

## Atividade física de crianças e apoio familiar percebido: um estudo exploratório

### Physical activity of children and perceived family support: an exploratory study resumo

Naildo Santos Silva, Júlio Brugnara Mello, Augusto Pedretti, Adroaldo Gaya, Anelise Reis Gaya

#### RESUMO

**Objetivo:** O objetivo deste estudo é descrever a prevalência de crianças na zona saudável e risco para a atividade física e do apoio familiar percebido de acordo com o sexo e identificar as relações entre a atividade física diária e o apoio familiar percebido. **Método:** Trata-se de um estudo exploratório, com amostra voluntária de 49 crianças matriculadas no 5º ano do ensino fundamental. Foram avaliadas a atividade física através de pedometria e o apoio familiar através de questionário. Foram utilizadas análises descritivas e de associação. Foi testada a diferença entre os sexos com o teste qui-quadrado de Pearson. **Resultados:** Nas variáveis do apoio familiar percebido, não foram identificadas diferenças entre os sexos. Na análise bruta apenas a variável “seus pais (pai/mãe) levam você para praticar atividade física” se associou com a atividade física das crianças. No modelo final de análise ajustada, as variáveis “considera o pai ativo”, “mãe estimula a ser ativo” e “seus pais levam você para praticar atividade física” se associaram com a atividade física das crianças. **Conclusões:** As figuras maternas e paternas parecem assumir diferentes papéis no apoio percebido pelas crianças, assim sugerimos que o pai e a mãe (ou figuras equivalentes) devem fazer parte do processo das ações de intervenções para que estas relações sejam confirmadas de forma mais fidedigna.

**Palavras-chaves:** Apoio social; Relações Pais-Filho; Atividade Motora.

#### ABSTRACT

**Objective:** The objective of this study is to describe the prevalence of children in the healthy zone and risk for physical activity and perceived family support according to sex and to identify the relationships between daily physical activity and perceived family support. **Method:** This is an exploratory case study, with a voluntary sample of 49 children enrolled in the 5th year of elementary school. Physical activity was assessed through pedometer and the perceived family support through a questionnaire. Descriptive and association analyzes were used. Descriptive and association analyzes were used. The difference between the sexes was tested with the Pearson chi-square test. **Results:** In the variables of perceived family support, no differences between the sexes were identified. In the rough analysis only the variable “your parents take you to practice physical activity” has been associated with the physical activity of the children. In the final model of adjusted analysis, the variables “consider the father active,” “mother encourages being active,” and “their parents lead you to practice physical activity” have been associated with the physical activity of children. **Conclusion:** The maternal and paternal figures seem to assume different roles in the support perceived by the children, so we suggest that the father and the mother (or equivalent figures) should be part of the intervention actions process in order to confirm these relationships in a more reliable way.

**Keywords:** Social support; Parent-Child Relations; Motor Activity.

#### Como citar este artigo:

Silva, N; Mello, J; Pedretti, A; Gaya, A; Gaya, AR. Atividade física de crianças e apoio familiar percebido: um estudo exploratório. Revista Saúde (Sta. Maria). 2019; 45 (2).

#### Autor correspondente:

Nome: Naildo Santos Silva  
Código ORCID: 0000-0001-6585-5307  
E-mail: naildo\_18@hotmail.com  
Telefone: (88)99190047  
Formação Profissional: Mestre em Ciências do Movimento Humano pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), Porto Alegre, RS, Brasil  
Filiação Institucional: Universidade Regional do Cariri.  
Link para o currículo  
Lattes: <http://lattes.cnpq.br/0626397264340426>

#### Data de Submissão:

12/06/2019

#### Data de aceite:

16/07/2019

**Conflito de Interesse:** Não há conflito de interesse



## INTRODUÇÃO

Os benefícios da prática regular de atividade física em crianças e adolescentes já estão amplamente descritos na literatura.<sup>1-4</sup> Não obstante, evidências de vários países sugerem que a maioria das crianças não cumprem com os parâmetros mínimos de saúde.<sup>5,6</sup> Além disso, os níveis de atividade física declinam substancialmente ao longo da infância e da adolescência,<sup>7,8</sup> fenômeno que parece influenciar da prática de atividade física ao longo da vida.<sup>9,10</sup>

