Destarte o feitiço vira-se contra o feiticeiro: a função do docente universitário já não é o que era, afasta-se a passos largos do imaginário que a edificou e habitava. Ele é um cumpridor lesto e submisso de determinações e ordens de cariz policial, um tarefeiro obediente que as executa à risca, não se atrevendo a inquirir a respetiva justificação, nem tampouco os objetivos de todo este deprimente enredo. O grau desta decadência foi proclamado por Hegel (1770-1831): *“Naquilo com que um espírito se satisfaz, mede-se a grandeza de sua perda.”*

AUTORES:

José Vasconcelos-Raposo ¹

Carla M. Teixeira ¹

Ana Filipa Pinto ¹

Carla A. Pereira ¹

Marcos G. Fernandes ²

Mário Pinto ¹

¹ Universidade de Trás-os-Montes
e Alto Douro, Vila Real - Portugal

² Universidade Estadual de Anta Cruz,
Ilhéus - Brasil

<https://doi.org/10.5628/rpcd.14.03.15>

Atividade física, satisfação com a imagem corporal e comportamentos alimentares em adolescentes

01

PALAVRAS CHAVE:

Atividade física. Comportamentos alimentares.

Satisfação com a imagem corporal.

Adolescentes.

SUBMISSÃO: 8 de Junho de 2014

ACEITAÇÃO: 3 de Outubro de 2014

RESUMO

O presente estudo teve como objetivo geral verificar se existe uma relação entre a atividade física e a satisfação com a imagem corporal, os comportamentos alimentares e como objetivos específicos, em primeiro lugar, comparar entre sexos, o nível de atividade física, os comportamentos alimentares e a satisfação com a imagem corporal, e em segundo lugar, comparar por local de residência, o nível de atividade física, os comportamentos alimentares e a satisfação com a imagem corporal. A amostra foi constituída por 201 participantes, 84 do sexo masculino e 117 do sexo feminino, com idades compreendidas entre os 15 e os 22 anos. Os instrumentos utilizados foram um questionário de autopreenchimento que contém duas perguntas que fazem referência à prática de exercício físico, elaboradas a partir das recomendações mínimas da Atividade Física para a população adulta segundo a ACSM/AHA, o Questionário Holandês de Comportamentos Alimentares e o Questionário de Satisfação com a Imagem Corporal. Os resultados evidenciam relações estatisticamente significativas entre a atividade física e a satisfação com a imagem corporal, e na comparação entre sexos, ao nível dos comportamentos alimentares e da satisfação com a imagem corporal. Na comparação, por local de residência, foram observadas relações estatisticamente significativas ao nível da satisfação com a imagem corporal. A partir do presente estudo pode-se concluir que a atividade física influencia a satisfação com a imagem corporal e os comportamentos alimentares.

Correspondência: J. Vasconcelos-Raposo. UTAD – Psicologia, Dept. Educação e Psicologia. ECHS -1, Gab. 2.27. Quinta de Prados 5000 – 801. Vila Real, Portugal (jvraposo@utad.pt)

Physical activity, satisfaction with body image and eating behaviors in adolescents

ABSTRACT

The general purpose of this study was to verify if there is a relationship between physical activity and satisfaction with body image, eating behaviors; as specific objectives, this study aimed firstly to compare among gender, the level of physical activity, dietary behaviors and satisfaction with body image, and secondly, to compare by place of residence, the level of physical activity, dietary behaviors and satisfaction with body image. The sample consisted of 201 participants, 84 males and 117 females, aged between 15 and 22 years. The instruments used were a self-administered questionnaire containing two questions that refer to physical exercise, elaborated from the minimum recommendations of physical activity for the adult population according to the ACSM / AHA, the Dutch Questionnaire Food Behaviors and the Questionnaire of Satisfaction with Body Image. The results show statistically significant relationships between physical activity and satisfaction with body image, and in the comparison between genders in terms of eating behaviors and satisfaction with body image. In the comparison by place of residence, statistically significant relationships were observed at the level of satisfaction with body image. From this study it can be concluded that physical activity influence the satisfaction with body image and eating behaviors.

KEYWORDS:

Physical activity. Eating behaviors.

Satisfaction with body image. Adolescents.

INTRODUÇÃO

Ao longo dos últimos séculos inúmeros esforços têm sido despendidos para compreender a percepção da imagem corporal. Têm sido muitas as perspectivas aplicadas no estudo deste conceito, mas aquela com que mais nos identificamos foi inicialmente proposta por Schilder em 1990 e que sugere uma compreensão biopsicossocial do fenómeno.

Durante algum período houve a preocupação em estudar a relação entre imagem corporal e comportamentos alimentares. No entanto, continua a ser uma lacuna na literatura da especialidade o estudo desta relação entre praticantes e não praticantes de atividade física ⁽⁹⁾. Numa perspectiva higiológica (de promoção da saúde) importa analisar a imagem corporal tal como esta tende a estar associada a estilos de vida saudável ⁽³⁴⁾, mas no caso do presente estudo desejamos explorar a relação entre imagem corporal, atividade física e estilo alimentar.

A imagem corporal pode ser concebida como positiva, negativa e neutra. No caso de a imagem ser positiva constatamos que esta tende a estar associada a níveis elevados de otimismo, autoestima, apoio social, mecanismos de *coping* adequados, e períodos relativamente prolongados e estáveis no tempo quanto ao peso dos indivíduos ⁽²⁾. Num estudo realizado por Avalos, Tylka e Wood-Barcelaw ⁽⁴⁾ constatou-se que indivíduos com uma imagem corporal positiva tendiam a ter uma opinião favorável sobre o seu corpo independentemente da forma, peso ou até imperfeições que esses pudessem apresentar. Estes indivíduos tendem a respeitar o seu corpo aderindo a práticas comportamentais saudáveis e rejeitando padrões preconizados como ideais.

Numa outra linha de investigação, Wood-Barcelaw, Tylka e Augustus-Horwath ⁽³⁵⁾ e Tylka ⁽²⁹⁾ sugeriram que há uma relação positiva entre imagem corporal positiva com a espiritualidade das pessoas, positividade na vida e conceitos abrangentes de beleza que fogem ao estereotipado pelas tendências da moda. No entanto, talvez o aspeto mais relevante do estudo de Tylka ⁽²⁹⁾ se prenda com o facto de ser relatado que aproximadamente 80% da sua amostra revelou ter ultrapassado uma visão negativa do seu corpo, mudando-a de negativa para uma positiva e que isto, em parte, foi conseguido através de conhecimentos adquiridos sobre os processos associados à imagem corporal positiva, nomeadamente a adesão a comportamentos saudáveis e a um maior autocontrolo sobre os aspetos associados com a sua alimentação.

