostragem.

O tamanho da amostra foi inicialmente fixado em 46 turmas, sendo alocado, por escola, de forma proporcional à raiz quadrada do número de alunos na instituição (alocação potência  $1/2$ ), que resultou em uma amostra de duas a seis turmas por estrato. Estabeleceu-se que, nas turmas menores, o número de alunos a serem entrevistados seria sete; nas demais, oito, de modo a chegar a um tamanho da amostra de alunos igual a 340, o suficiente para estimar, com nível de significância de 5%, proporções com erro máximo de 0,053.

Em virtude de problemas nas turmas menores, o procedimento contabilizou 14 perdas, resultando em uma amostra de 326 alunos que, quando expandida, representou 4.376 adolescentes. Foram calculados os pesos amostrais, como o inverso das probabilidades de inclusão em cada estágio da amostra, que permitem expandir para a totalidade de adolescentes escolares do sexto ao nono ano da Rede Pública Municipal de Ensino Fundamental de Niterói, os dados de atividade física, obtidas para a amostra (VASCONCELLOS et al., 2013).

Foram considerados elegíveis todos os adolescentes de 10 a 19 anos que estavam frequentando, do 6º ao 9º ano do ensino fundamental nas escolas investigadas e como critérios de exclusão ser gestantes ou ser deficiente físico ou mental que impedisse a avaliação antropométrica e preenchimento de questionário.

A seleção dos adolescentes teve o processo feito de forma equiprovável entre os alunos presentes, que quiserem participar da pesquisa e que apresentaram termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) assinado pelos responsáveis, por turma. Como o procedimento de amostragem inversa é um procedimento sequencial, a cada não entrevista (recusa, TCLE não assinado, não atendimento aos critérios de elegibilidade ou ausência no dia de coleta de dados), foi convocado o aluno cujo TCLE recebeu o número de ordem seguinte ao do último aluno chamado para entrevista.

Para a coleta de dados, inicialmente, uma circular foi encaminhada aos pais explicitando os objetivos, procedimentos e protocolos do estudo para aprovação da

participação dos escolares. A participação foi formalizada mediante assentimento do estudante e com a assinatura do pai/responsável do TCLE. Antes de iniciar a coleta de dados, com o desenho do estudo, foi feito um estudo piloto com uma das turmas para verificar se todo o procedimento estava adequado.

Para avaliação do apoio social para prática de atividade física foi usado o instrumento validado denominado Escala de Apoio Social para Prática de Atividade Física em Adolescentes (ASAFa) proposto por (FARIAS JÚNIOR et al., 2014), a qual contém 10 itens, cinco deles são destinados a avaliar o apoio social dos pais, cinco ao apoio social dos amigos, contudo novas cinco questões foram adaptadas, por três professores doutores, para avaliar o apoio social do professor de educação física. Todos os itens estavam ancorados com escala Likert de quatro pontos (nunca = 0; raramente = 1; frequentemente = 2; sempre = 3). Considerando diferentes tipos de apoio (incentivar, praticar, transportar ou fornecer transporte, assistir e elogiar). Para o apoio dos amigos o tipo “transportar” foi alterado para “convidar”; para o apoio do professor de educação física o tipo “praticar” foi alterado para “escolher”, o de “transportar” foi alterado por “ter prazer em dar aula”, e o “assistir” por “ser exemplo”. Para cada fonte (pais, amigos e professores de educação física), as respostas foram agrupadas em “sem apoio social” (nunca e raramente) e “com o apoio social” (muitas vezes e sempre).

Os dados sociodemográficos de idade, sexo e informações da atividade física, foram coletados por meio de questionário autorrespondido (VASCONCELLOS et al., 2013) sob orientação de dois pesquisadores. Para avaliar a atividade física, os adolescentes informaram que tipo de atividades realizavam, com que frequência e horas por dia, a partir de uma lista contendo várias opções de atividade. O adolescente foi classificado como fisicamente ativo, se realizou 300 min/semana de atividade física moderada/intensa e insuficientemente ativo quando não atingiu este tempo semanal (WHO, 2016).

O banco de dados da pesquisa foi elaborado e digitado pelo pesquisador. A análise dos dados foi realizada utilizando-se o software SPSS, Chicago, IL versão 22 e considerou-se o peso amostral de cada indivíduo para expansão da amostra e o efeito do desenho do estudo por conglomerados. A comparação das variáveis entre os sexos e faixa etária foi feita com base no teste qui-quadrado. O valor de  $p \leq 0,05$  foi usado para indicar significância estatística.

O projeto atende aos requisitos que envolvem os aspectos éticos da pesquisa em seres humanos, e foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa (CEP) da Universidade

Federal do Rio de Janeiro (UFRJ; CEP /HUCFF). Só participaram do estudo os adolescentes que quiseram e que tiveram o TCLE assinado pelos responsáveis.

### 3 RESULTADOS

Em relação ao apoio recebido pelos pais (pai e mãe), os meninos tiveram maior prevalência em relação as meninas nos tipos de apoio recebido (incentivar, transportar, assistir e elogiar) ( $p < 0,001$ ); já o apoio de praticar junto, apesar de baixo, foi semelhante em meninos e meninas (1 em cada 10). Apenas  $\frac{1}{4}$  dos pais assistiram o filho praticando (26,3%). Dentre os tipos de apoio usados pelos pais, o que os meninos e meninas mais receberam foi o de incentivar (79,3%) e (50,9%) respectivamente. Meninos recebem o dobro de elogios dos pais quando praticam atividade física em reação as meninas (60,7% e 32,3%) (Tabela 1).

Em relação ao apoio recebido pelos amigos, os meninos tiveram prevalência maior ( $p < 0,001$ ) em todos os cinco itens de apoio social (incentivar, praticar juntos, convidar para praticar, assistir e elogiar). Dentre os tipos de apoio usados pelos amigos, o de praticar juntos nos meninos (77,3%) e o de convidar para fazer atividade física nas meninas (50,9%) tiveram maior prevalência (Tabela 1).

