



INSTITUTO  
POLITÉCNICO  
DE BEJA  
Escola Superior  
de Educação



fMH



FCT  
Fundação para a Ciência e a Tecnologia  
MINISTÉRIO DA CIÊNCIA, TECNOLOGIA E ENSINO SUPERIOR

---

## Actividade desportiva e as queixas subjectivas de saúde dos adolescentes em Portugal.

Nuno Loureiro 1, Margarida Gaspar de Matos 2, & José Alves Diniz 2

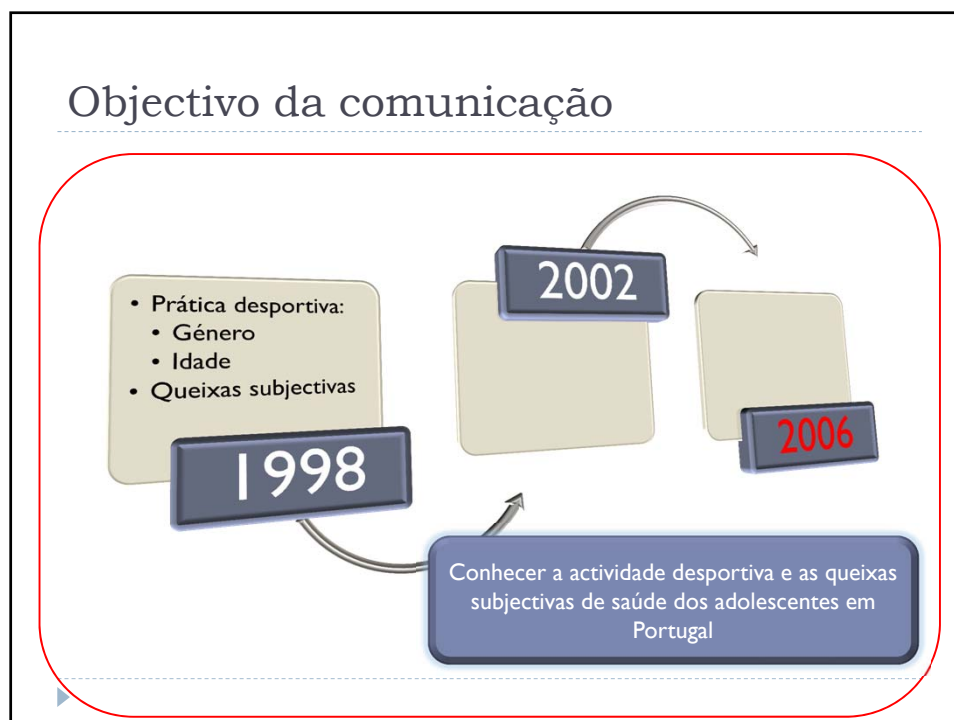
1 Escola Superior de Educação de Beja , Faculdade de Motricidade Humana; 2 Faculdade de Motricidade Humana; CMDT

9º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde  
Promoção da Saúde e Doenças Crónicas: desafios à promoção da saúde