A prática regular de atividades físicas como deslocamento ativo, prática esportiva, utilização de espaços públicos para lazer ativo e participação na educação física escolar, caracteriza-se como um comportamento que possui uma série de determinantes e fatores associados, dentre eles estão: idade, sexo, nível socioeconômico, apoio da escola e os ambientes urbano e escolar. Apesar da importância desses fatores, estudos recentes têm apontado outros que podem ser importantes na adoção de um estilo de vida ativo na infância, dentre eles o apoio familiar.<sup>3</sup>

Nesse sentido, apesar da escassez de informações, algumas pesquisas têm sugerido uma relação positiva, apesar de fraca, entre o apoio familiar e os níveis de atividade física de crianças e adolescentes.<sup>11-13</sup> Em um estudo de revisão, Beets, Cardinal e Alderman<sup>14</sup> concluíram que o comportamento dos pais que se envolveram fisicamente nas atividades dos filhos se associou positivamente com a atividade física das crianças.

Todavia, são poucas as evidências sobre como os pais apoiam os seus filhos para que estes realizem atividade física. Além disso, no Brasil o tema ainda é pouco explorado em crianças.<sup>15,16</sup> Nesse contexto, é de significativa importância identificar como os pais/responsáveis oferecem apoio familiar aos seus filhos e quais as relações com a prática de atividade física em crianças. Posto isso, o presente estudo tem como objetivos: 1) descrever a prevalência de crianças que não atingem níveis recomendados a atividade física e do apoio familiar auto relatado de acordo com o sexo; e 2) identificar as relações entre a atividade física diária e o apoio familiar percebido.

## MÉTODOS

Trata-se de um estudo exploratório com método correlacional e abordagem quantitativa.<sup>17</sup> Os dados para a realização do presente estudo são oriundos da primeira fase do projeto de pesquisa “Efeitos de um programa de intervenção com futebol sobre as variáveis associadas à cognição, à síndrome metabólica e a marcadores inflamatórios em crianças”. As coletas de dados deste projeto seguiram os protocolos aprovados pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Humanos da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, sob o parecer número 2.014.997.

### *Sujeitos da pesquisa*

O presente estudo se propõe a estudar uma amostra por conveniência. Os sujeitos da pesquisa são crianças, estudantes de duas turmas de 5º ano do ensino fundamental de uma escola estadual de Porto Alegre, RS. A idade das crianças variou entre dez e 13 anos. Esta escola é a maior e mais antiga do bairro Menino Deus - localizado na região centro-sul da cidade. Segundo o projeto político e pedagógico da escola, apesar da localidade, atende estudantes oriundos de diversos bairros, caracterizando a população escolar como plural, tendo alunos com diversos comportamentos, culturas

---

e classes econômicas.

A conveniência desta amostra se justifica devido à escola ter parceria com a Escola de Educação Física, Fisioterapia e Dança da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, onde as turmas da tarde (incluindo um quinto ano – 5A) dos anos iniciais são vinculadas a disciplina de Estágio Supervisionado do curso de Licenciatura em Educação Física. Por outro lado, as turmas da manhã não possuem a disciplina curricular de Educação Física como obrigatória (incluindo um quinto ano – 5B). Ademais, a escola possui parceria com o Programa Institucional de Bolsa de Iniciação à Docência dos cursos de Educação Física e Dança.

O poder estatístico das análises utilizadas (regressão logística de Poisson) foi calculado a posteriori utilizando o software GPower versão 3.1.9.2. Utilizando como critério uma associação com pouca magnitude entre a atividade física e o apoio familiar percebido (OR: 1,4 foi a única associação significativa encontrada na análise bruta do presente estudo), um alfa de 0,05 e uma estimativa do tamanho amostral de 49 sujeitos, o equilíbrio entre a probabilidade de erro tipo I e tipo de erro II indicou um beta de 0,30. Portanto, o poder estatístico estimado ( $1-\beta$ ) foi de 0,70.