Em relação ao tipo de apoio recebido pelo professor de educação física, os meninos tiveram prevalência maior ( $p \leq 0,005$ ) em todos os cinco itens de apoio social (incentivar, escolher atividade, ter prazer ao dar aula, ser exemplo e elogiar). Dentre os tipos de apoio usados pelos professores de educação física, o que os meninos e meninas mais relataram receber foi o de incentivar (64,5%) e (61,1%) respectivamente. Apenas  $\frac{1}{3}$  das meninas (33,6%) e somente a metade dos meninos (48,1%) recebem elogios dos professores (Tabela 1).

O apoio social dos pais teve resultados nos cinco itens de apoio social como sendo significativos ( $p < 0,001$ ) tanto em meninos quanto em meninas em relação aos adolescentes serem ativos. Meninos que tiveram apoio social dos pais foram mais ativos que as meninas quando receberam apoio por meio de incentivar, assistir e elogiar. Já as meninas ativas tiveram prevalência maior quando receberam apoio dos pais por meio de praticar juntos e quando foram levados por eles. A prevalência dos que receberam incentivo dos pais e são ativos foram nos meninos (94,9%) e nas meninas (78,4%) (Tabela 2).

O apoio dos amigos teve resultados nos cinco itens de apoio social como sendo significativos ( $p < 0,001$ ) tanto em meninos quanto em meninas em relação aos

adolescentes serem ativos, sendo que os meninos foram mais ativos em todos os cinco itens de apoio ( $p < 0,001$ ) (Tabela 2).

O apoio social do professor de educação física teve resultados significativos ( $p$  valor  $< 0,005$ ) em todos os itens de apoio social, exceto no apoio por meio de incentivo feito para as meninas que não teve diferença entre as ativas e insuficientemente ativos (Tabela 2).

Na tabela 3, os resultados da análise de prevalência verificaram os itens de apoio social oferecido por pais se associou de modo estatisticamente significativo ( $p \leq 0,005$ ) em relação aos adolescentes serem ativos, nos meninos mais novos, faixa etária de 10-13,9 anos exceto no apoio de levar que foi semelhante em ativos e insuficientemente ativos. Nos meninos mais velhos (14-18,9 anos) todos os itens de apoio social oferecidos por pais se associaram de modo estatisticamente significativa ( $p \leq 0,005$ ) em relação aos adolescentes serem ativos. Nas meninas, nas duas faixas etárias verificou-se que todos os itens de apoio social oferecidos por pais se associaram de modo estatisticamente significativo ( $p \leq 0,005$ ) ao nível adequado de atividade física, exceto no apoio de assistir, que apesar de maior nos ativos, não foi significativo.

O apoio social dos amigos foi significativo para meninos mais novos nos tipos (incentivar, praticar juntos, convidar e assistir); já nos meninos mais velhos (incentivar, convidar, assistir e elogiar). Os tipos de apoio de amigos de maior prevalência nos meninos mais novos foi o praticar juntos (91,9%) e nos mais velhos convidar (93,7%). Já nas meninas o tipo de apoio maior prevalência foram nas mais novas o tipo convidar (67,9%) e nas mais velhas o tipo praticar junto (90,0%) (tabela 3).

Em relação ao apoio do professor de educação física por faixa etária e sexo. Nos meninos mais novos o tipo de apoio (incentivar, escolher, ser modelo e elogiar) foram significativos para os adolescentes ativos ( $p \leq 0,005$ ). Já para os meninos mais velhos só o tipo de apoio incentivar não foi significativo dentre os cinco tipos de apoio. Para as meninas, o apoio do professor de educação física foi significativo ( $p \leq 0,005$ ) para os mais novos no tipo (incentivar, escolher e ser modelo); já para as mais velhas só o tipo escolher não foi significativo. Para os meninos a maior prevalência de apoio apresentada nos ativos foi do tipo de apoio ser modelo nos mais novos (73,8%) e ter prazer em dar aula nos mais velhos (63,3%), já nas meninas mais novas ser modelo (88,8%) e nos mais velhos foi ter prazer em dar aula (72,3%).

#### 4 DISCUSSÃO

O apoio social constitui uma das funções mais importantes das relações sociais (BEETS et al., 2006) e pode ser definido como qualquer informação, assistência material ou proteção oferecida por outras pessoas e/ou grupos e que resultam em efeitos emocionais e/ou comportamentos positivos (VALLA, 1999) para que ele ou ela atinge um objetivo, por exemplo, iniciar ou manter uma determinada prática de atividade física (DOWDA et al., 2007), por meio das relações sociais e interpessoais (BEETS et al., 2006) com outras pessoas significativas de diferentes grupos como: pais (CHENG et al., 2014), amigos (PRADO et al., 2014) família (McDavid et al., 2012), irmãos (FARIAS JÚNIOR et al., 2014), pares (BANNA et al., 2015) e professores (DOWDA et al., 2007), entretanto, CHENG et al. (2014) enfatizam que o comportamento humano é adquirido e modificado a partir da observação do comportamento e de experiências de aprendizagem com pessoas socialmente importantes.

As principais dimensões do apoio social envolvem aspectos de ordem emocional, instrumental, informativo e coparticipativo. O apoio emocional ou psicológico relaciona-se a percepção de ser cuidado, apoiado e valorizado por alguém (encorajamento, elogio); o apoio instrumental ou material refere-se à assistência prática e direta na realização de atividades (suporte logístico), e o apoio informativo relaciona-se com a obtenção de informações, conselhos, *feedback* positivo ou comentários (instrução) e por fim, o apoio coparticipativo auxilia na autoafirmação e refere-se a uma postura ativa de incentivo e acolhimento fornecido por outra pessoa (envolvimento junto em atividade física) (GONÇALVES et al., 2011).