Se algum grupo social é alvo de campanhas que promovem a ideia de um corpo ideal, sem dúvida que esse é o dos adolescentes. Nogueira, Macedo e Guedes ⁽²⁰⁾ propõem que a imagem corporal corresponde a uma percepção e avaliação multidimensional que o indivíduo tem do próprio corpo. Segundo Bosi, Luiz, Morgado, Costa e Carvalho ⁽⁵⁾ o culto ao corpo está diretamente associado à imagem de poder, beleza e mobilidade social, sendo crescente a insatisfação das pessoas com a própria aparência. Kakeshita e Almeida ⁽¹⁷⁾ referem que

o ambiente sociocultural parece ser uma das condições determinantes para o desenvolvimento de distorções e distúrbios subjacentes à imagem corporal. Assim, destaca-se a influência negativa que os meios de comunicação exercem sobre os jovens proporcionando-lhes um leque imenso de regimes e de produtos dietéticos. A esta indústria associa-se outra através da promoção de programas de atividade física e isto tem sido acompanhado com o crescimento de ginásios e do número de revistas de todo o tipo sobre o assunto ⁽²⁸⁾.

Sendo a adolescência um período marcado por profundas mudanças a nível físico e psicológico, onde o indivíduo cresce e amadurece, passando do corpo de criança para o corpo de adulto, estudos demonstram que a prevalência da insatisfação com a imagem corporal é maior nesta fase da vida ⁽¹⁸⁾.

Acontece que existem variações na satisfação com a imagem corporal já que os processos a ela associados podem ser influenciados pelo sexo, pela idade, pelos meios de comunicação e pela relação existente entre os processos cognitivos e o corpo, tais como crenças, valores e comportamentos culturalmente prescritos ^(12, 19). É na fase da adolescência que as raparigas tendem a sofrer em maior número, comparativamente aos rapazes, já que evidenciam um maior desejo em diminuir a massa gorda e, conseqüentemente, definir a sua silhueta, embora os rapazes demonstrem igualmente vontade de aumentar a massa muscular e apresentar um porte atlético ⁽¹⁸⁾.

De facto, a mensagem que atualmente os meios de comunicação passam é que associado ao corpo magro está o sucesso, o controlo, a aceitação, as conquistas amorosas e a estabilidade psicológica. Assim, sobretudo as mulheres acreditam que, com a magreza, alcançarão todas essas qualidades, sendo a prática de dietas vendida como solução para todas as dificuldades. Na ocorrência de insucesso na redução de peso a mulher é vista como incapaz e sem autocontrolo ⁽²⁸⁾. Apesar de ser evidente que muitos dos aspetos referidos estão intimamente associados aos comportamentos alimentares, parece-nos importante destacar que na literatura da especialidade se constata uma clara lacuna de estudos que relacionem a imagem corporal com os estilos alimentares, uma vez que estes estão intrinsecamente relacionados com estados emocionais vivenciados pelos indivíduos. Assim, devemos entender como comportamento alimentar todos os aspetos relacionados com o ato de ingestão de alimentos, nomeadamente as atitudes e fatores psicossociais que estão representados no momento da decisão e escolha dos alimentos a ingerir ⁽³²⁾. Já o estilo alimentar refere-se à categorização dos comportamentos alimentares de acordo com alguns atributos como, por exemplo, as respostas emocionais a fatores internos e externos, assim como o autocontrolo que o indivíduo é capaz de exercer ⁽³²⁾. De acordo com estes autores são três os estilos alimentares: 1- ingestão emocional (determinada pelo estado emocional do indivíduo); 2- ingestão externa (resulta da resposta a estímulos externos como aromas, cores, contexto social, etc.); e 3- restrição (resulta, de algum modo, do controlo que o indivíduo é capaz de exercer sobre os seus impulsos).

Quanto à atividade física, um estudo realizado por Fermino, Pezzini e Reis ⁽¹³⁾, com o objetivo de identificar os motivos para a prática de exercício físico e a sua relação com a imagem corporal em sujeitos frequentadores de ginásios, demonstrou que foi maior a percentagem de mulheres que pratica exercício devido à insatisfação com a sua imagem corporal. Atualmente, devido às progressivas mudanças no conceito de beleza, os indivíduos tendem a ser cada vez mais exigentes consigo próprios, numa altura em que se considera a magreza como sendo o fator que esteticamente mais favorece a população, sobretudo a feminina. Para Damasceno et al. ⁽¹²⁾, a busca incessante por uma melhor aparência física por parte dos indivíduos que praticam exercício físico é um fenómeno sociocultural muitas vezes mais significativo do que a própria satisfação económica, afetiva ou profissional. A insatisfação com o próprio corpo é um dos motivos principais que leva os indivíduos a iniciar um programa de atividade física.

Desta forma, é esperado que cada vez mais, e mais cedo, os jovens adolescentes se sintam desconfortáveis com o seu corpo como foi possível observar no estudo de Bosi, Luiz, Uchimura e Oliveira ⁽⁶⁾, que verificou uma forte associação entre a adoção de comportamentos alimentares com a imagem corporal. Da relação entre estas variáveis emerge uma insatisfação com o peso e, por consequência, a adesão a comportamentos alimentares desadequados. No mesmo estudo foi observado que a maioria das adolescentes participantes na amostra apresentava-se dentro dos valores normais quanto ao seu IMC. No entanto, a diferença entre o peso real e o peso desejado era, em média, de 2.2kg. Os resultados evidenciaram que uma parcela significativa da amostra afirmou estar insatisfeita com o peso e ter o desejo de emagrecer. A problemática aqui levantada prende-se com as constantes pressões (já intrínsecas) que os adolescentes sentem para serem esteticamente atrativos e isso leva a que haja mudanças nos comportamentos alimentares e que haja um aumento da prática de atividade física com o objetivo de perder massa gorda.

É um facto demonstrado e eventualmente já acomodado cognitivamente pelas populações que a prática de exercício físico é benéfica ao nível da satisfação com a imagem corporal. Mas esse conhecimento está devidamente fundamentado em evidências, de que é exemplo o estudo realizado por Oliveira, Bosi, Vigário e Vieira ⁽²²⁾ que avaliaram, entre outras variáveis, a percepção corporal numa amostra dividida em dois grupos: um grupo de 12 participantes do sexo feminino entre os 20 e os 22 anos, atletas em desportos coletivos e um grupo de 32 adolescentes que não praticavam desporto. Um dos resultados detetados foi que a insatisfação com a imagem corporal afetava em maior número o grupo das adolescentes que não praticava exercício físico. De facto, outro estudo ⁽⁷⁾ já havia evidenciado estas relações demonstrando que apesar dos adolescentes se sentirem insatisfeitos com o seu corpo e de terem a informação de que um estilo de vida ativo e um comportamento alimentar saudável trazem benefícios ao seu aspeto, eles não adotam esses comportamentos apesar de já terem feito dietas esporádicas. Estes resultados sugerem que a percepção e satisfação com

a imagem corporal vão para além da mera adoção de um estilo de vida saudável, tal como este tem sido tipificado através da adesão a hábitos alimentares e prática de exercício físico.