#### *Procedimentos e instrumentos de coleta de dados*

Após aprovação da direção da escola os alunos foram informados dos objetivos da pesquisa e aqueles que trouxeram o termo de consentimento livre e esclarecido assinado pelos responsáveis e posteriormente assinaram o termo de assentimento livre e esclarecido foram conduzidos a participar da pesquisa. Na primeira fase da coleta de dados em sala de aula os alunos preencheram um questionário com a supervisão de um membro da equipe de pesquisadores.

Este questionário referido foi criado por colaboradores do grupo de pesquisa que conduziu o estudo e utilizado primeiramente em outras amostras.<sup>18</sup> O questionário foi organizado em seções com questões sobre: (a) demografia; (b) comportamentos e hábitos diários de rotina; (c) auto percepção da atividade física e estado nutricional e percepção da atividade física dos pais; e (d) atividade física e hábitos no lazer. Apenas questões dos blocos c e d foram utilizadas no presente estudo.

Para a avaliação do apoio familiar percebido foi considerado, portanto, o auto relato dos escolares a partir das seguintes questões: a) “você considera seu pai ativo?; b) você considera sua mãe ativa?; c) “seus pais levam você para praticar atividade física?; d) “seus pais praticam atividade física junto com você?; e) “seu pai estimula você a ser ativo?; e f) “sua mãe estimula você a ser ativo?”. Todas as questões foram respondidas de forma separada e com duas opções de resposta (sim ou não). Todas as crianças foram encorajadas a responder mesmo que não tivessem pais biológicos (tios, avós ou responsáveis). Por se tratar de um estudo exploratório, os pesquisadores julgaram não haver necessidade de um estudo de validação das questões supracitadas.

Após concluir o questionário cada criança recebeu um pedômetro (CW-701 Digi-walker) que foi utilizado durante três dias consecutivos da semana. A logística da pesquisa impediu os pesquisadores de avaliarem a atividade física durante o fim de semana, portanto, foram considerados como válidos os dados dos três dias da semana. Inicialmente as crianças foram instrumentalizadas em relação ao local de uso (cintura) e forma de utilização do equipamento (preso por um cinto elástico disponibilizado pela equipe de avaliadores), ao funcionamento da memória, e ao não uso durante a realização de atividades aquáticas (p.e., natação e banho) e também ao dormir. Os dados do pedômetro foram extraídos

para as fichas das crianças (anexa ao questionário). O nível de atividade física foi considerado a partir da média do número de passos dos três dias (excluindo valores médios menores que 1.000 passos/dia e excedentes a 30.000 passos/dia). Para a classificação, foram utilizados os pontos de corte propostos por Tudor-Locke et al.,<sup>19</sup> que sugerem 12.000 passos/dia para as meninas e 15.000 passos/dia para os meninos. A partir da relação com a chance aumentada de desenvolver excesso de peso, Tudor-Locke et al.,<sup>19</sup> classificaram o número de passos em zona de risco e zona saudável.

### *Análise dos dados*

Para o tratamento dos dados foi utilizada análise descritiva (frequências absolutas e relativas). Para identificar as possíveis estimativas de associação entre a atividade física e o apoio familiar foram utilizados modelos de regressão Poisson, ajustados para sexo e idade. O primeiro modelo de regressão foi testado considerando todas as variáveis estudadas e ajustado também para o sexo e a idade. As variáveis que apresentaram um valor de  $p \leq 0,20$  foram mantidas e um novo modelo foi testado (não apresentado). Os modelos seguintes (não apresentados) foram testados até o momento em que todas as variáveis testadas (exceto sexo e idade) se associassem de forma significativa ( $p < 0,05$ ). Um modelo com três variáveis foi aceito como modelo final. Para este modelo final foi testada a multicolineariedade entre as covariáveis, considerando a presença de multicolineariedade um  $p \leq 0,80$ . Para todas as análises consideramos a priori um alpha de 0,05. Todas as análises foram realizadas no programa estatístico SPSS for Windows versão 20.0.