9, 10 e 11 de Fevereiro de 2012  
Universidade de Aveiro

---

10 de Fevereiro 2012



1983/84	1985/86	1989/90	1993/94	1997/98	2001/02	2005/06
1 England 2 Finland 3 Norway 4 Austria 5 Sweden 6 Denmark*	1 Finland 2 Norway 3 Austria 4 Belgium (French) 5 Hungary 6 Israel 7 Scotland 8 Spain 9 Sweden 10 Switzerland 11 Wales 12 Denmark* 13 Canada 14 Latvia* 15 N Ireland* 16 Poland	1 Finland 2 Norway 3 Austria 4 Belgium= 5 Hungary 6 Scotland 7 Spain 8 Sweden 9 Switzerland 10 Wales 11 Denmark* 12 Netherlands* 13 Canada 14 Latvia* 15 N Ireland* 16 Poland	1 Finland 2 Norway 3 Austria 4 Belgium (French) 5 Hungary 6 Israel 7 Scotland 8 Spain 9 Sweden 10 Switzerland 11 Wales 12 Denmark 13 Netherlands 14 Canada 15 Latvia 16 N Ireland 17 Poland 18 Czech Republic 19 Estonia 20 Estonia 21 France 22 Greenland 23 Lithuania 24 Russia 25 Slovakia 26 Slovakia Republic	1 Finland 2 Norway 3 Austria 4 Belgium (French) 5 Hungary 6 Israel 7 Scotland 8 Spain 9 Sweden 10 Switzerland 11 Wales 12 Denmark 13 Canada 14 Latvia 15 N Ireland 16 Poland 17 Belgium (Flemish) 18 Czech Republic 19 Estonia 20 France 21 Germany 22 Greenland 23 Lithuania 24 Russia 25 Slovakia Republic 26 England 27 Greece 28 Portugal 29 Rep. of Ireland 30 USA	1 Finland 2 Norway 3 Austria 4 Belgium (French) 5 Hungary 6 Israel 7 Scotland 8 Spain 9 Sweden 10 Switzerland 11 Wales 12 Denmark 13 Canada 14 Latvia 15 Poland 16 Belgium (Flemish) 17 Czech Republic 18 Estonia 19 France 20 Slovakia Republic 21 England 22 Lithuania 23 Russia 24 Slovak Republic 25 England 26 Greece 27 Portugal 28 Rep. of Ireland 29 USA 30 Macedonia, tfr 31 Netherlands 32 Italy 33 Croatia 34 Malta 35 Slovenia 36 Ukraine	1 Finland 2 Norway 3 Austria 4 Belgium (French) 5 Hungary 6 Israel 7 Scotland 8 Spain 9 Sweden 10 Switzerland 11 Wales 12 Denmark 13 Canada 14 Latvia 15 Poland 16 Belgium 17 Czech Republic 18 Estonia 19 France 20 Germany 21 Greenland 22 Lithuania 23 Russia 24 Slovak Republic 25 England 26 Greece 27 Portugal 28 Rep. of Ireland 29 USA 30 Macedonia, tfr 31 Netherlands 32 Italy 33 Croatia 34 Malta 35 Slovenia 36 Ukraine 37 Bulgaria 38 Iceland 39 Luxembourg 40 Romania 41 Turkey
1983/84	1985/86	1989/90	1993/94	1997/98	2001/02	2005/06

**HBSC**

Health Behaviour in School-aged Children

É um estudo realizado de 4 em 4 anos com amostras nacionais.

Objectivo:

**Conhecer os Comportamentos e estilos de vida dos adolescentes em idade escolar, nos diferentes contextos das suas vidas.**