A prática de exercício físico apresenta-se relevante para o aumento da satisfação com a imagem corporal assim como para a melhoria da autoestima, para a perceção e aceitação corporal, comparativamente a indivíduos que tenham um comportamento sedentário⁽¹⁰⁾. Mesmo quanto às escolhas relativas ao tamanho que as mulheres acreditavam poder alcançar, se quisessem mudar o seu peso, os dados obtidos com o estudo de Almeida, Santos, Pasian e Loureiro⁽¹⁾ sugerem que, ao fazerem escolhas de um tamanho e forma corporal ideais, as mulheres parecem, de certa forma, conscientes quanto às suas verdadeiras possibilidades de emagrecimento. Igualmente, Fox⁽¹⁴⁾ num artigo de revisão, propôs que a prática de exercício físico é importante para a satisfação com a imagem corporal, já que é um instrumento imprescindível na perda de gordura e na definição corporal. Importa ter em atenção que, quando existe uma elevada insatisfação e/ou distorção com a imagem corporal, pode haver mudanças desadequadas no comportamento alimentar, como por vezes se constata nos casos de distúrbios alimentares. De facto, a associação entre a anorexia nervosa e a satisfação com a imagem corporal é estatisticamente significativa⁽³⁾ e há maior prevalência nos adolescentes do sexo feminino, que adotam comportamentos alimentares pouco adequados ou praticam exercício físico em excesso com o objetivo de perder peso⁽³³⁾.

Estudos sobre a relação entre o estado nutricional e a auto-percepção da imagem corporal evidenciam que os adolescentes apresentam uma auto-percepção não condizente com o seu estado nutricional real. No caso das meninas constatou-se que há mais casos de “superestimação”, ou seja, aproximadamente 39 % delas, dentro do peso normal, afirmaram ter excesso de peso e 47 % com excesso de peso definiram-se como obesas. No caso dos rapazes verificou-se uma subestimação, ou seja, 26% com excesso de peso acharam-se dentro do peso normal e 46 % dos obesos acharam-se só em excesso de peso ou com o peso normal. Contudo, a distorção da auto-percepção não se constitui como uma característica particular dos adolescentes que desenvolvem algum tipo de transtorno alimentar, uma vez que se torna cada vez mais presente na dinâmica vivencial dos indivíduos dessa faixa etária^(2, 8, 11, 17).

Num estudo de Petroski, Pelegrini e Glaner⁽²⁴⁾ foi evidenciado que não existe uma diferença significativa no nível de satisfação com a imagem corporal entre adolescentes residentes no meio rural e no meio urbano. Os mesmos autores afirmam que a satisfação com a imagem corporal está ligada ao comportamento alimentar adotado, o que quer dizer que os adolescentes que mantêm um comportamento alimentar saudável tendem a apresentar-se dentro dos valores normais em relação ao índice de massa corporal, o que leva a que tenham um nível mais elevado de satisfação com a imagem corporal, contrariamente aos que adotam um comportamento alimentar desadequado e que, consequentemente, obtêm um IMC acima do recomendado e por isso uma maior insatisfação com a imagem corporal. Assim, no presente estudo parte-se do pressuposto que os adolescentes das zonas rurais não

sofrem tão facilmente a pressão para corresponder aos padrões de beleza, contrariamente aos adolescentes das zonas urbanas, que por estarem mais intensamente em contacto com o “culto do bonito”, tendem a ser mais exigentes consigo próprios a nível estético.

Com base na literatura, a hipótese do presente estudo é que há uma relação entre a satisfação com a imagem corporal e os comportamentos alimentares e que uma alimentação saudável, aliada à prática regular de atividade física, acarreta melhorias na satisfação com a imagem corporal, sobretudo na população adolescente. Posto isto, o presente estudo teve como objetivo geral a avaliação da possível existência de uma relação entre a satisfação com a imagem corporal, atividade física e os comportamentos alimentares em adolescentes. Quanto aos objetivos específicos, em primeiro lugar, o estudo visou correlacionar as variáveis em estudo, depois comparar entre sexos o nível de atividade física, os comportamentos alimentares e a satisfação com a imagem corporal. Em segundo lugar, comparar, por local de residência (rural ou urbano), a prática de atividade física, os comportamentos alimentares e a satisfação com a imagem corporal. E por último discutir a proposta teórica face aos resultados obtidos numa amostra constituída por jovens .

METODOLOGIA

O presente estudo é de carácter transversal, quantitativo e correlacional.

A amostra foi constituída por 201 indivíduos, 41.8% ($n = 84$) do sexo masculino e 58.2% ($n = 117$) do sexo feminino com idades compreendidas entre os 15 e os 22 anos, sendo que a média das idades é de 17.42 (± 1.04). Quanto ao local de residência, 60.7% ($n = 122$) são de uma zona rural (aldeias pertencentes ao concelho de Chaves) e 39.3% ($n = 79$) são da zona urbana, mas no entanto 37.3% ($n = 75$) estão deslocados da sua zona de residência habitual e 62.7% ($n = 126$) residem na zona onde estudam. A maioria dos participantes, relativamente ao ano escolar que frequenta situa-se no ensino secundário (88.6%) e somente 6% está no ensino universitário e 5.5% está no 9º ano do 1º ciclo obrigatório. Foram elaborados critérios de seleção e inclusão e de exclusão no estudo. Sendo assim, foram tidos em conta como critérios de inclusão no estudo: ter entre 15 e 22 anos e ser estudante a tempo inteiro, independentemente do ano que frequenta.

Relativamente aos critérios de exclusão, a não participação no estudo deve-se essencialmente: à recusa da participação, situações de gravidez e diagnóstico de uma perturbação alimentar ou qualquer outra doença declarada.

INSTRUMENTOS

O instrumento aplicado foi um questionário de autopreenchimento que, em primeiro lugar, continha os dados sociodemográficos (idade, sexo, estado civil, local de residência, deslocado da residência ou não, com quem mora, que ano frequenta, tem computador em casa e

tem acesso à internet) e de seguida, foram feitas perguntas que abrangiam a satisfação com o corpo (“Atualmente sente-se satisfeito com a sua imagem?”, “O que mudaria em si?”, “Já fez dieta?”, “Já tomou algum tipo de medicamento para emagrecer?”, “Já sofreu de algum distúrbio alimentar?” “Qual o peso e a altura atual?” e “Qual o peso e a altura desejados?”).