## RESULTADOS

Na Tabela 1 estão apresentadas as características da amostra (49 sujeitos) estratificada por sexo. Não houve perda amostral com relação ao uso do pedômetro, todavia 6 crianças não compareceram ao preenchimento do questionário, assim como algumas crianças não responderam (ou marcaram mais de uma opção) em alguma das perguntas. O n em cada questão, assim como nas variáveis antropométricas estão indicado na tabela 1.

Ademais, observa-se que aproximadamente 70% dos meninos e 88% das meninas não cumprem com o número recomendado de passos para à saúde. Em relação a apoio familiar referido pelas crianças verifica-se que os pais estimulam a prática de atividade física, sendo que a mãe é quem as crianças relataram oferecer maior estímulo (70,7%). Observa-se também uma ocorrência elevada de pai/mãe que levam os seus filhos a praticarem atividade física (76,7%), além disso, pode-se verificar que a maioria dos pais (64,3%) pratica atividade física com os filhos, com uma maior frequência observada entre os meninos. Nenhuma das variáveis do apoio familiar apresentou diferença entre os sexos.

**Tabela 1.** Descrição da amostra estratificada por sexo.

Variáveis	Meninos		Meninas		Total		
	n	$\bar{x}$ (DP)	n	$\bar{x}$ (DP)	n	$\bar{x}$ (DP)	
<b>Idade (anos)</b>	22	10,9 (0,8)	24	10,7 (0,7)	46	10,8 (0,7)	
<b>Estatura (cm)</b>	22	145,5 (7,4)	21	149,4 (10,1)	43	147,4 (9,0)	
<b>Peso (kg)</b>	22	42,0 (8,8)	21	45,0 (11,7)	43	43,5 (10,3)	
<b>Atividade física (passos/dia)</b>	24	11380 (4710)	25	8626 (3353)	49	9975 (4264)	
	n	%	n	%	n	%	
<b>Atividade física (passos/dia)</b>							
<i>Zona saudável</i>	7	29,2	3	12,0	10	20,4	<i>p</i>
<i>Zona de risco</i>	17	70,8	22	88,0	39	79,6	
<b>Considera o pai ativo</b>							0,275
<i>Sim</i>	15	71,4	11	55,0	26	63,4	
<i>Não</i>	6	28,6	9	45,0	15	36,6	
<b>Considera a mãe ativa</b>							0,951
<i>Sim</i>	19	86,4	18	85,7	37	86,0	
<i>Não</i>	3	13,6	3	14,3	6	14,0	
<b>Pai/mãe leva para fazer AF</b>							0,933
<i>Sim</i>	17	77,3	16	76,2	33	76,7	
<i>Não</i>	5	22,7	5	23,8	10	23,3	
<b>Pai/mãe pratica AF com você</b>							0,065
<i>Sim</i>	17	77,3	10	50,0	27	64,3	
<i>Não</i>	5	22,7	10	50,0	15	35,7	
<b>Mãe estimula a ser ativo</b>							0,763
<i>Sim</i>	16	72,7	13	68,4	29	70,7	
<i>Não</i>	6	27,3	6	31,6	12	29,3	
<b>Pai estimula a ser ativo</b>							0,816
<i>Sim</i>	14	66,7	12	63,2	26	65,0	
<i>Não</i>	7	33,3	7	36,8	14	35,0	

n: número de sujeitos; AF: atividade física;  $\bar{x}$ : média; DP: Desvio Padrão; cm: centímetros; kg: quilogramas; P: Nível de significância

Na tabela 2 é apresentado o modelo inicial da estimativa de associação entre a atividade física e as variáveis do apoio familiar percebido. Na análise bruta apenas a variável “Pai/mãe leva para fazer AF” apresentou associação significativa. Já na análise ajustada para sexo e idade e considerando as demais variáveis constantes “considerar o pai ativo”, “pai/mãe levar para praticar atividade física”, pai/mãe praticar atividade física junto com a criança” e a “mãe estimular a ser ativo” apresentaram associação significativa, atendendo o critério inicial para o teste no modelo seguinte de associação ( $p \leq 0,20$ ).