Nossos achados evidenciam baixa prevalência de pais que praticam juntos, somente 1 em cada 10. Quando pelo menos um dos pais pratica atividade física, é mais provável que os comportamentos saudáveis sejam adotados pelos filhos (THIBAUT et al., 2010). É possível que pais e mães não tenham tempo para praticar juntos ou assistir o adolescentes praticando em função da sua jornada de trabalho, estudos ou pelos afazeres domésticos, entretanto é importante ressaltar a relevância do apoio recebido dos pais, sobretudo porque verificamos que independentemente do tipo de apoio oferecido pelos pais a prevalência de ativos foi maior quando eles receberam apoio. Estudo de MENDONÇA e FARIAS JÚNIOR, (2015) menciona que os indivíduos que receberam apoio de seus pais são 60% mais propensos a ser fisicamente ativo do que aqueles que não receberam.



De fato, os pais podem influenciar a atividade física dos seus filhos de diferentes formas (FARIAS JÚNIOR et al., 2014), incluindo a genética, modelação direta do comportamento, estabelecendo regras, normas, ignorando, proibindo ou valorizando determinados comportamentos por parte dos filhos, praticar junto, matriculam em clubes ou associações desportivas (BAUMAN et al., 2012), fornecendo transporte até os locais de prática (FARIAS JÚNIOR, 2010), acesso a equipamentos e materiais esportivos (BEETS et al., 2006), comentários positivos/elogios ou oportunizando atividades ao ar livre nos finais de semana (CHRISTOFARO et al., 2018).

Para VALLA, (1999) o apoio social é um processo recíproco, ou seja, que gera efeitos positivos tanto para o recipiente, como também para quem oferece o apoio. Segundo BROWN et al (2017) os filhos também podem ser apoio social e contribuir como “agente de mudança” para modelar o comportamento atividade física de seus pais. Assim, a promoção da atividade física deve considerar a unidade familiar e não apenas os adolescentes isoladamente (CHRISTOFARO et al., 2018).

Pais que reconhecem mais a importância dos benefícios da atividade física para saúde dos filhos (BAUMAN et al., 2012) ou que gostam de atividade física podem ser mais propensos a fornecer seu apoio ao filho do que os pais que não gostam ou dão valor atividade física para o seu filho (LAIRD et al., 2018) e inversamente adolescentes com apoio social inadequado dos pais, possuem, 2,0 vezes mais chances de serem insuficientemente ativos em relação aos que tinham o apoio social adequado (TODISCO et al., 2017). Chama atenção o fato de 100% dos alunos pesquisados que foram classificados como insuficientemente ativos não terem o apoio dos pais praticando junto como forma de apoio.

Os adolescentes cujos pais são fisicamente ativos e eram também no passado são seis vezes mais propensos a ser fisicamente ativos em comparação aos adolescentes cujos pais não eram fisicamente ativos no passado e não são atualmente (CHRISTOFARO et al., 2018).

Nossos achados mostram que nos meninos mais novos o apoio de ser levado pelos pais não foi significativo para serem ativos, contudo nas meninas tanto as mais novas quanto as mais velhas, ser levada foi importante para serem ativas em comparação com as insuficientemente ativas, sendo o dobro nas mais novas e cinco vezes maior nas mais velhas. Meninas dependem mais que os meninos dos pais para serem levadas aos locais para praticar atividade física. Estudo de LAIRD et al., (2018) verificou que o apoio logístico dos pais lhes permitiu diretamente ser ativa e elas não seriam capazes de fazer

as atividades que elas faziam sem este apoio de seus pais. Diferente do encontrado por RICARDO et al., (2013) onde o tipo de apoio “transporte” dos pais não foi significativo nas meninas.

Os meninos foram mais ativos que as meninas em todos os cinco itens em relação ao apoio recebido por meio de amigos e a explicação pode ser pelas diferenças socioculturais existentes. De fato, meninos têm mais liberdade para encontrar amigos fora do ambiente escolar em comparação com meninas, visto que elas têm mais restrição imposta pelos pais para andarem sozinhas na rua, a rede social das mesmas fica reduzida, restringindo a atuação dos amigos e tornando os pais os principais influenciadores sobre os seus comportamentos; fato contrário se observa em relação aos meninos, que tem maior permissão dos pais para se deslocar sozinha na rua facilitando a influência dos amigos (GONÇALVES et al., 2007) ou pode ser também porque as meninas podem ser mais ativa em atividades físicas individuais, tais como andar, correr e dançar, que não dependem de assistência direta ou a companhia de outros amigos do sexo masculino ou do sexo feminino (MENDONÇA e FARIAS JÚNIOR, 2015).

O apoio social dos amigos foi significativo para meninos mais novos nos tipos (incentivar, praticar juntos, convidar e assistir); já nos meninos mais velhos (incentivar, convidar, assistir e elogiar). Os tipos de apoio de amigos de maior prevalência nos meninos mais novos foi o praticar juntos (91,9%) e nos mais velhos convidar (93,7%). Já nas meninas o tipo de apoio maior prevalência foram nas mais novas o tipo convidar (67,9%) e nas mais velhas o tipo praticar junto (90,0%).

Os meninos tendem a ser influenciados por sua rede de amizade em maior medida do que meninas (SAWKA et al., 2013). O maior fornecimento de apoio social para os adolescentes do sexo masculino está frequentemente relacionado a maior liberdade por parte dos pais em permitirem que seus filhos encontrem amigos fora do ambiente escolar, frequentem praças, parques e quadras esportivas ou simplesmente brinquem na rua, comparados aos do sexo feminino (GONÇALVES et al., 2007). Ademais, adolescentes do sexo feminino, na maioria das vezes, relatam mais experiências negativas em atividades físicas como, por exemplo, machucados e falta de habilidade decorrente da pouca vivência em diferentes tipos de atividades físicas; suas preferências por atividades mais sedentárias como assistir televisão, falar ao telefone ou “navegar na internet” (STANDIFORD et al., 2013) priorizam atividades de natureza social como a demanda das atividades acadêmicas, tarefas domésticas (GONÇALVES et al., 2007).