Para a avaliação do nível de atividade física, o questionário continha duas perguntas que faziam referência à prática de atividade física na última semana e numa semana normal, bem como a sua frequência no espaço de uma semana (de 0 a 7 dias), elaboradas a partir das recomendações mínimas da atividade física para a população adulta segundo a ACSM/ AHA, presentes no artigo de Haskell, et al. ⁽¹⁶⁾. Para a classificação dos participantes, foram divididos os dias de prática em categorias: quem não pratica atividade física e os que praticam um dia denominam-se de pouco ativos, os que praticam de 2 a 3 dias são ativos e os que praticam 4 ou mais dias são muito ativos.

Para avaliar os comportamentos alimentares utilizou-se o Questionário Holandês do Comportamento Alimentar (QHCA), de Van Strien, Frijters, Bergers e Defares ⁽³⁰⁾, adaptado para a população portuguesa ⁽²⁹⁾. O QHCA é um questionário de autopreenchimento, composto por 33 itens que se diferenciam em três fatores: a restrição alimentar (item 4, 7, 11, 14, 17, 19, 22, 26, 29 e 31), a ingestão emocional (item 1, 3, 5, 8, 10, 13, 16, 20, 23, 25, 28, 30 e 32) e a ingestão externa (item 2, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27 e 33).

Para avaliar a satisfação com a imagem corporal, foi utilizada a versão portuguesa ⁽³¹⁾ do Questionário de Satisfação com a Imagem Corporal de Raust-von Wright ⁽²⁶⁾. Este questionário contém 30 itens, cada um deles faz referência a uma parte do corpo e os últimos dois itens são mais gerais (altura e volume corporal). A resposta a cada item varia de 0 a 5 (de “não gosto” a “gosto muito”).

PROCEDIMENTOS

Em primeiro lugar, os questionários foram distribuídos e recolhidos no mesmo dia, garantindo-se o anonimato de todos os participantes. A recolha foi feita em contexto de sala de aula, graças à colaboração das instituições de ensino que aceitaram colaborar no estudo.

ANÁLISE DE DADOS

Primeiramente, foi realizada análise descritiva (média e desvio padrão) da amostra, de forma a obter as medidas de tendência central, bem como foram calculados os valores de *skewness* e *kurtosis* para verificar a normalidade dos dados. Segundo, foi verificada a consistência interna dos questionários (QHCA e o Questionário de Satisfação com a Imagem Corporal), e foram calculados o α de Cronbach de cada fator (no caso do QHCA). Terceiro, para comparar os grupos que se constituíram como variáveis independentes (especificar as variáveis) recorreu-se à Manova. Seguindo as recomendações da *American Psycholo-*

gical Association tivemos o cuidado de relatar a dimensão dos efeitos obtidos (η_p^2) ao nível das comparações das variáveis dependentes (comportamento alimentar, com três níveis: restrito, emocional e externo e satisfação com a imagem corporal). No que toca aos objetivos específicos, quer na comparação entre sexos, quer na comparação por local de residência, foi igualmente feita a Análise da Variância Multivariada para verificar o efeito das variáveis independentes sobre as dependentes.

O programa utilizado para a análise dos dados foi o SPSS (*Statistical Package for Social Sciences*), versão 20.0. Quanto ao nível de significância, foi fixado para todos os testes o valor de .05.

RESULTADOS

Para determinar a normalidade dos dados foram calculados os valores de *skewness* e de *kurtosis* (Quadro 1), verificando-se que as variáveis apresentam uma distribuição normal e, por isso, recorreremos ao uso de testes paramétricos.

QUADRO 1 – Valores da média, desvio padrão, assimetria e achatamento das variáveis dependentes

	M	DP	Skewness	Kurtosis
SATISFAÇÃO	105.80	24.27	.397	-.627
RESTRITA	20.81	9.27	.642	-.399
EMOCIONAL	27.34	12.22	.807	-.042
EXTERNA	28.00	6.67	.052	-.075

NOTA: Considera-se que os valores de skewness e kurtosis estão dentro da normalidade se estes estiverem entre o intervalo de -1 e 1.

Para verificar a fidelidade dos instrumentos utilizados, foi calculado o α de Cronbach. O α de Cronbach do Questionário de Satisfação com a Imagem Corporal foi de 0.96, o que significa que contém uma boa consistência interna. O Questionário Holandês do Comportamento Alimentar também demonstrou ser consistente ao nível das três dimensões: Ingestão Restrita (0.93), Ingestão Emocional (0.95) e Ingestão Externa (0.79).

Quanto à pergunta “está satisfeito com o seu corpo?”, 78.6% afirmaram estarem satisfeitos com o corpo enquanto 21.4% demonstraram insatisfação. Dos que não gostam da sua imagem, a maioria quer perder peso de uma forma geral (12.4%) e perder gordura localizada (2.5%). A maioria da amostra demonstrou que está satisfeita com a imagem

corporal, mas destes 35.8% já fizeram dietas. Quanto à prática regular de atividade física, 9% são pouco ativos, 53.3% são ativos e 37.9% são muito ativos.

A correlação realizada evidenciou uma relação negativa entre a satisfação com imagem corporal e restrição alimentar e ingestão emocional, ambos com os mesmos valores ($r = -.241$, $r^2 = .06$, $p = .001$) e entre a ingestão externa e índice massa corporal ($r = -.222$, $r^2 = .05$, $p = .002$). Não se verificou uma relação estatisticamente significativa entre satisfação com imagem corporal, ingestão restrita e emocional com o índice de massa corporal.

Para a análise do objetivo do estudo que visou avaliar a existência de uma relação entre a atividade física, os comportamentos alimentares e a satisfação com a imagem corporal utilizou-se a MANOVA. Os resultados evidenciaram um efeito pequeno mas sem que esta diferença seja estatisticamente significativo [$Wilks's \lambda = .926$, $F_{(8,390)} = 1.918$, $\eta_p^2 = .04$, $p = .056$]. De fato, verificou-se que não existe uma relação estatisticamente significativa entre a prática de atividade física e os comportamentos alimentares. No entanto, quando realizamos a análise univariada entre indivíduos ativos e inativos constatou-se que existe uma relação significativa entre a atividade física e a satisfação com a imagem corporal ($p = .026$) e, apesar de ter um efeito moderado ($\eta_p^2 = .04$), salienta-se que, quanto à satisfação com o corpo, os indivíduos pouco ativos estão mais insatisfeitos (92.00 ± 25.15) comparativamente aos indivíduos muito ativos (109.14 ± 25.03) (ver Quadro 2).

