



ARTIGO ORIGINAL

## Physical activity in adolescents: analysis of social influence of parents and friends<sup>☆</sup>

Luanna Alexandra Cheng<sup>a,b</sup>, Gerefeson Mendonça<sup>a,b</sup> e José Cazuza de Farias Júnior<sup>a,b,c,\*</sup>

<sup>a</sup> Programa Associado de Pós-graduação em Educação Física, Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, PB, Brasil

<sup>b</sup> Grupo de Estudos e Pesquisas em Epidemiologia da Atividade Física, Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, Brasil

<sup>c</sup> Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, PB, Brasil

Recebido em 13 de março de 2013; aceito em 15 de maio de 2013

### KEYWORDS

Motor activity;  
Adolescents;  
Parents;  
Friends;  
Social support

### Abstract

**Objective:** To analyze the association between physical activity and social support from parents and friends on the physical activity level among adolescents.

**Methods:** Data from 2,361 adolescents (56.6% females; mean age 16.4; SD = 1.2), from public and private high schools were analyzed. The physical activity level of the adolescents, parents, and friends were measured through a questionnaire. Parents' and friends' support and self-efficacy were measured using two previously tested scales. Data analysis was performed using the structural equation modeling in IBM® SPSS® Amos™ 20.0.

**Results:** Physical activity of friends was directly associated with physical activity level of adolescents. Physical activity of the father was associated with their sons, and the physical activity of mother was associated with their daughters. An indirect association was identified between the physical activity of parents and friends with physical activity level of the adolescents, mediated by social support. Social support was directly associated with physical activity in adolescents of both genders and indirectly mediated by self-efficacy.

**Conclusions:** Parents and friends have a social influence on adolescents' level of physical activity through the mechanism of behavior modeling or through social support, mediated by self-efficacy.

© 2013 Sociedade Brasileira de Pediatria. Published by Elsevier Editora Ltda.

Este é um artigo Open Access sob a licença de CC BY-NC-ND

DOI se refere ao artigo: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jpmed.2013.05.006>

<sup>☆</sup> Como citar este artigo: Cheng LA, Mendonça G, Farias Júnior JC. Physical activity in adolescents: analysis of the social influence of parents and friends. J Pediatr (Rio J). 2014;90:35-41.

\* Autor para correspondência.

E-mail: jcazuza jr@hotmail.com (J.C. Farias Júnior).

**PALAVRAS-CHAVE**

Atividade motora;  
Adolescentes;  
Pais;  
Amigos;  
Apoio social

**Atividade física em adolescentes: análise da influência social de pais e amigos****Resumo**

**Objetivo:** Analisar a associação da prática de atividade física e do apoio social dos pais e dos amigos com o nível de atividade física dos adolescentes.

**Métodos:** Foram analisados dados de 2.361 adolescentes (56,6% do sexo feminino, média de idade = 16,4; DP = 1,2) do ensino médio de escolas públicas e privadas. A atividade física dos adolescentes, dos pais e dos amigos foi mensurada por questionário. O apoio social dos pais e dos amigos e a autoeficácia foram mensurados por duas escalas previamente testadas. A modelagem por equações estruturais foi utilizada para análise dos dados, recorrendo-se ao programa AMOS 20.0.

**Resultados:** A prática de atividade física dos amigos se associou diretamente ao nível de atividade física dos adolescentes, enquanto a prática do pai se associou diretamente com a do filho, a da mãe se associou com a da filha. Também foi identificada uma relação indireta entre a prática de atividade física dos pais e dos amigos e o nível de atividade física dos adolescentes, sendo parcialmente mediada pelo apoio social desses dois grupos. O apoio social dos pais e dos amigos se associou direta e indiretamente, mediada pela percepção de autoeficácia, com o nível de atividade física dos adolescentes.

**Conclusões:** Pais e amigos exercem influência social sobre a prática de atividade física dos adolescentes por meio da modelação do comportamento e do fornecimento de apoio social.

© 2013 Sociedade Brasileira de Pediatria. Publicado por Elsevier Editora Ltda.

Este é um artigo Open Access sob a licença de [CC BY-NC-ND](#)

**Introdução**

A influência social é um dos fatores associados à prática de atividade física em adolescentes,<sup>1</sup> e se caracteriza pela influência exercida pelos pais, amigos, professores, parentes, dentre outros grupos, sobre a atividade física, podendo ocorrer de forma direta - por meio modelação do comportamento,<sup>2,3</sup> e indireta, por meio do fornecimento de apoio social.

A prática de atividade física e o apoio social dos pais e dos amigos representam as formas de influência social mais frequentemente estudadas em adolescentes.<sup>4,5</sup> A modelação do comportamento humano é um dos construtos da Teoria da Aprendizagem Social, o qual pressupõe que o comportamento humano é adquirido e modificado a partir da observação do comportamento e de experiências de aprendizagem com pessoas socialmente importantes.<sup>5,6</sup> Nesse sentido, entende-se que a atividade física dos pais e dos amigos atuaria como um modelo para a prática dos adolescentes - influência indireta.<sup>7,8</sup> Desse modo, adolescentes - influência indireta, com pais e/ou amigos fisicamente ativos seriam mais prováveis de serem mais ativos, mas os resultados dos estudos ainda são inconclusivos a esse respeito.<sup>4,5</sup>

A atividade física desses dois grupos também pode exercer uma influência direta sobre a atividade física dos adolescentes, por meio do apoio social. Há evidências de que pais e amigos fisicamente mais ativos oferecem mais apoio social,<sup>4</sup> e de que esse apoio está positivamente associado à prática de atividade física em adolescentes.<sup>6</sup> Pais e amigos podem influenciar na participação dos adolescentes em atividade física mediante o fornecimento de diferentes tipos de apoios, como incentivar, estimular, praticar junto, oferecer ou transportar os adolescentes até os locais de

prática.<sup>9</sup> O apoio social também pode exercer uma influência indireta sobre a atividade física, aumentando a percepção de autoeficácia.<sup>4,5</sup> Maiores níveis de autoeficácia têm sido observados entre adolescentes que recebem mais apoio social dos pais e dos amigos.<sup>10,11</sup> Esse construto tem-se associado, consistentemente, a maiores níveis de atividade física em adolescentes.<sup>12</sup> Entretanto, poucos estudos analisaram simultaneamente essas associações.<sup>5,11</sup>

Dessa forma, identificar os mecanismos pelos quais os pais e os amigos podem influenciar as atividades físicas dos adolescentes é importante para a construção de intervenções mais efetivas e para aumentar os níveis de atividade física desse grupo.<sup>4,5</sup> O presente estudo analisou associações diretas e indiretas da prática de atividade física e do apoio social dos pais e dos amigos com o nível de atividade física de adolescentes.

**Métodos**

Trata-se de estudo epidemiológico transversal que envolveu adolescentes de 14 a 19 anos de idade, de ambos os sexos, que estudavam em escolas do ensino médio das redes pública e privada do município de João Pessoa, PB. Para determinar o tamanho da amostra foi considerada uma prevalência de 50% (<300 minutos por semana de prática de atividade física); intervalo de confiança de 95%; erro máximo tolerável de três pontos percentuais; efeito de desenho (*deff*) igual a 2; e um acréscimo de 30% no tamanho da amostra para compensar possíveis perdas e recusas.

A amostra foi selecionada por conglomerados em dois estágios. No primeiro, foram selecionadas, sistematicamente, 30 escolas de ensino médio, distribuídas proporcio-

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/4154516>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/4154516>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)