**Tabela 2.** Estimativa de associação entre a atividade física e o apoio familiar ajustado para o sexo e a idade (modelo inicial).

Variável	Zona de risco para Atividade Física					p
	RP (bruta)	IC 95%	p	RP (ajustada)	IC 95%	
<b>Considera o pai ativo</b>						
Não	1	-	-	1		
Sim	0,709	0,455–1,106	0,130	0,490	0,300–0,801	0,004
<b>Considera a mãe ativa</b>						
Sim	1	-	-	1		
Não	1,101	0,737–1,646	0,638	0,667	0,342–1,302	0,235
<b>Pai/mãe leva para fazer AF</b>						
Sim	1	-	-	1		
Não	1,435	1,146–1,797	0,002	2,131	1,457–3,116	0,001
<b>Pai/mãe pratica AF com você</b>						
Sim	1	-	-	1		
Não	1,080	0,771–1,513	0,655	0,679	0,490–0,941	0,020
<b>Mãe estimula a ser ativo</b>						
Sim	1	-	-	1		
Não	1,329	0,987–1,790	0,061	1,935	1,312–2,854	0,001
<b>Pai estimula a ser ativo</b>						
Sim	1	-	-	1		
Não	0,929	0,627–1,375	0,711	0,868	0,541–1,393	0,558

AF: Atividade Física; RP: Razão de prevalência; IC: Intervalo de confiança; P: Nível de significância

Na Tabela 3 é apresentado o modelo final da estimativa de associação entre o apoio familiar percebido e a atividade física das crianças ajustada para a idade e para o sexo. Para as crianças, “considerar o pai ativo” representou um fator de proteção em relação a zona de risco para atividade física, com uma menor prevalência de 51%. Ademais, os filhos cujos pais “não levam para praticar atividade física” e que “as mães não estimulam a ser ativos” apresentaram uma probabilidade de 0,47 e 0,53 vezes maior, respectivamente, de estar na zona de risco para atividade física.

**Tabela 3.** Estimativa de associação entre a atividade física e o apoio familiar ajustado para o sexo e a idade (modelo final).

	Zona de risco para Atividade Física		
	Modelo ajustado		
	RP	IC95%	p
<b>Considera o pai ativo</b>			
Não	1	-	-
Sim	0,494	0,303–0,806	0,005
<b>Pai/mãe leva para fazer AF</b>			
Sim	1	-	-
Não	1,573	1,166–2,120	0,003
<b>Mãe estimula a ser ativo</b>			
Sim	1	-	-
Não	1,439	1,024–2,023	0,036

RP: razão de prevalência; IC: intervalo de confiança; P: Nível de significância

---

## DISCUSSÃO

Este estudo exploratório teve como objetivo descrever a ocorrência do nível de atividade física e do apoio familiar de escolares de acordo com o sexo e identificar as relações entre a atividade física diária e o apoio familiar. Como principais resultados destaca-se a ocorrência elevada de escolares do sexo feminino e masculino que não atendem as recomendações do número de passos (atividade física) para a saúde, apontando ainda a baixa ocorrência de percepção de apoio familiar dos pais nos escolares que não cumpriram com as recomendações mínimas de atividade física.

Em relação às análises de associação, observa-se que as variáveis “considera o pai ativo”, “mãe estimula a ser ativo” e “seus pais levam você para praticar atividade física” se associaram com a atividade física das crianças. Tais resultados evidenciam a importância da percepção dos filhos sobre apoio dos pais à prática de atividade física, assim como a importância do envolvimento dos pais em uma vida ativa. Isto é, as crianças em zona de risco à saúde para a atividade física são aquelas que percebem em uma ocorrência menor, os diferentes tipos de envolvimento dos pais e ainda são aquelas que evidenciam uma maior ocorrência de pais não ativos. Ademais cabe ressaltar as diferenças observadas entre os incentivos provenientes do pai e da mãe.