Num primeiro momento, a atividade física foi assumida como variável dependente, quando procuramos saber se existiam diferenças na prática entre homens e mulheres, mas num segundo momento a atividade física foi assumida como variável independente quando procuramos saber se os praticantes tinham melhores níveis de satisfação com a imagem corporal e se esta tinha algum efeito ao nível dos estilos alimentares.

QUADRO 2 – Média, desvio padrão e análise da variância multivariada (MANOVA) do tamanho do efeito das dimensões do comportamento alimentar e satisfação com a imagem corporal, na variável atividade física

CATEGORIAS DA ATIVIDADE FÍSICA						
VARIÁVEIS	POUCO ATIVOS M ± DP	ATIVOS M ± DP	MUITO ATIVOS M ± DP	F	p	η_p^2
SATISFAÇÃO	92 ± 25.15.80	105.75 ± 22.95	109.14 ± 25.03	3.730	.026	.036
RESTRITA	18.83 ± 8.10.81	20.67 ± 8.56	21.49 ± 10.27	.621	.538	.006
EMOCIONAL	20.06 ± 10.81	27.32 ± 11.95	27.91 ± 12.96	.395	.675	.004
EXTERNA	28.78 ± 7.31	27.96 ± 6.49	27.87 ± 6.83	.138	.871	.001

Quando fizemos comparações entre os sexos, quanto ao nível de atividade física, comportamentos alimentares e satisfação com a imagem corporal, utilizando-se a MANOVA, verificou-se que, de fato, existe um efeito da variável sexo nas variáveis dependentes [$Wilks's \lambda = .861$, $F_{(5,195)} = 6.284$, $p = .001$], e o tamanho do efeito é grande ($\eta_p^2 = .14$). Como é possível observar na Quadro 3, existem diferenças estatisticamente significativas entre os adolescentes do sexo feminino e masculino no que toca à satisfação com a imagem corporal ($p = 0.001$) e nos comportamentos alimentares, nomeadamente, no fator de ingestão restrita ($p = 0.001$) e de ingestão emocional ($p = .001$). As diferenças encontradas apresentam-se com efeitos estatísticos moderados. Por outro lado, não se detetaram diferenças estatisticamente significativas no fator de ingestão externa ($p = .454$) e no nível de atividade física ($p = .748$).

QUADRO 3 – Valores da média, do desvio padrão e da análise multivariada da variância (MANOVA) quanto ao tamanho do efeito das variáveis por género.

VARIÁVEIS	MASCULINO M ± DP	FEMININO M ± DP	F	P	η_p^2
SATISFAÇÃO	112.95 ± 26.69	100.67 ± 21.03	13.296	.001	.063
RESTRITA	17.46 ± 7.51	23.22 ± 9.68	20.739	.001	.094
EMOCIONAL	24.02 ± 10.91	29.73 ± 12.59	11.246	.001	.053
EXTERNA	27.58 ± 6.60	28.30 ± 6.73	.562	.454	.003
ATIVIDADE FÍSICA	2.33 ± 0.65	2.27 ± 0.60	.748	.388	.004

Atendendo à segunda parte dos objetivos específicos, foi possível verificar a existência do efeito da variável independente (neste caso, o local de residência) nas variáveis dependentes [$Wilks's \lambda = .865$, $F_{(5,195)} = 6.075$, $p = .001$], tendo-se constatado um efeito elevado ($\eta_p^2 = .14$). De fato, de acordo com a análise univariada, constatam-se diferenças estatisticamente significativas, com um efeito moderado, entre os participantes de zonas rurais e os das zonas urbanas, quanto à satisfação com a sua imagem ($p = .001$, $\eta_p^2 = .09$), não se verificando diferenças estatisticamente significativas, entre os adolescentes de zonas rurais e urbanas, nos comportamentos alimentares [nomeadamente no fator de ingestão restrita ($p = .363$), na ingestão emocional ($p = .142$, mas com um efeito pequeno) e na ingestão externa ($p = .243$) e na atividade física ($p = .56$) se bem que para esta variável se constatou um efeito pequeno.

QUADRO 4 – Média, desvio padrão e análise da variância multivariada (MANOVA) do tamanho do efeito das variáveis, por local de residência.

VARIÁVEIS	URBANO M ± DP	RURAL M ± DP	F	P	η_p^2
SATISFAÇÃO	114.84 ± 26.06	99.95 ± 21.17	19.718	.001	.090
RESTRITA	21.56 ± 9.58	20.34 ± 9.06	.832	.363	.004
EMOCIONAL	28.91 ± 12.75	26.32 ± 11.80	2.171	.142	.011
EXTERNA	28.68 ± 6.69	27.56 ± 6.64	1.371	.243	.007
ATIVIDADE FÍSICA	2.39 ± 0.52	2.22 ± 0.67	3.682	0.56	.018

Nas variáveis em que se obtiveram efeitos pequenos, houve o cuidado de ter em consideração a dimensão do poder observado. No caso das variáveis aqui em questão esse valor apresentou-se pequeno e por essa razão optou-se por não considerar a possibilidade de argumentar em favor da existência de diferenças significativas entre os grupos em comparação.

DISCUSSÃO

Com o presente estudo procuramos correlacionar as variáveis satisfação com a imagem corporal com os estilos alimentares caracterizados por ingestão restrita, emocional e externa e com o IMC. Foi ainda objetivo deste estudo examinar as diferenças entre jovens adolescentes de ambos os sexos residentes em zona urbanas ou rurais, praticantes e não praticantes de atividades físicas em função da satisfação com a imagem corporal e os estilos alimentares.

Relativamente à validade e confiabilidade dos resultados, tal como estes, em parte, dependem dos instrumentos utilizados, constatou-se que os indicadores psicométricos foram consistentes com os que já haviam sido obtidos em estudos anteriores, em particular a validação levada a cabo por Viana e Sinde ⁽³²⁾, assim como os trabalhos realizados por Vasconcelos-Raposo e colegas no que se refere à imagem corporal. Para os propósitos do presente trabalho importa ter presente que ambos os questionários foram construídos tendo por referência central a relação que os indivíduos estabelecem com o seu corpo e em particular com o seu peso. Assim, para melhor entendermos os resultados obtidos, importa fazer o enquadramento teórico, proposto por Polivy e Herman em 1987 e que serve de base às nossas interpretações e, consequentemente, conclusões.