## HBSC – Portugal (<http://aventurasocial.com>)

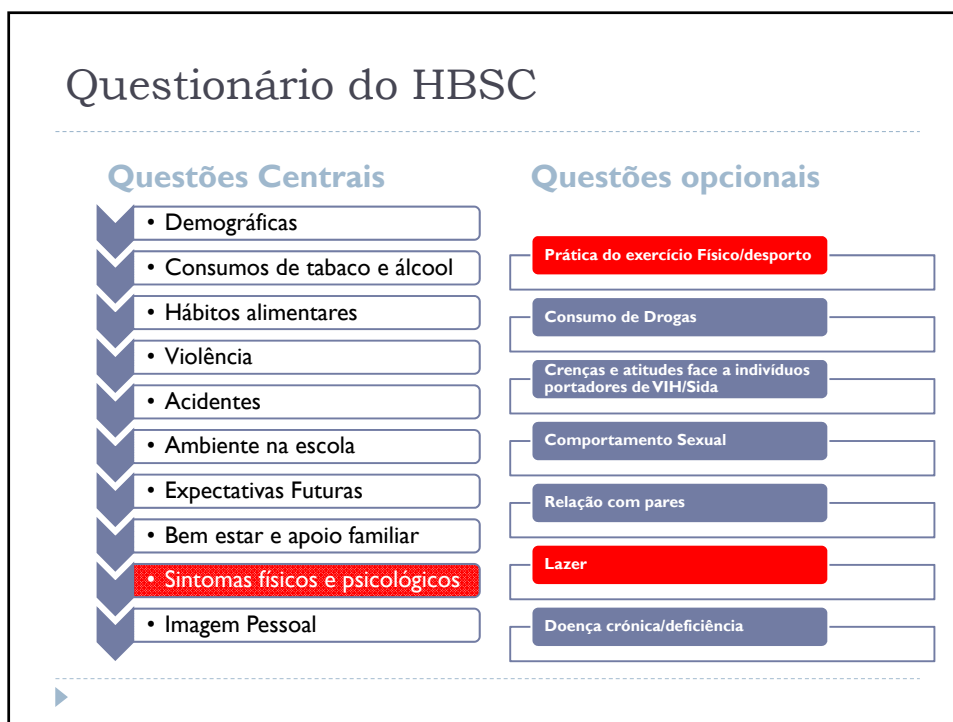
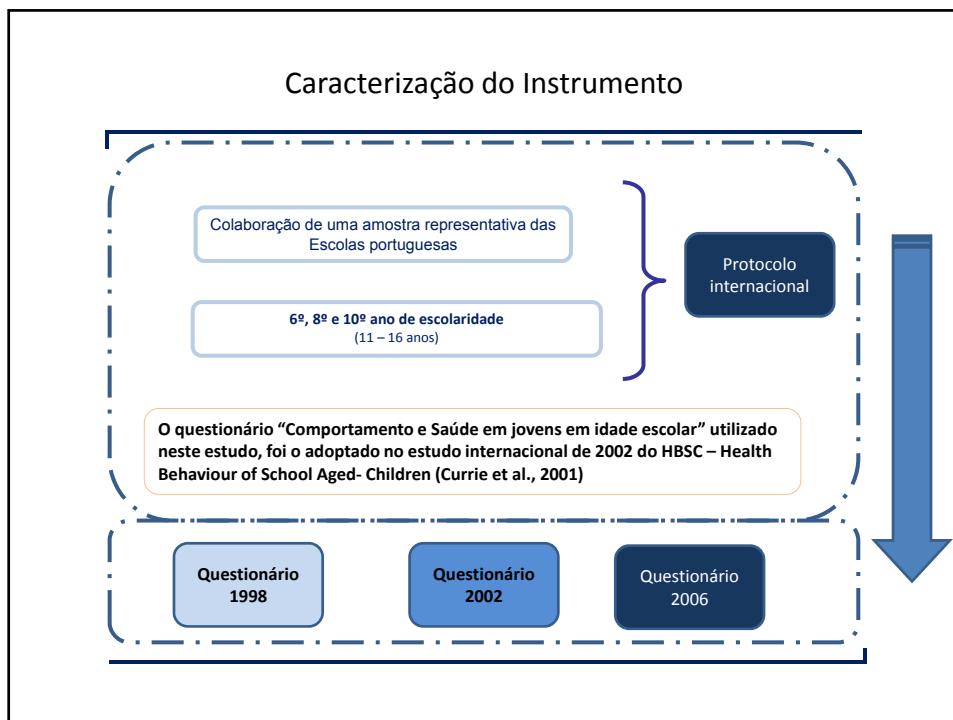
The screenshot shows the website for 'Aventura Social'. At the top, there is a navigation menu with links for 'O PROJECTO', 'NOTÍCIAS', 'ACTIVIDADES', 'PUBLICAÇÕES', 'A EQUIPA', and 'EVENTOS'. Below this, there are sections for 'Ligações' (with links for F.R.H., C.A.D.T.L.A., Aventura Social (2005), and Blogue) and 'Artigos'. The main content area is titled 'O Projecto' and contains the following text:

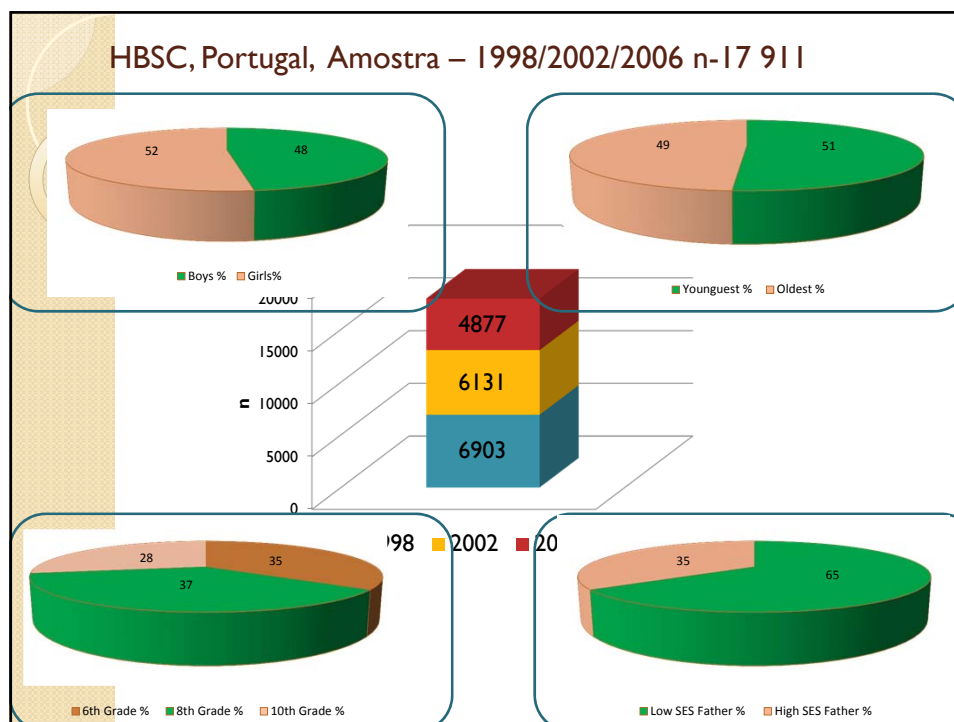
[http://aventurasocial.com/arquivos/1204817090\\_logoventuramagem1.png](http://aventurasocial.com/arquivos/1204817090_logoventuramagem1.png)

O Projecto Aventura Social, sediado na Faculdade de Medicina Humana da Universidade de Lisboa (FMH) e Centro de Malaria e Doenças Tropicais / Instituto de Higiene e Medicina Tropical da Universidade Nova de Lisboa, tem vindo a desenvolver diversas investigações no domínio da promoção de saúde e comportamento social.

O programa Aventura Social  
Margarida Gaspar de Matos e colaboradores.

O Programa Aventura Social iniciou-se em 1987, na Faculdade de Medicina Humana, no âmbito do que então se chamou Nucleo de Estudos do Comportamento Social.





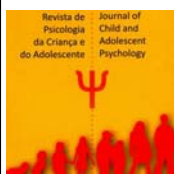
## Análise da actividade desportiva dos adolescentes portugueses Nuno Loureiro , Margarida G Matos e José A. Diniz

**Introdução:** O principal objectivo desta investigação foi analisar a prática desportiva dos adolescentes portugueses, num período de oito anos, de acordo com o género e o ano de escolaridade. Procurou-se ainda verificar a relação entre a prática desportiva dos géneros e as queixas subjectivas de saúde.

**Métodos:** A amostra consistiu em 17 911 indivíduos, com uma média de idades de 14 anos em ambos os géneros. O instrumento utilizado foi o questionário Health Behaviour in School-aged Children (HBSC). Os dados foram recolhidos nos anos de 1998, 2002 e 2006. Foram aplicados os testes de  $\chi^2$ , regressão linear e regressão logística.