O apoio familiar dos pais parece ser uma variável fundamental para o aumento/manutenção da prática de atividade física dos filhos.<sup>13,14</sup> Nossos resultados, se assemelham aos de Vander Ploeg et al.<sup>20</sup> em que suas conclusões indicam que atitudes dos pais de encorajar e envolverem-se em práticas de atividade física com os filhos estão associados com maiores níveis de atividade física dos mesmos. Assim como Vander Ploeg et al.,<sup>20</sup> Mcguire et al.<sup>21</sup> concluíram que há associação entre as percepções das crianças sobre o encorajamento de seus pais para a prática de atividade física com o envolvimento em atividade física. Tais resultados, semelhantes ao nosso, mostram que o apoio, chamado de encorajamento por Mcguire et al.<sup>21</sup> e Vander Ploeg et al.<sup>20</sup>, pode ser uma das principais formas de apoio social associadas a melhora ou manutenção do nível de atividade física de crianças.

Ainda sobre o apoio familiar, apesar de existirem evidências demonstrando que as mães encorajam de forma mais efetiva as meninas<sup>22</sup> nossos resultados sugerem que independente do sexo o apoio social da mãe parece estar associado aos níveis de atividade física satisfatórios. A pesquisa realizada por Weber et al.<sup>23</sup> demonstra que a figura materna é percebida como autorizativa pelas crianças, e de certo modo, esta percepção pode ser um dos motivos que explica porque o incentivo/encorajamento por parte da mãe é uma variável importante na relação com a atividade física das crianças.

Numa outra perspectiva, apesar da maioria dos adolescentes e crianças perceberem os pais como ativos, Trost et al.<sup>24</sup> e Loprinzi e Trost<sup>25</sup> concluíram que a atividade física dos pais possui um efeito pequeno na relação com a atividade física dos filhos. Todavia, nossos resultados sugerem que as crianças que consideram o pai ativo possuem uma probabilidade maior de estar na zona saudável para a atividade física. Neste caso, percebemos a figura paterna assumindo uma significância na relação apoio familiar-atividade física.

Uma das hipóteses levantadas é de que o apoio familiar da figura paterna pode ser causado de forma indireta, ao passo que os filhos percebem os pais como ativos e se espelham neles. Alguns estudos confirmam esta relação mostrando que nos anos 2000 a figura paterna, na relação pais e filhos, passou a simbolizar, em termos gerais, uma

expressão de exemplo, onde o pai deixou de ser apenas quem fornece apoio financeiro e passou a atuar diretamente junto com a mãe na formação dos filhos.<sup>26,27</sup> Resultado que parece ter sido evidenciado no presente estudo.

Por fim, percebemos que a variável “pais não levam para praticar atividade física” foi a maior razão de prevalência encontrada, quando associada com níveis inadequados de atividade física, e a única que se associou na análise bruta. Uma das explicações reportadas na literatura<sup>28,29</sup> indica que a disponibilidade dos pais (em relação à “falta de tempo”) e as dificuldades no acesso a locais para prática de atividade física parecem inibir os pais de apoiar os filhos para a prática de atividades físicas.<sup>28,29</sup> Todavia, pelo fato das crianças não terem autonomia para se deslocarem sozinhas, Stone et al.<sup>30</sup> reportaram a segurança pública (percepção de falta de segurança) como uma forte barreira para os pais levarem seus filhos a locais públicos para praticar atividades físicas. Quando os pais se sentem mais seguros em relação à segurança dos seus filhos, principalmente crianças, os mesmos podem oferecer mais apoio. Este apoio, na maior parte das vezes, está diretamente relacionado ao “levar para praticar”, principalmente pela dependência da criança para grandes deslocamentos ou para permanecer sozinha em algum lugar público por exemplo.

Apesar de não ter a pretensão de inferências estatísticas, é importante salientar algumas limitações do estudo, como ter avaliado um grupo pequeno de crianças. Apesar das associações significativas, o desenho do estudo permite que estas possam ser atribuídas ao acaso. A atividade física avaliada através de pedometria não engloba atividades fora do contexto dos deslocamentos e atividades a pé e por fim, a avaliação do apoio social percebido pode ter algum viés a partir do nível de relação afetiva entre pais e filhos no momento da avaliação e isto não foi controlado.