O adolescente desloca gradualmente a sua afeição dos pais para os outros adolescentes (pares) e à sua maneira, aprende a estabelecer relações e a ser aceito fora de casa. Este processo desenrola-se, inicialmente, nas relações com os pares, que se tornam muito intensas, sendo o comportamento do adolescente fortemente influenciado pelos outros adolescentes (BANNA et al., 2015). Os amigos podem influenciar uns aos outros no início da atividade e ao longo do tempo fortalecer suas amizades (MENDONÇA & FARIAS JÚNIOR, 2015).

Adolescentes passam várias horas do dia em contato direto com os amigos, e desse modo pode ser que a influência exercida sobre a prática de atividade física possa ser maior em relação aos pais (TODISCO et al., 2017). Apoio social dos amigos pode ser explicado pela mudança das fontes de aconselhamento na adolescência. Durante a infância os pais são os primeiros e principais influenciadores dos comportamentos e valores de seus filhos, mas durante a transição para a adolescência a ânsia por autonomia e independência leva os adolescentes a desvincular-se dos pais e passar a se aconselhar com os amigos (RICARDO et al., 2013).

Segundo PRADO et al. (2014) a companhia dos amigos é o tipo de apoio social mais importante para a prática de atividade física de adolescentes. Estudo recente com adolescentes mostrou que o apoio entre eles foi mais importante do que o apoio dos pais para impactar positivamente a participação na atividade física e a aptidão física (HOME et al., 2018). Escolares com apoio social inadequado dos amigos possuem, 1,5 mais de chances de serem insuficientes ativos em relação aos que tem o apoio social adequado (TODISCO et al., 2017).

O apoio social fornecido pelos amigos está vinculado a participação conjunta na prática de atividade física e incentivo à mesma, partilha de valores, normas, gostos e preferências por prática de atividade física entre estes, aumentando o potencial de influência dos amigos sobre a atividade física nesse subgrupo (SIERRA et al., 2015). Para SAWKA et al., (2013) o apoio de amigos acontece como um mecanismo de modelagem por troca pelo qual os jovens são influenciados por seus amigos a ter maior nível de atividade semelhante ou maior que o seu próprio nível.

A influência dos amigos pode ser positiva ou negativa. É comum pensar que a influência de outro adolescente vai ser para envolvimento ruins, entretanto os amigos podem motivar a estudar mais, a participar de atividade física, a se deslocar para escola de forma ativa (ter companhia para caminhar) (LAIRD et al., 2018), assim como podem ser má influência no comportamento durante os intervalos na escola quanto a

comportamento sedentário e mau hábito alimentar (BANNA et al., 2015). Estudo de FARIAS JÚNIOR et al. (2014) identificaram a chance de um adolescente ser fisicamente mais ativo foi quase três vezes maior entre aqueles reportando mais apoio social dos amigos.

Em estudo longitudinal desenvolvido com adolescentes Escoceses (KIRBY et al., 2011) identificaram que o apoio social dos amigos aumentava em até três vezes as chances dos adolescentes serem mais ativos fisicamente com o passar da adolescência, reforçando a ideia de que com o passar dos anos a influência social exercida pelos amigos tende a aumentar.

O fortalecimento de amizades feitas durante a participação em atividades físicas organizadas ajuda a superar barreiras que impedem de ser ativo; embora o fortalecimento de novos amizades possa potencializar o aumento da atividade física pelo apoio social, em alguns casos, a participação em atividade física pode enfraquecer conexões sociais em que amigos ou familiares não compartilham um interesse de atividade física (LAIRD et al., 2018).

A forma de apoio encontrada em nosso estudo que mais é usada pelo professor de educação física foi o incentivo. Chama atenção a baixa prevalência de elogio recebido pelos alunos, que nas aulas de educação física, podem estar relacionadas a prática ser obrigatória na escola e não uma escolha por afinidade a uma determinada modalidade. Se o exercício é feito por obrigação na escola é possível que ele seja feita com pouco empenho o que pode gerar um ciclo de pouco elogios e apenas de incentivos. Os professores de educação física podem desempenhar um papel social significativo, fazendo com que os adolescentes se tornem fisicamente ativos (CECCHINI et al., 2014). Meninos e meninas que são ativos tiveram o tipo de maior apoio do professor semelhante independentemente da idade, nos mais novos ser modelo e nos mais velhos ter prazer em dar aula. Segundo CHENG et al. (2016) o apoio social dos amigos teria uma menor influência na prática de atividade física nos adolescentes mais velhos, por estarem menos expostos à influência e o contato direto com os amigos, pois são mais exigidos para se dedicarem aos estudos, cursos preparatórios, estágios e ao trabalho.

A ação dos professores de educação física no encorajar os seus alunos a assumirem as suas responsabilidades pelo sucesso e pelas experiências positivas com o exercício são fundamentais. Para tal, cabe ao professor ajudar na construção de uma independência ativa, isto é, um fenômeno de conscientização e decisão na escolha autônoma de estilos de vida ativos. Segundo CECCHINI et al., (2014) os alunos devem

aprender a auto direcionar suas vidas, para gerenciar seu tempo e terem melhor estilo de vida. Os professores podem a) servir de inspiração, especialmente através de seus sucessos anteriores e de seu conhecimento e habilidade esportivas; b) estimular com seu entusiasmo durante o treinamento ou aulas; c) envolvidos em conversas positivas sobre atividades físicas (LAIRD et al., 2018), d) oportunizar atividades extras de atividade física em seu tempo livre (CECCHINI et al., 2014) e) criar vínculos de amizade adicionando os alunos em redes sociais relacionadas a atividade física (LAIRD et al., 2018). De fato, se os adolescentes notarem falta de atenção por parte dos professores de educação física existe maior probabilidade de abandono da atividade física.

Participar de atividade física também foi encontrada para melhorar as redes sociais, fortalecendo as relações atuais e adicionando às redes sociais (LAIRD et al., 2018). É importante notar que os adolescentes são muitas vezes envolvidos em diferentes tipos de atividades físicas e precisam receber diferentes tipos de apoio, a fim de aumentar a probabilidade de ser fisicamente ativo (BEETS et al., 2006).