**Resultados:** A prática desportiva semanal decresceu particularmente nas raparigas. São os rapazes e os alunos do 6.º ano os que apresentam uma maior frequência de prática semanal, em particular de desportos colectivos. A prática de modalidades individuais em 1998 era predominantemente feminina e foi decrescendo aos longos dos anos, até que em 2006 não foram encontradas diferenças entre os géneros. A prática desportiva feminina está associada com o ano de estudo, 1998 (OR=1.46,  $p<.05$ ) e 2002 (OR=1.24,  $p<.05$ ), idade (OR=0.85,  $p<.05$ ), IMC (OR=0.98,  $p<.05$ ), dor de cabeça (OR=0.86,  $p<.05$ ), irritação e mau humor (OR=0.87,  $p<.05$ ) e ter dor de estômago (OR=1.2,  $p<.05$ ). No caso dos rapazes só se encontrou associação com o ano de estudo de 1998 (OR=1.47,  $p<.05$ ) e com a idade (OR=0.90,  $p<.05$ ).

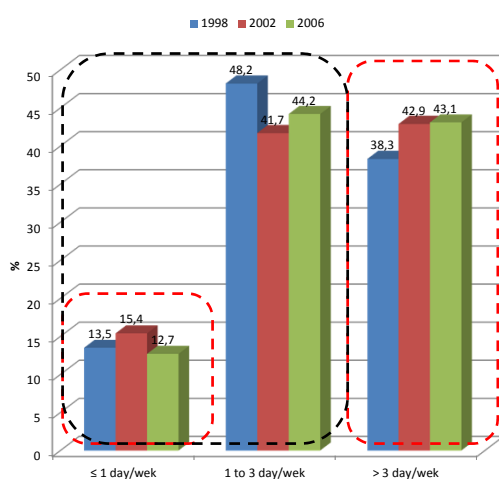
**Conclusão:** A prática desportiva é diferente de acordo com o género e a idade, devendo ser incentivada e promovida de forma diversificada e de acordo com as características e especificidades dos jovens. (in Press; Revista da Psicologia da Criança e do Adolescente)



## Métodos

- Análise descritiva
- Teste de  $\chi^2$  ( $p < 0.05$ )
- Regressão logística ajustada (CL 95%)

## Prática desportiva dos adolescentes portugueses



≤ 1 dia/s

- O maior registo ocorreu no estudo de 2002 (15,4%)
- 12,7% foi o valor mais baixo registado (2006)

1 a 3 dia/s

- A maior valor foi registado em 1998 (48,2%)

> 3 dias/s

- Verificou-se um aumento progressivo nos três estudos (38,3% - 43,1%)