Os resultados da presente investigação, no que toca à relação entre os comportamentos alimentares e a prática de atividade física não apresentaram uma relação estatisticamente

significativa indo contra um estudo de Braggion et al. ⁽⁷⁾ que afirmaram que os participantes com um comportamento alimentar deficiente (considerando os grupos “gorda” e “magra”) está relacionado com uma maior inatividade em cerca de 83.4% e 85.7%, respetivamente.

Quanto à relação entre a satisfação com a imagem corporal e a atividade física, encontramos uma diferença estatisticamente significativa ($p = .026$), o que corrobora o estudo de Ciampo et al. ⁽¹⁰⁾ que afirmaram que os indivíduos sedentários se percebem como tendo um maior volume corporal. Os nossos resultados concordam ainda com os que foram obtidos no estudo de Oliveira et al. ⁽²²⁾ que verificou que os adolescentes que não praticam exercício físico apresentam maiores índices de insatisfação com a imagem corporal. De fato, como seria de esperar, os indivíduos que praticam atividade física com regularidade, tendem a melhorar a sua condição e aparência física, o que poderá constituir-se como um efeito benéfico no aumento da satisfação com a imagem corporal.

Quanto à comparação entre sexos ao nível de atividade física, foi verificado que não existem diferenças significativas ($p = .388$), coincidindo com um estudo de Silva e Malina ⁽²⁷⁾ que demonstrou que, apesar de haver diferenças entre a prática de atividade física entre homens e mulheres, estas não se apresentam significativas.

Ao nível dos comportamentos alimentares, os adolescentes do sexo feminino apresentaram uma maior pontuação na subescala do fator “Ingestão Restritiva” ($p = .001$) e “Ingestão Emocional” ($p = .001$); quanto ao fator “Ingestão Externa”, não houve diferenças significativas entre os sexos ($p = .454$). De fato, um estudo de Vilela, Lamounier, Filho, Neto e Horta ⁽³³⁾ verificou, ao aplicar o EAT-26, que os indivíduos do sexo feminino apresentavam um comportamento alimentar possivelmente desencadeador de distúrbios alimentares, comparativamente aos indivíduos do sexo masculino ($p = .003$). A diferença dos comportamentos alimentares entre os géneros pode igualmente ser associada ao fato dos membros do sexo feminino se sentirem mais pressionados pelos padrões estéticos vigentes no sistema sociocultural em que se inserem.

Comparando a satisfação com a imagem corporal entre os sexos, constatou-se que os homens apresentaram maior satisfação com a imagem corporal do que as mulheres ($p = .001$) o que corrobora os resultados de um estudo de Konstanski et al. ⁽¹⁸⁾. Normalmente, as mulheres tendem a estar mais insatisfeitas com o corpo, comparativamente aos homens, sobretudo na fase da adolescência, período marcado por profundas mudanças, quer ao nível físico, quer ao nível psicológico, e a maior parte dos indivíduos do sexo feminino na fase da puberdade lida mal com as mudanças corporais que resultam do processo de maturação. Foi, igualmente, possível comparar o nível de atividade física entre adolescentes provenientes de zonas rurais e adolescentes de zonas urbanas, não sendo detetadas diferenças significativas entre eles ($p = .056$), resultado que contraria uma investigação de Glaner ⁽¹⁵⁾ que concluiu que os adolescentes de zonas rurais têm maior aptidão física

que os de zonas urbanas. Quanto a este aspeto, uma hipótese desenvolvida por forma a dar resposta ao resultado acima descrito, foi o fato da amostra ser constituída por adolescentes e a maior parte frequentar o ensino secundário, o que significa que, pelo menos duas vezes por semana, têm aulas de Educação Física, sendo que os participantes, aquando do preenchimento dos questionários, tiveram em conta esse fato. Ainda dentro das comparações por local de residência, foram analisados os comportamentos alimentares, onde não se observaram diferenças significativas entre os dois grupos em nenhum dos fatores que constituem o QHCA (Ingestão Restritiva, Ingestão Emocional e Ingestão Externa, com valores de $p = .363$; $p = .142$ e $p = .243$, respetivamente). Estes resultados contrariam os do estudo de Pegolo e Silva ⁽²³⁾ que verificaram uma maior prevalência da obesidade, derivada de um comportamento alimentar desadequado, em zonas urbanas. Uma possível explicação para este resultado, poderá ser a maior sensibilização da população, independentemente da zona de residência, para questões de saúde, que abordem a importância da alimentação e da prática de atividade física. Ainda a ter em consideração que tanto os residentes nas zonas urbanas como os das rurais estão sujeitos aos mesmos meios de comunicação que promovem os padrões estéticos associados à imagem corporal.

Por último, verificou-se que os participantes provenientes das zonas urbanas têm uma maior satisfação com a sua imagem corporal comparativamente com os participantes das zonas rurais ($p = .001$). O resultado observado contraria os resultados obtidos no estudo de Petroski et al. ⁽²⁵⁾ que verificaram que os níveis de insatisfação com a imagem corporal são semelhantes nas zonas residenciais e que ambos são elevados independentemente do local de residência ($p = .05$). Em parte a diferença entre os estudos poderá ser explicada pelos valores socioculturais associados à corporalidade das sociedades estudadas sendo o corpo alvo de preocupação maior no Brasil, onde se verificam os maiores índices de intervenções plásticas para melhorar a imagem corporal, assim como desfrutam de um clima tropical onde o corpo se torna mais evidente e exposto.

No geral, os resultados do presente estudo corroboram os de outros estudos. Porém, no que se refere ao quadro teórico que sustenta os instrumentos utilizados e, consequentemente, as interpretações a fazer, alguns considerando teóricos requerem ser repensados em função do grupo etário que foi estudado. De acordo com a teoria seria esperado que a ingestão restrita se correlacionasse positivamente com o IMC, assim como a ingestão emocional e a externa negativamente com a satisfação com a imagem corporal. Porém, não foram estes os resultados verificados, uma vez que apenas se verificou uma relação positiva entre a restrita e a emocional.

