

Szajubok, M. (2013) *Influência dos pais na prática da atividade física dos filhos*. Dissertação de mestrado (49 p.). Programa de Estudos Pós-graduados em Psicologia Experimental: Análise do Comportamento, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, Brasil.

Orientadora: Prof.^a Dr.^a Fani Eta Korn Malerbi

Linha de Pesquisa: Desenvolvimento de metodologia e procedimentos tecnológicos em saúde em diferentes contextos institucionais.

Resumo

O objetivo da presente pesquisa foi verificar a influência dos pais em relação à prática de atividade física, quer desempenhando a função de um modelo que também se exercita, quer reforçando tal prática através de um sistema de fichas, trocáveis por pequenos brindes. Participaram do estudo seis jovens, quatro do sexo masculino e dois do sexo feminino com idades entre 10 e 15 anos e seus pais que se apresentaram como voluntários em resposta a um convite feito pelo pesquisador em uma escola particular e uma escola pública. Os critérios de inclusão no estudo foram: 1) o jovem praticar menos que 30 minutos de atividade física na maioria dos dias da semana, no período extra escola, 2) um dos pais se dispor a participar, em algum momento da pesquisa, por no mínimo 30 minutos diários de atividade física junto com o filho e 3) pai e filho terem disponibilidade para se reunir com o pesquisador, em média, a cada três dias. A mensuração da atividade física envolveu o uso de um pedômetro que foi usado, pelos jovens, todos os dias da semana no período extra escola. Os jovens foram instruídos a preencher um questionário diariamente no qual registravam o tipo de atividade física que praticavam, o tempo registrado pelo pedômetro, o tempo gasto diante de telas e a participação dos pais nessas atividades. Os participantes foram divididos em dois grupos de modo que fossem submetidos a diferentes sequências de condições com o objetivo de avaliar um possível efeito de ordem. Os resultados obtidos nos dias de semana foram analisados separadamente daqueles dos fins de semana. Para todos os participantes, houve aumento do tempo gasto em atividade física, em relação à Linha de Base, nas duas condições da pesquisa, independentemente da ordem em que ocorreram, sem relação com o tempo gasto diante de telas que se manteve muito alto no decorrer do estudo. Observou-se também que, exceto quando o pesquisador forneceu instruções específicas, a participação dos pais na atividade física de seus filhos ocorreu apenas nos fins de semana, geralmente, facilitando o acesso dos filhos a locais com maior probabilidade de ocorrerem atividades físicas. No Seguimento, os níveis de atividade física dos jovens retornaram aos níveis basais para todos os participantes.

Palavras chave: atividade física, economia de fichas, sedentarismo infantil.