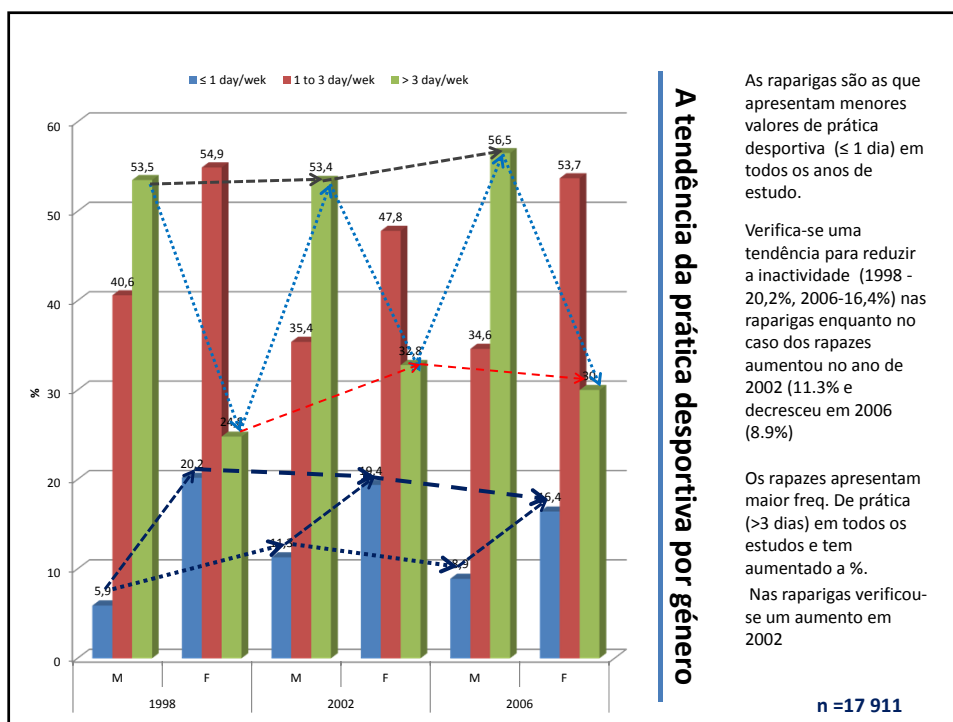
n = 17 911



COMPARANDO OS DADOS DE 2006 COM PAÍSES PARCEIROS NO ESTUDO HBSC



WHO, 2008



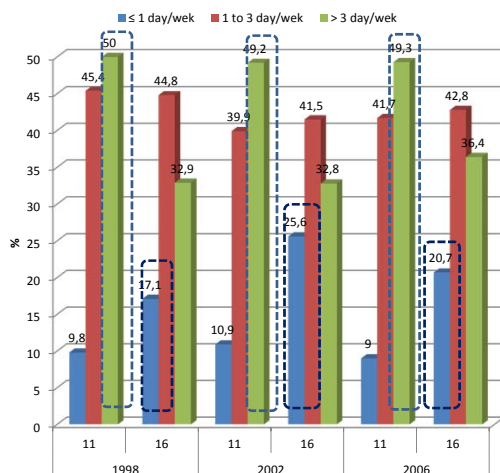
As raparigas são as que apresentam menores valores de prática desportiva (≤ 1 dia) em todos os anos de estudo.

Verifica-se uma tendência para reduzir a inactividade (1998 - 20,2%, 2006-16,4%) nas raparigas enquanto no caso dos rapazes aumentou no ano de 2002 (11,3% e decresceu em 2006 (8,9%)

Os rapazes apresentam maior freq. De prática (>3 dias) em todos os estudos e tem aumentado a %.

Nas raparigas verificou-se um aumento em 2002

## A prática desportiva por idade



### Mais Novos

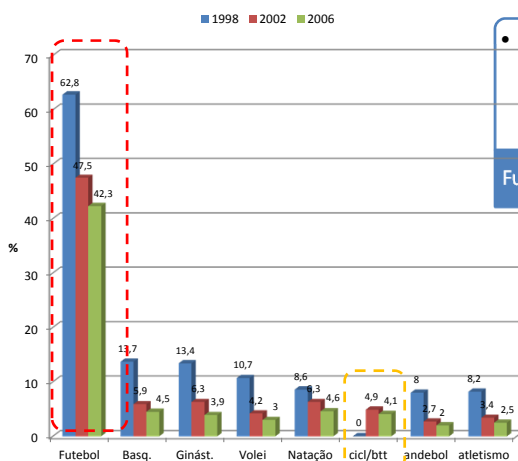
- Apresentam maiores índices de prática nos três anos de estudo
- Os valores são semelhantes nos três estudos.

### Mais Velhos

- São os que menos praticam em todos os anos
- No estudo de 2002 verificou maior índice de inatividade (25,6%)