Na realidade o que constatámos foi que os sujeitos com maior satisfação com a imagem corporal tinham menores índices de ingestão restrita e emocional. Também foi verificada uma relação negativa com o IMC, mas essa não apresentou um efeito estatístico relevante

($r^2 = .009$). A correlação negativa entre a ingestão emocional e o IMC ($p = .002$; $r^2 = .05$) está de acordo com a proposta teórica que sugere que indivíduos com IMC mais elevado tendem a apresentar índices de ingestão mais acentuados como resultado de estados emocionais como depressão e ansiedade. Se bem que o valor de p sugira uma relação acentuada o valor de r^2 evidencia que esta é uma relação pouco representativa. De qualquer forma, o que efetivamente importa realçar é a direção da relação entre as variáveis sugerindo que no caso de populações jovens outras variáveis poderão mediar o estilo de ingestão de alimentos. No grupo estudado, constatámos que quanto maior for a ingestão emocional maior será a externa reforçando o princípio que sujeitos em estados emocionais acentuados tendem a apresentar limiares de controlo alimentar reduzidos face aos estímulos exteriores associados aos alimentos, nomeadamente a cor, os aromas, etc. De qualquer forma importa não perder de vista que a proposta teórica é que esta resulta de uma preocupação com o peso e essa relação não se verificou no nosso estudo no que se refere à ingestão emocional.

Tendo por base que os valores de p em estudos no domínio da psicologia têm uma importância relativa e por vezes de pouca relevância, daí que deva priorizar o relato dos efeitos estatísticos, importa destacar que a satisfação com a imagem corporal, apesar de apresentar correlações negativas e estatisticamente significativas com a ingestão restrita ($p = .001$; $r^2 = .06$) e emocional ($p = .001$; $r^2 = .06$) não apresentou um efeito estatístico relevante reforçando a interpretação que a satisfação com a imagem corporal é um fenómeno que transcende a mera relação com os comportamentos alimentares e com o peso dos sujeitos. Tal fato sugere que uma melhor compreensão deste fenómeno requer análises mais complexas em que os domínios cognitivos e socioculturais se apresentem como prioritários nas análises.

Face ao exposto, este estudo foi bem-sucedido na medida em que evidenciou a necessidade de se desenvolverem outros estudos para complementar os achados frequentemente relatados na literatura da especialidade. Ainda, é importante referir que este trabalho alerta para a importância que se deve dar à educação cultural, de adolescentes e jovens, referente ao corpo, uma vez que estes são excessivamente influenciados pela sociedade onde estão inseridos, bem como, pela comunicação social.

Assim, os profissionais da área de saúde, nomeadamente, médicos, nutricionistas e psicólogos e professores de educação física deveriam educar os jovens no sentido de desenvolver um pensamento crítico relativamente aos padrões estéticos que os média impõem, enquanto servidores de interesses financeiros claramente instalados nos negócios que se desenvolvem em torno da imagem corporal sabendo. Importa educar para se promover estilos de vida saudável construídos a partir de bons hábitos alimentares, prática regular de atividade física e capacidade de pensamento crítico.

CONCLUSÃO

Após a elaboração do estudo, é possível observar que existe influência da prática da atividade física ao nível da satisfação com a imagem corporal, quer nos homens, quer nas mulheres. Quem pratica tem melhores níveis de satisfação com a sua imagem corporal. Não se verificou qualquer relação entre atividade física e comportamentos alimentares. Outro ponto a destacar é a contradição entre os nossos resultados e os já publicados sobre a comparação entre adolescentes das zonas urbanas e das zonas rurais; uma vez que no nosso estudo foram encontrados maiores índices de satisfação com a imagem corporal em jovens residentes nas zonas urbanas, este aspeto, por si só, parece-nos merecedor de mais investigação sobre esta temática. O estudo correlacional sugere que o estudo da satisfação com a imagem corporal deverá, obrigatoriamente, incluir os domínios cognitivos e socioculturais a ela associados.

REFERÊNCIAS

- Almeida G, Santos J, Pasian S, Loureiro S (2005). Percepção de tamanho e forma corporal de mulheres: estudo exploratório. *Psicologia em Estudo*, 10 (1): 27 – 35.
- Alves D, Pinto M, Alves S, Mota A, Leirós V (2009). Cultura e imagem corporal. *Matricidade*, 5(1): 1-20.
- Alves E, Vasconcelos F, Calvo M, Neves J (2008). Prevalência de sintomas de anorexia nervosa e insatisfação com a imagem corporal em adolescentes do sexo feminino do Município de Florianópolis, Santa Catarina, Brasil. *Cadernos de Saúde Pública, Rio de Janeiro*, 24(3): 503-512.
- Avalos L, Tylka T, Wood-Barcelaw N (2005). The body appreciation scale: Development and psychometric evaluation. *Body Image: An International Journal of Research* 2: 285-297.
- Bosi M, Luiz R, Uchimura K, Oliveira F (2008). Comportamento alimentar e imagem corporal entre estudantes de educação física. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 57 (1): 28-33.
- Bosi M, Luiz R, Morgado C, Costa M, Carvalho R (2006). Autopercepção da imagem corporal entre estudantes de nutrição: Um estudo no município do Rio de Janeiro. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 55 (2): 108 – 113.
- Braggion G, Matsudo S, Matsudo V (2005). Consumo alimentar, atividade física e percepção corporal em adolescentes. *Revista Brasileira Ciências e Movimento Brasília*, 8 (1): 15-21.
- Branco LM, Hilário MO, Cintra IP (2006). Percepção e satisfação corporal em adolescentes e a relação com seu estado nutricional. *Revista de Psiquiatria Clínica*, 33 (6): 292 – 296.
- Cash T, Smolak L (2011). *Body Image: A handbook of science, practice, and prevention*. New York: The Guilford Press.
- Ciampo L, Rodrigues D, Ciampo I, Cardoso V, Bettiol H, Barbieri M (2010). Percepção corporal e atividade física em uma coorte de adultos jovens brasileiros. *Revista Brasileira Crescimento Desenvolvimento Humano*, 20 (3): 671-679.
- Conti M, Frutuoso M, Gambardella A (2005). Excesso de peso e insatisfação corporal em adolescentes. *Revista de Nutrição*, 18 (4): 491 – 497.
- Damasceno V, Lima J, Vianna J, Vianna V, Novaes J (2005). Tipo físico ideal e satisfação com a imagem corporal de praticantes de caminhada. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, 11 (3): 181 – 186. Doi: 10.1590/S1517-86922005000300006
- Fermino R, Pezzini M, Reis R (2010). Motivos para prática de actividade física e imagem corporal em frequentadores de academia. *Revista Brasileira da Medicina e do Esporte*, 16 (1): 18-23. Doi: 10.1590/S1517-86922010000100003
- Fox K (1999). The influence of physical activity on mental well-being. *Public Health Nutrition*, 2 (3): 411-418.
- Glaner M (2005). Aptidão física relacionada à saúde de adolescentes rurais e urbanos em relação a critérios de referência. *Revista Brasileira e Educação Física e Desporto*, 19 (1): 13-24.
- Haskell W, I-Min L, Pate R, Powell K, Blair S, Franklin B, Macera C, Heath G, Thompson P, Bauman A (2008) Physical activity and public health: Updated recommendation for adults from the American College of Sports Medicine and the American Heart Association. *Journal of American Heart Association*. DOI: 10.1161/CIRCULATIONAHA.107.185649
- Kakeshita I, Almeida S (2006). Relação entre índice de massa corporal e a percepção da auto-imagem em universitários. *Revista de Saúde Pública*, 40 (3): 497-504
- Konstanski M, Fisher A, Gullone E (2004). Current conceptualization of body image dissatisfaction: have we got it wrong? *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 45 (7): 1317-1325. doi: 10, 1111/j. 1469 – 7610.2004.00315.x
- Martins D, Nunes M, Noronha A (2008). Satisfação com a imagem corporal e auto-conceito em adolescentes. *Psicologia: Teoria e Prática*, 10 (2): 94-105.
- Nogueira S, Macedo V, Guedes P (2010). Avaliação da imagem corporal e de comportamentos alimentares como possíveis desencadeadores de transtornos alimentares em bailarinas pré-adolescentes. *Nutrir Gerais, Ipatinga*, 4 (6): 538-553.
- Nunes R, Lopes E, Damasceno V, Miranda R, Filho M (2007). Dependência do exercício físico e insatisfação com a imagem corporal. *HU Revista, Juiz de Fora*, 33 (4): 113 – 118.
- Oliveira F, Bosi M, Vigário P, Vieira R (2003). Eating behavior and body image in athletes. *Revista Brasileira de Medicina e do Esporte*, 9 (6): 357- 364. doi: 10.1590/S1517-86922003000600002
- Pegolo G, Silva M (2008). Estado Nutricional de Escolares da Rede Pública de Ensino de Piedade, SP. *Segurança Alimentar e Nutricional*, 15 (1): 76-85.
- Polivy J, Herman C (1987). Diagnosis and treatment of normal eating. *Journal of Counseling and Clinical Psychology*, 55: 635-644.