O fato de se avaliar a influência do apoio social do professor de educação física é um ponto forte do estudo pois no Brasil não se tem conhecimento que outro estudo já tenha sido feito. São limitações do estudo o desenho transversal e a medida do apoio social dos pais ter sido analisada de maneira agrupada ao invés de considerar uma escala de apoio social para o pai e outra para a mãe, isto é importante, uma vez que a associação entre apoio social e atividade física pode variar conforme a fonte de apoio. Por fim, como meta de longo prazo, o incentivo a atividade física deve ser realizado na adolescência, a fim de ser transmitido a gerações futuras.

### **AGRADECIMENTOS**

Os autores agradecem a colaboração de Melina da Frota Ferreira, Angélica Fortunato e Bianca do Nascimento Costa pela ajuda na coleta de dados, a Isabela Escórcio Augusto da Matta Polycarpo, pelas sugestões para análises dos dados, a Luiz Antonio dos Anjos pelo planejamento da pesquisa e análise dos resultados e a Maurício Teixeira Leite Vasconcellos pelo desenho, expansão da amostra e colaboração na análise dos resultados.

## REFERÊNCIAS

- Bauman AE, Reis RS, Sallis JF, Wells JC, Loos RJ, Martin BW. Correlates of physical activity: why are some people physically active and others not? *Lancet*. 2012;380(9838):258-71.
- Banna JC, Buchthal OV, Delormier T, Creed-Kanashiro HM, Penny ME. Influences on eating: a qualitative study of adolescents in a periurban area in Lima, Peru. *Bmc Public Health*. 2015. 16(1):40-51.
- Beets MW, Vogel R, Forlaw L, Pitetti KH, Cardinal BJ. Social support and youth physical activity: The role of provider and type. *American Journal of Health Behavior*, 2006;30(3):278-289.
- Brown HE, Atkin AJ, Panter J, Wong G, Chinapaw MJ, van Sluijs EM. Family-based interventions to increase physical activity in children: a systematic review, meta-analysis and realist synthesis. *Obesity Reviews*, 2017;18(4):491-494.
- Cecchini JA, Fernandez-Rio J, Mendez-Gimenez A. Effects of Epstein's TARGET on adolescents' intentions to be physically active and leisure-time physical activity. *Health Educ Res*. 2014;29(3):485-90.
- Cheng L, Mendonça G, Farias Júnior J. A associação entre fatores psicossociais e atividade física em adolescentes é moderada por fatores sociodemográficos? *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*. 2016;21(4):297-306.
- Cheng LA, Mendonça G, Farias Júnior JC. Physical activity in adolescents: analysis of the social influence of parents and friends. *J Pediatr (Rio J)*. 2014;90(1):35-41.
- Christofaro DGD, Andersen LB, Andrade SM, Barros MVG, Saraiva BTC, Fernandes RA, Ritti-Dias RM. Adolescents' physical activity is associated with previous and current physical activity practice by their parents. *Jornal de Pediatria*. 2018;94(1):48-55.
- Craven MR, Keefer L, Rademaker A, Dykema-Engblade A, Sanchez-Johnsen L. Social Support for Exercise as a Predictor of Weight and Physical Activity Status Among Puerto Rican and Mexican Men: Results From the Latino Men's Health Initiative. *American Journal Of Men's Health*. 2018;12(4):766-778.
- Farias Júnior JC, Mendonça G, Florindo AA, Barros MVG. Fidedignidade e validade de uma escala de avaliação do apoio social para prática de atividade física para adolescentes – Escala ASAFA. *Rev Bras Epidemiol*. 2014; 17(2):355-70.
- Gonçalves H, Hallal PC, Amorim TC, Araújo CLP, Menezes A. Sociocultural factors and physical activity level in early adolescence. *Rev Panam Salud Pública*. 2007;22(4):246-53.
- Gonçalves TR, Pawlowski J, Bandeira DR, Piccini CA. Avaliação de apoio social em estudos brasileiros: aspectos conceituais e instrumentos. *Cienc. saude colet*. 2011;16(3):1755-1769.
- Haldane JBS. On a method of estimating frequencies. *Biometrika* 1945;33:222-5.

IBGE. Fundação Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Censo Demográfico 2010. <http://cidades.ibge.gov.br/painel/populacao.php?lang=&codmun=330330&search=rio-de-janeiro>. Acessado em 24 de novembro de 2015.

Kirby J, Levin K, Inchley J. Parental and peer influences on physical activity among Scottish adolescents: a longitudinal study. *J Phys Act Heal*. 2011;8(6):785-93

Kohl HW, Craig CL, Lambert EV, Inoue S, Alkandari JR, Leetongin G et al. The pandemic of physical inactivity: global action for public health. *Lancet*. 2012;380(9838):294-305.

Laird Y, Fawkner S, Niven A. A grounded theory of how social support influences physical activity in adolescent girls. *International Journal Of Qualitative Studies On Health And Well-being*. 2018;13(1):1435099-114.

Martins RC, Ricardo LIC, Mendonça G, de Rosa DL, da Gama Bastos LLA, de Vargas Nunes Coll C, Bielemann RM. Temporal Trends of Physical Activity and Sedentary Behavior Simultaneity in Brazilian Students. *J Phys Act Health*. 2018;15(5):331-337.

McDavid L, Cox AE, Amorose AJ. The relative roles of physical education teachers and parents in adolescents leisure-time physical activity motivation and behavior. *Psychol Sport Exerc* 2012;13(2):99-107.

Mendonça G, Farias Júnior JC. Physical activity and social support in adolescents: analysis of different types and sources of social support. *J Sports Sci*. 2015;33(18):1942-51.