n = 17 911

## As modalidades desportivas mais praticadas pelos adolescentes



- É a modalidade mais praticada

Futebol



- Verifica-se uma diminuição da prática em todas as modalidades

Diminuição

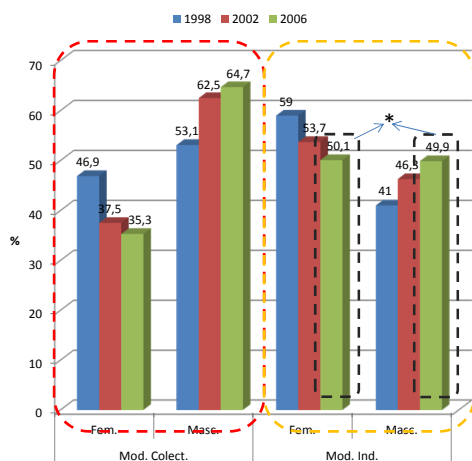


- Verificou-se um aumento no ano de 2002, decrescendo em 2006

Ciclismo/Btt



## O tipo de modalidades desportivas por Género



Colectivas são preferidas pelo rapazes



Col. - Ao longo dos anos tem-se agravado as diferenças entre géneros



Individuais – dilui-se a diferença entre os géneros ao longo dos anos de estudo

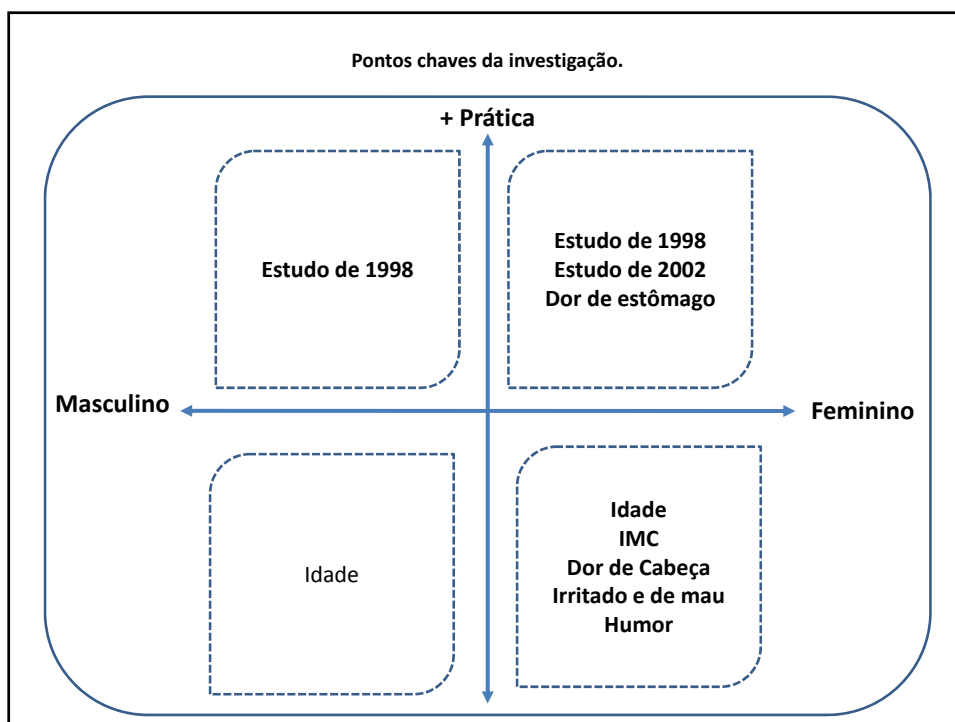
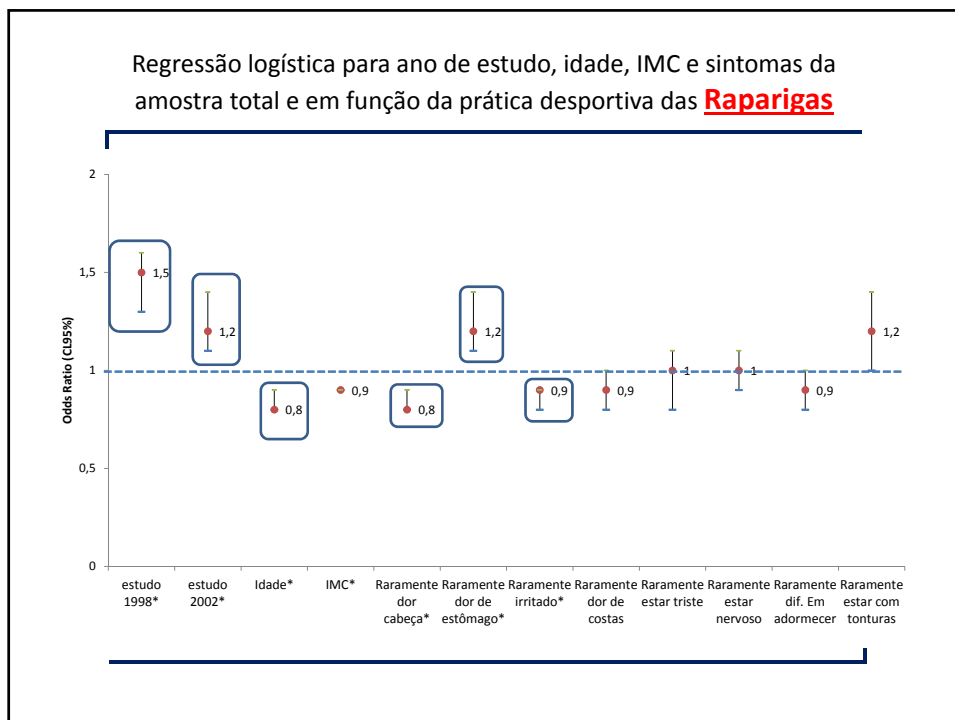
\*x<sup>2</sup> test; p > 0.05