Não obstante às limitações, o presente estudo apresenta pontos potencialmente fortes. A influência do apoio familiar sobre diversos comportamentos do ser humano já tem sido estudado há muito tempo, todavia, ainda são recentes as evidências que englobam o comportamento ativo ou a prática de atividade física. Nesse sentido, explorar uma área relativamente escassa de informações é um importante passo para a área. Os instrumentos subjetivos de avaliação da atividade física em crianças são usualmente criticados, nesse sentido nosso estudo utiliza uma avaliação objetiva da atividade física, o que em tese, é o mais próximo de um comportamento real.

Nossos principais resultados sugerem que os indicadores de apoio familiar percebidos não se diferenciaram entre os sexos. Possivelmente seja necessário investigar diferentes variáveis que compõem o apoio familiar de forma individual para cada sexo, ou realizar pesquisas com outras técnicas e abordagens metodológicas para que se possam levantar novas possibilidades de apoio familiar diferentes para os meninos e as meninas. Os principais resultados do nosso estudo tornam a evidenciar um elevado número de crianças que não cumprem os parâmetros mínimos de atividade física diária, assim como sugerem que as variáveis “considera o pai (ativo)”, “mãe estimula a ser ativo” e “seus pais levam você para praticar atividade física” se associaram com os níveis adequados de atividade física diária das crianças. Deste modo, as figuras maternas e paternas parecem assumir diferentes papéis no apoio social percebido pelas crianças, assim sugerimos que o pai e a mãe (ou figuras equivalentes) devem fazer parte do processo de ações intervencionistas para que estas relações sejam confirmadas de forma mais fidedigna, assim como, para que de algum modo a alta ocorrência de escolares inativos possa ser reduzida.

---

## REFERÊNCIAS

1. Hallal PC, Victora CG, Azevedo MR, Wells JCK. Adolescent Physical Activity and Health. *Sports Med.* 2006;36:1019-1030.
2. Janssen I, LeBlanc AG. Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth. *Int J Behav Nutr Phys Act.* 2010;7:40.
3. Sallis JF, Prochaska JJ, Taylor WC. A review of correlates of physical activity of children and adolescents. *Med Sci Sports Exerc.* 2000;32:963-975.
4. Sothorn MS, Loftin M, Suskind RM, Udall JN, Blecker U. The health benefits of physical activity in children and adolescents: implications for chronic disease prevention. *Eur J Pediatr.* 1999;158:271-274.
5. Andersen LB, Mota J, Pietro LD. Update on the global pandemic of physical inactivity. *Lancet.* 2016;388:1255-1256.
6. Cooper AR, Goodman A, Page AS, Sherar LB, Esliger DW, Sluijs EMFV et al. Objectively measured physical activity and sedentary time in youth: the International children's accelerometry database (ICAD). *Int J Behav Nutr Phys Act.* 2015;12:113.
7. Dumith SC, Denise PG, Domingues MR, Kohl HWIII. Physical activity change during adolescence: a systematic review and a pooled analysis. *Int J Epidemiol.* 2011;40:685-698.
8. Nader PR, Bradley RH, Houts RM, McRitchie SL, O'Brien M. Moderate-to-Vigorous Physical Activity From Ages 9 to 15 Years. *Jama.* 2008;300:295-305.
9. Telama R, Yang X, Viikari J, Valimaki I, Wanne O, Raitakari O. Physical Activity from Childhood to Adulthood: A 21-Year Tracking Study. *Am J Prev Med.* 2005;28:267-273.
10. Trudeau F, Laurencelle L, Shephard RJ. Tracking of Physical Activity from Childhood to Adulthood. *Med Sci Sports Exerc.* 2004;36:1937-1943.
11. Cleland V, Timperio A, Salmon J, Hume C, Telford A, Crawford D. A Longitudinal Study of the Family Physical Activity Environment and Physical Activity Among Youth. *Am J Health Promot.* 2011;25:159-167.
12. Schoeppe S, Robl M, Liersch S, Krauth C, Walter U. Mothers and Fathers Both Matter: The Positive Influence of Parental Physical Activity Modeling on Children's Leisure-Time Physical Activity. *Pediatr Exerc Sci.* 2016;28:466-472.
13. Xu H, Wen LM, Rissel C. Associations of Parental Influences with Physical Activity and Screen Time among Young Children: A Systematic Review. *J Obes.* 2015.
14. Beets MW, Cardinal BJ, Alderman BL. Parental Social Support and the Physical Activity-Related Behaviors of Youth: A Review. *Health Educ Behav.* 2010;37:621-644.
15. Reis RS, Sallis FJ. Validade e reprodutibilidade da versão brasileira da escala de suporte social para o exercício