Prado CV, Lima AV, Fermino RC, Rodriguez CR, Reis RS. Apoio social e prática de atividade física em adolescentes da rede pública de ensino: qual a importância da família e dos amigos? *Cad. Saúde Pública*. 2014; 30(4):827-38.

Ricardo LIC, Rombaldi A, Otte J, Perez A, Azevedo M. Association between social support and leisure-time physical activity among high school students. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, 2013;18(2):168-74.

Sawka KJ, McCormack GR, Nettel-Aguirre A, Hawe P, Doyle-Baker PK. Friendship networks and physical activity and sedentary behavior among youth: a systematized review. *International Journal Of Behavioral Nutrition And Physical Activity*, 2013;10(1):130-145.

Shen B, Centeio E, Garn A, Martin J, Kulik N, Somers C, McCaughtry N. Parental social support, perceived competence and enjoyment in school physical activity. *Journal of Sport and Health Science*. 2016;7(3):346-452.

Sierra H, Cordova M, Chen C-SJ, Rajadhyaksha M. Confocal Imaging–Guided Laser Ablation of Basal Cell Carcinomas: An Ex Vivo Study. *J Invest Dermatol*. 2015;135(2):612-15.

Standiford A. The secret struggle of the active girl: a qualitative synthesis of interpersonal factors that influence physical activity in adolescent girls. *Health Care Women Int*. 2013;34(10):860-77.

Thibault H, Contrand B, Saubusse E, Baine M, Maurice-Tison S. Risk factors for overweight and obesity in French adolescents: physical activity, sedentary behavior and parental characteristics. *Nutrition*. 2010;26(2):192-200.

Todisco W, Guilherme F, Fernandes C, Santos S, Ravagnani R, Barbosa W et al., Nível de atividade física e apoio social dos pais e amigos em escolares da rede pública. *Rev Bras Ativ Fís Saúde*. 2017;22(5):457-63.

Valla VV. Educação popular, saúde comunitária e apoio social numa conjuntura de globalização. *Cad Saude Publica*. 1999;15(2):7-14.

Vasconcellos MB, Anjos LA, Vasconcellos MTL. Estado nutricional e tempo de tela de escolares da Rede Pública de Ensino Fundamental de Niterói, Rio de Janeiro, Brasil. *Cad. Saúde Pública*. 2013; 29(4): 713-22.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). Report of the commission on ending childhood obesity. World Health Organization 2016. Disponível em: [http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/204176/1/9789241510066\\_eng.pdf?ua=1](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/204176/1/9789241510066_eng.pdf?ua=1). Acessado em 30 de maio de 2016.



Tabela 1: apoio social para prática de atividade física dos escolares da rede pública de ensino fundamental de Niterói, RJ, 2017.

<b>Fontes e tipos de apoio Social</b>	<b>Todos</b>	<b>Meninos</b>	<b>Meninas</b>	<b>P valor</b>
<b>Apoio de Pais (mãe e pai)</b>	<b>N (%)</b>	<b>N (%)</b>	<b>N (%)</b>	
<b>Não</b> incentivam	1622 (37,1)	382 (20,7)	1240 (49,1)	
Incentivam	2754 (62,9)	1467 (79,3)	1287 (50,9)	< 0,001*
<b>Não</b> praticam	3923 (89,6)	1655 (89,5)	2268 (89,8)	
Praticam	453 (10,4)	194 (10,5)	259 (10,2)	0,794
<b>Não</b> levam	3007 (68,7)	1146 (62,0)	1861 (73,6)	
Levam	1369 (31,3)	703 (38,0)	666 (26,4)	< 0,001*
<b>Não</b> assistem	3223 (73,7)	1161 (62,8)	2062 (81,6)	
Assistem	1152 (26,3)	687 (37,2)	465 (18,4)	< 0,001*
<b>Não</b> elogiam	2438 (55,7)	726 (39,3)	1712 (67,7)	
Elogiam	1937 (44,3)	1122 (60,7)	815 (32,3)	< 0,001*
<b>Apoio de Amigos</b>				
<b>Não</b> incentivam	2532 (57,9)	884 (47,8)	1648 (65,2)	
Incentivam	1843 (42,1)	964 (52,2)	879 (34,8)	< 0,001*
<b>Não</b> praticam	1689 (38,6)	419 (22,7)	1270 (50,2)	
Amigo praticam	2687 (61,4)	1429 (77,3)	1258 (49,8)	< 0,001*
<b>Não</b> chamam	1692 (38,7)	452 (24,5)	1240 (49,1)	
Chamam	2683 (61,3)	1396 (75,5)	1287 (50,9)	< 0,001*
<b>Não</b> assistem	2281 (52,1)	738 (39,9)	1543 (61,1)	
Assistem	2095 (47,9)	1111 (60,1)	984 (38,9)	< 0,001*
<b>Não</b> elogiam	2684 (61,3)	888 (48,1)	1796 (71,1)	
Elogiam	1691 (38,7)	960 (51,9)	731 (28,9)	< 0,001*
<b>Apoio do Prof. Ed. Física</b>				
<b>Não</b> incentivam	1640 (37,5)	657 (35,5)	983 (38,9)	0,023*
Incentivam	2736 (62,5)	1192 (64,5)	1544 (61,1)	
<b>Não</b> escolhem	2519 (57,6)	942 (50,9)	1577 (62,4)	< 0,001*
Escolhem	1857 (42,4)	907 (49,1)	950 (37,6)	
<b>Não têm prazer</b>	1900 (43,4)	746 (40,3)	1154 (45,7)	< 0,001*
Têm prazer	2476 (56,6)	1103 (59,7)	1373 (54,3)	
<b>Não</b> são modelo	2057 (47,0)	786 (42,5)	1271 (50,3)	< 0,001*
São modelo	2318 (53,0)	1062 (57,5)	1256 (49,7)	
<b>Não</b> elogiam	2638 (60,3)	960 (51,9)	1678 (66,4)	< 0,001*
Elogiam	1737 (39,7)	888 (48,1)	849 (33,6)	

Tabela 2: apoio social por sexo para prática de atividade física dos escolares da rede pública de ensino fundamental de Niterói, RJ, 2017.