## Análise das variáveis em estudo de acordo com o género e o ano do estudo (n=17911)

	1998		2002		2006	
	F	M	F	M	F	M
	n=3662	n=3241	n=3125	n=3006	n=2460	n=2417
<b>Freq. De prática desportiva</b>						
<1x/sem.	20,2%	5,9%	23,1%	10,7%	25,9%	8,2%
1 x/sem	19,3%	9,3%	19,5%	11,5%	21,9%	12,5%
2 a 3 x/sem	35,7%	31,3%	31,9%	28,9%	29,5%	30,3%
≥4 x/sem	24,8%	53,5%	25,5%	48,9%	22,7%	49,0%
<b>Prática por tipo de mod.</b>						
Individual	59,9%	47,0%	45,5%	40,8%	<b>40%*</b>	<b>40,6%*</b>
Colectivo	65,3%	83,6%	42,6%	73,8%	36,7%	68,6%
<b>Sintomas Físicos e Psicológicos</b>						
Freq. Dor de cabeça	36,2%	17,6%	29,6%	12,3%	31,0%	12,5%
Freq. Dor de estômago	13,7%	9,7%	11,4%	6,3%	9,5%	4,7%
Freq. Dor de costas	28,3%	21,9%	25,6%	17,6%	24,1%	14,9%
Freq. Estar triste	26,6%	15,9%	32,9%	19,6%	25,7%	13,5%
Freq. Estar irritado	27,0%	21,9%	35,5%	27,3%	26,9%	17,7%
Freq. Estar nervoso	46,1%	36,1%	49,2%	34,5%	36,5%	24,0%
Freq. Dificuldade em adormecer	30,6%	24,7%	23,4%	16,9%	22,4%	15,0%
Freq. Tonturas	12,3%	8,7%	10,2%	6,7%	10,9%	4,9%

Note: X<sup>2</sup>; \*p<0.05





## Conclusão

- Nos últimos anos a prática desportiva tem vindo a decrescer, em ambos os géneros, contudo os rapazes apresentam uma ligeira melhora no estudo de 2006;
- Os rapazes apresentam os maiores índices de prática de modalidades colectivas em todos os estudos;
- As raparigas apresentavam maiores índices de prática de modalidades individuais nos primeiros estudos, mas no estudo de 2006 não foram encontradas diferenças entre os géneros;
- Verifica-se um decréscimo de prática desportiva por cada ano de idade de 15% no caso das raparigas e de 10% no caso dos rapazes;
- A prática desportiva das raparigas está associada negativamente com o IMC
- A prática desportiva dos rapazes não foi associada a nenhuma queixa subjectiva de saúde;
- A prática desportiva das raparigas foi associada negativamente com a dor de cabeça e irritação, mau humor e positivamente com a dor de estômago.

## Muito obrigado pela atenção

- [nloureiro@ipbeja.pt](mailto:nloureiro@ipbeja.pt)
- Projecto  
Aventura social
- ([www.fmh.utl/aventurasocial](http://www.fmh.utl/aventurasocial))