em adolescentes. *Rev Bras de Cien e Mov.* 2008;13:7-14.

16. Prado CV, Lima AV, Fermino RC, Añez CRR, 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 Saud Pub.* 2014;30:827-838.
17. Gaya A. *Projetos de Pesquisa Científica e Pedagógica: O desafio da iniciação científica.* Belo Horizonte: Casa da Educação Física; 2016.
18. Bergmann GG, Bergmann MLA, Marques AC, Hallal PC. Prevalence of physical inactivity and associated factors among adolescents from public schools in Uruguaiana, Rio Grande do Sul State, Brazil. *Cad Saud pub.* 2013;29:2217-2229.
19. Tudor-Locke C, Pangrazi RP, Corbin CB, Rutherford WJ, Vincent SD, Raustorp A, Tomson LM, Cuddihy F. BMI-referenced standards for recommended pedometer-determined steps/day in children. *Prev Med.* 2004;38:857-864.
20. Ploeg KAV, Maximova K, Kuhle S, Simen-Kapeu A, Veugelers PJ. The Importance of Parental Beliefs and Support for Physical Activity and Body Weights of Children: A Population-based Analysis. *Can J Public Health.* 2012;103:277-281.
21. McGuire MT, Hannan PJ, Neumark-Sztainer D, Cossrow NF, Story M. Parental Correlates of Physical Activity in a Racially/Ethnically Diverse Adolescent Sample. *J Adolesc Health.* 2002;30:253-261.
22. Henriksen PW, Rasmussen MI, Holstein BE. Physical activity among adolescents: The role of various kinds of parental support. *Scand J Med Sci Sports.* 2015;26:927-932.
23. Weber LND, Prado PM, Viezzer AP, Brandenburg OJ. Identificação de Estilos Parentais: O Ponto de Vista dos Pais e dos Filhos. *Psicologia: reflexão e crítica.* 2004;17:323-331.
24. Trost SG, Sallis JF, Pate RR, Freedson PS, Taylor WC, Dowda M. Evaluating a Model of Parental Influence on Youth Physical Activity. *Am J Prev Med.* 2003;25:277-282.
25. Loprinzi PD, Trost SG. Parental influences on physical activity behavior in preschool children. *Prev Med.* 2010;50:129-133.
26. Costa RG. Reprodução e gênero: paternidades, masculinidades e teorias da concepção. *Estudos feministas.* 2002;10:339.
27. Hennigen I, Guareschi NMF. A paternidade na contemporaneidade: Um estudo de mídia sob a perspectiva dos estudos culturais. *Psic & soci.* 2002;14:44-68.
28. Davison KK, Lawson HA, Coatsworth JD. The family-centered action model of intervention layout and implementation (FAMILI) the example of childhood obesity. *Health Promot Pract.* 2012;13:454-461.
29. Davison KK, Nishi A, Kranz S, Wyckoff L, May JJ, Earle-Richardson GB, et al. Associations among social capital, parenting for active lifestyles, and youth physical activity in rural families living in upstate New York. *Soc Sci Med.* 2012;75:1488-1496.

- 
30. Stone MR, Faulkner EJ, Mitra R, Buliung RN. The freedom to explore: examining the influence of independent mobility on weekday, weekend and after-school physical activity behaviour in children living in urban and inner-suburban neighbourhoods of varying socioeconomic status. *Int J Behav Nutr Phys Act.* 2014;11:5.