Fontes/tipos Apoio Social	Meninos			Meninas		
	Não Ativos	Ativos	P valor	Não Ativos	Ativos	P valor
<b>Apoio de Pais (mãe e pai)</b>						
Não incentivam	346 (30,2)	36 (5,1)		1183 (52,3)	57 (21,6)	
Incentivam	798 (69,8)	669 (94,9)	< 0,001*	1080 (47,7)	207 (78,4)	< 0,001*
Não praticam	1059 (92,6)	596 (84,5)		2052 (90,6)	217 (82,2)	
Praticam	85 (7,4)	109 (15,5)	< 0,001*	212 (9,4)	47 (17,8)	< 0,001*
Não levam	755 (66,0)	391 (55,5)		1771 (78,3)	90 (34,1)	
Levam	389 (34,0)	314 (44,5)	< 0,001*	492 (21,7)	174 (65,9)	< 0,001*
Não assistem	829 (72,5)	332 (47,1)		1914 (84,6)	148 (56,1)	
Assistem	315 (27,5)	373 (52,9)	< 0,001*	349 (15,4)	116 (43,9)	< 0,001*
Não elogiam	577 (50,4)	150 (21,3)		1643 (72,6)	69 (26,1)	
Elogiam	567 (49,6)	555 (78,7)	< 0,001*	620 (27,4)	195 (73,9)	< 0,001*
<b>Apoio de Amigos</b>	<b>Não Ativos</b>	<b>Ativos</b>	<b>P valor</b>	<b>Não Ativos</b>	<b>Ativos</b>	<b>P valor</b>
Não incentivam	676 (59,1)	208 (29,5)		1516 (67,0)	133 (50,4)	
Incentivam	467 (40,9)	497 (70,5)	< 0,001*	748 (33,0)	131 (49,5)	< 0,001*
Não praticam	342 (29,9)	77 (10,9)		1185 (53,4)	84 (31,8)	
Amigo praticam	801 (70,1)	628 (89,1)	< 0,001*	1078 (47,6)	180 (68,2)	< 0,001*
Não chamam	359 (31,4)	93 (13,2)		1156 (51,1)	83 (31,4)	
Chamam	784 (68,6)	612 (86,8)	< 0,001*	1107 (48,9)	181 (68,6)	< 0,001*
Não assistem	570 (49,8)	168 (23,8)		1409 (62,3)	134 (50,8)	
Assistem	574 (50,2)	537 (76,2)	< 0,001*	854 (37,7)	130 (49,2)	< 0,001*
Não elogiam	667 (58,3)	221 (31,4)		1671 (73,8)	125 (47,3)	
Elogiam	477 (41,7)	483 (68,6)	< 0,001*	592 (26,2)	139 (52,7)	< 0,001*
<b>Apoio do Prof. Ed. Física</b>	<b>Não Ativos</b>	<b>Ativos</b>	<b>P valor</b>	<b>Não Ativos</b>	<b>Ativos</b>	<b>P valor</b>
Não incentivam	356 (31,1)	301 (42,7)		880 (38,9)	103 (39,0)	
Incentivam	788 (68,9)	404 (57,3)	< 0,001*	1383 (61,1)	161 (61,0)	0,968
Não escolhem	651 (56,9)	292 (41,4)		1433 (63,3)	144 (54,5)	
Escolhem	493 (43,1)	413 (58,6)	< 0,001*	830 (36,7)	120 (45,5)	0,006*
Não têm prazer	488 (42,7)	258 (36,6)		1061 (46,9)	93 (35,2)	
Têm prazer	656 (57,3)	447 (63,4)	0,011	1202 (53,1)	171 (64,8)	< 0,001*
Não são modelo	549 (48,0)	237 (33,6)		1200 (53,0)	71 (26,9)	
São modelo	595 (52,0)	468 (66,4)	< 0,001*	1063 (47,0)	193 (73,1)	< 0,001*
Não elogiam	640 (55,9)	320 (45,5)		1544 (68,2)	135 (51,1)	
Elogiam	504 (44,1)	384 (54,5)	< 0,001*	719 (31,8)	129 (48,9)	< 0,001*

Tabela 3: apoio social por sexo e faixa etárias para prática de atividade física dos escolares da rede pública de ensino fundamental de Niterói, RJ, 2017.