25. Petroski E, Pelegrini A, Glaner M (2009). Insatisfação com a imagem corporal em adolescentes rurais e urbanos. *Motricidade*, 5 (4): 13-25.
26. Raust-von Wright M (1989). Body image satisfaction in adolescents' girls and boys: A longitudinal study. *Journal of Youth and Adolescence*, 18: 71-83.
27. Silva R, Malina R (2000). Nível de atividade física em adolescentes do Município de Niterói, Rio de Janeiro, *Cadernos de Saúde Pública*, 16(4): 1097-1097.
28. Souto S, Ferro-Bucher JSN (2006). Práticas indiscriminadas de dietas de emagrecimento e o desenvolvimento de transtornos alimentares. *Revista de Nutrição*, 19 (6): 693 – 704.
29. Tylka T (2011). Positive psychology perspectives on body image. In Cash T, Smolak L (Eds). *Body Image: A handbook of science, practice, and prevention*. New York: The Guilford Press, 56-66.
30. Van Strien T, Frijters J, Bergers G, Defares P (1986). The Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ) for assessment of restrained, emotional, and external eating behaviour. *International Journal of Eating Disorders*, 5 (2): 295-315.
31. Vasconcelos-Raposo J (2004). Questionário de Satisfação com a Imagem Corporal de Raust-von Wright de 1989. Trabalho não publicado. Vila Real: UTAD.
32. Viana V, Sinde S (2003) Estilo alimentar: Adaptação e validação do questionário Holandês do Comportamento Alimentar. *Psicologia: Teoria, Investigação e Prática*, 1: 59-71.
33. Vilela J, Lamounier J, Filho M, Neto J, Horta G (2004). Transtornos alimentares em escolares. *Jornal de Pediatria*, 80 (1): 49-54. Doi:10.2223/JPED.1133
34. Williams E, Cash T, Santos M (2004, Nov.) *Positive and negative body image: Precursors, correlates, and consequences*. Paper presented at the 38th Annual Meeting of the Association of Behaviour Therapy. Retrieved from tcash@odu.edu
35. Wood-Barcelaw N, Tylka T, Augustus-Horwath C (2010). But I like my body: Positive body image characteristics and a holistic model for young adult woman. *Body Image: An International Journal of Research*, 7: 106-116.

AUTORES:Aldina Sofia Silva ^{1, 2}André Barreiros ^{2, 3}António Manuel Fonseca ²¹ Escola Superior de Educação de Fafe, Portugal² CIFI²D, Faculdade de Desporto Universidade do Porto, Porto, Portugal³ Faculdade de Psicologia, Educação e Desporto, Universidade Lusófona do Porto<https://doi.org/10.5628/rpcd.14.03.33>**RESUMO**

O objetivo central do presente estudo foi comparar oito coortes de gerações consecutivas de andebolistas de elite portugueses, abrangendo mais de duas décadas, relativamente à probabilidade de um/a atleta convocado/a para participar nas seleções jovens ser novamente convocado/a para a equipa sénior. A amostra foi constituída por 502 atletas (homens = 287; mulheres = 215) nascidos entre 1970 e 1985, que participaram pelo menos uma vez nas competições das seleções nacionais, entre as épocas desportivas 1986/ 1987 e 2010/ 2011. Os participantes foram divididos em oito coortes (C) para cada sexo, cada uma com atletas nascidos em dois anos consecutivos. Dos principais resultados, destaca-se uma enorme variação no comportamento das diferentes coortes em ambos os sexos. Por exemplo, a percentagem de atletas masculinos (M) que participaram na categoria Sub17 e que foram novamente convocados para a equipa sénior variou entre 100% (M = C7) e 13% (M = C8). Nesta análise, esta variação entre coortes era mais baixa no sexo feminino (F) comparativamente ao masculino (F: C4 = 43% e C6 = 8%). Concluiu-se que em todas as análises efectuadas havia pelo menos uma coorte que apresentava valores muito diferentes (muito superiores ou muito inferiores) aos reportados em estudos anteriores realizados noutras modalidades desportivas coletivas e que também incluíram participantes de ambos os sexos.

Correspondência: Aldina Sofia Oliveira da Silva, Instituto de Estudos Superiores de Fafe, Escola Superior de Educação de Fafe, Rua Universitária - Medelo, Apartado 178. 4824-909 Fafe, Portugal (aldinasofia@gmail.com).

A progressão dos andebolistas de elite nas diversas categorias das seleções nacionais de Portugal: Um estudo comparativo de oito coortes entre as épocas de 1985/1986 e 2010/2011.

PALAVRAS CHAVE:

Desenvolvimento. Progressão.

Seleções nacionais. Andebol. Coortes.

SUBMISSÃO: 18 de Julho de 2014

ACEITAÇÃO: 3 de Novembro de 2014