Fontes/tipos Apoio Social	Meninos						Meninas					
	10-13,9		P valor	14-18,9		P valor	10-13,9		P valor	14-18,9		P valor
	Não Ativos	Ativos		Não Ativos	Ativos		Não Ativos	Ativos		Não Ativos	Ativos	
<b>Apoio de Pais (mãe e pai)</b>												
<b>Não</b> incentivam	141 (19,0)	36 (11,2)		204 (51,0)	0 (0)		703 (48,3)	37 (27,6)		481 (59,5)	20 (15,4)	
Incentivam	602 (81,0)	285 (88,8)	0,002*	196 (49,0)	383 (100)	< 0,001*	753 (51,7)	97 (72,4)	< 0,001*	327 (40,5)	110 (84,6)	< 0,001*
<b>Não</b> praticam	658 (88,6)	263 (81,9)		400 (100)	333 (86,9)		1279 (87,9)	106 (79,1)		772 (95,5)	111 (85,4)	
Praticam	85 (11,4)	58 (18,1)	0,004*	0 (0)	50 (13,1)	< 0,001*	176 (12,1)	28 (20,9)	0,006*	36 (4,5)	19 (14,6)	< 0,001*
<b>Não</b> levam	439 (59,0)	195 (60,7)		316 (79,0)	195 (50,9)		1057 (72,6)	42 (31,3)		714 (88,4)	48 (36,9)	
Levam	305 (41,0)	126 (39,3)	0,634	84 (21,0)	188 (49,1)	< 0,001*	398 (27,4)	92 (68,7)	< 0,001*	94 (11,6)	82 (63,1)	< 0,001*
<b>Não</b> assistem	578 (77,7)	119 (37,1)		252 (62,8)	213 (55,6)		1143 (78,5)	101 (75,4)		771 (95,5)	47 (36,2)	
Assistem	166 (22,3)	202 (62,9)	< 0,001*	149 (37,2)	170 (44,4)	0,042	313 (21,5)	33 (24,6)	0,384	36 (4,5)	83 (63,8)	< 0,001*
<b>Não</b> elogiam	304 (40,9)	59 (18,4)		273 (68,3)	90 (23,5)		960 (66,0)	24 (17,9)		683 (84,5)	45 (34,6)	
Elogiam	440 (59,1)	262 (81,6)	< 0,001*	127 (31,8)	293 (76,5)	< 0,001*	495 (34,0)	110 (82,1)	< 0,001*	125 (15,5)	85 (65,4)	< 0,001*
<b>Apoio de Amigos</b>												
<b>Não</b> incentivam	388 (52,2)	125 (38,8)		289 (72,1)	83 (21,7)		984 (67,6)	52 (38,5)		531 (65,7)	81 (62,3)	
Incentivam	356 (47,8)	197 (61,2)	< 0,001*	112 (27,9)	300 (78,3)	< 0,001*	471 (32,4)	83 (61,5)	< 0,001*	277 (34,3)	49 (37,7)	0,449
<b>Não</b> praticam	217 (29,2)	26 (8,1)		125 (31,3)	51 (13,3)		736 (50,6)	71 (53,0)		449 (55,6)	13 (10,0)	
Amigo praticam	526 (70,8)	296 (91,9)	< 0,001*	275 (68,8)	332 (86,7)	0,595	719 (49,4)	63 (47,0)	< 0,001*	359 (44,4)	117 (90,0)	< 0,001*
<b>Não</b> chamam	217 (29,2)	69 (21,4)		142 (35,5)	24 (6,3)		630 (43,3)	43 (32,1)		526 (65,1)	40 (31,0)	
Chamam	527 (70,8)	253 (78,6)	0,009	258 (64,5)	359 (93,7)	< 0,001*	825 (56,7)	91 (67,9)	0,012	282 (34,9)	89 (69,0)	< 0,001*
<b>Não</b> assistem	396 (53,2)	115 (35,7)		174 (43,5)	53 (13,8)		972 (66,8)	80 (59,7)		437 (54,1)	54 (41,5)	

Assistem	348 (46,8)	207 (64,3)	< 0,001*	226 (56,5)	330 (86,2)	< 0,001*	483 (33,2)	54 (40,3)	0,096	371 (45,9)	76 (58,5)	0,008
<b>Não elogiam</b>	391 (52,6)	159 (49,5)		275 (68,8)	62 (16,2)		1031 (70,8)	99 (73,9)		640 (79,2)	26 (20,0)	
Elogiam	352 (47,4)	162 (50,5)	0,354	125 (31,3)	321 (83,8)	< 0,001*	425 (29,2)	35 (26,1)	0,453	168 (20,8)	104 (80,0)	< 0,001*
	<b>10-13,9</b>	<b>10-13,9</b>		<b>14-18,9</b>	<b>14-18,9</b>		<b>10-13,9</b>	<b>10-13,9</b>		<b>14-18,9</b>	<b>14-18,9</b>	
<b>Apoio do Prof. de ed. física</b>	<b>Não Ativos</b>	<b>Ativos</b>	<b>P valor</b>	<b>Não Ativos</b>	<b>Ativos</b>	<b>P valor</b>	<b>Não Ativos</b>	<b>Ativos</b>	<b>P valor</b>	<b>Não Ativos</b>	<b>Ativos</b>	<b>P valor</b>
<b>Não incentivam</b>	207 (27,8)	136 (42,4)		149 (37,3)	165 (43,0)		621 (42,7)	45 (33,6)		259 (32,1)	58 (44,6)	
Incentivam	537 (72,2)	185 (57,6)	< 0,001*	251 (62,7)	219 (57,0)	0,102	834 (57,3)	89 (66,4)	0,041	548 (67,9)	72 (55,4)	0,005
<b>Não escolhem</b>	417 (56,0)	124 (38,5)		234 (58,5)	168 (43,9)		809 (55,6)	46 (34,3)		624 (77,2)	98 (75,4)	
Escolhem	327 (44,0)	198 (61,5)	< 0,001*	166 (41,5)	215 (56,1)	< 0,001*	646 (44,4)	88 (65,7)	< 0,001*	184 (22,8)	32 (24,6)	0,643
<b>Não têm prazer</b>	285 (38,3)	117 (36,3)		204 (50,9)	141 (36,7)		654 (44,9)	57 (42,5)		407 (50,4)	36 (27,7)	
Têm prazer	459 (61,7)	205 (63,7)	0,542	197 (49,1)	243 (63,3)	< 0,001*	801 (55,1)	77 (57,5)	0,591	401 (49,6)	94 (72,3)	< 0,001*
<b>Não são modelo</b>	336 (45,2)	84 (26,2)		213 (53,3)	153 (39,9)		706 (48,5)	15 (11,2)		494 (61,1)	56 (43,1)	
São modelo	408 (54,8)	237 (73,8)	< 0,001*	187 (46,8)	230 (60,1)	< 0,001*	750 (51,5)	119 (88,8)	< 0,001*	314 (38,9)	74 (56,9)	< 0,001*
<b>Não elogiam</b>	355 (47,7)	132 (41,1)		285 (71,3)	188 (49,1)		912 (62,6)	80 (59,7)		632 (78,2)	55 (42,3)	
Elogiam	389 (52,3)	189 (58,9)	0,047	115 (28,7)	195 (50,9)	< 0,001*	544 (37,4)	54 (40,3)	0,502	176 (21,8)	75 (57,7)	< 0,001*

Comparação entre ativos e não ativos do mesmo sexo \*teste Qui-quadrado de Pearson comparação entre meninos e meninas.