

ESTILO DE VIDA EM ADOLESCENTES PRATICANTES DE CAPOEIRA EM UMA CIDADE NO INTERIOR DA BAHIA

Joelma Neves Evangelista¹

Luiz Humberto Rodrigues Souza²

Claudio Bispo de Almeida³

RESUMO

O objetivo desse estudo foi analisar e classificar o estilo de vida dos adolescentes praticantes de capoeira em uma cidade no interior da Bahia, além de comparar e correlacionar os componentes do estilo de vida entre os sexos. A amostra foi constituída por 46 adolescentes, sendo 30 meninos e 16 meninas. Para a coleta de dados foi utilizado o questionário PEVI. Foi realizada uma estatística descritiva (média e desvio padrão) para analisar e classificar o estilo de vida dos adolescentes. Para comparar cada componente do estilo de vida entre os grupos masculino e feminino, foi utilizado o teste “t” para amostras independentes. Para associar os componentes do estilo de vida foi utilizado o coeficiente de correlação de Pearson. O nível de significância adotado foi $p < 0,05$. Os voluntários apresentaram um resultado positivo para todos os aspectos, exceto no componente nutrição, que apresentou escore regular ($1,98 \pm 0,62$). De acordo com o sexo, todos componentes do estilo de vida apresentaram índices positivos, exceto os componentes ‘nutrição’ do grupo masculino e ‘atividade física’ do grupo feminino, que foram classificados com índice regular. Quanto à comparação das médias de cada componente do estilo de vida, verificou-se que não houve diferença significativa entre o grupo masculino e feminino ($p > 0,05$). Observou-se uma correlação entre “relacionamento social” e “componente preventivo” para toda a amostra ($r=0,38$; $p=0,009$) e para o grupo masculino ($r=0,48$; $p=0,008$). Também houve uma correlação entre “atividade física” e “componente preventivo” para toda a amostra ($r=0,30$; $p=0,04$).

PALAVRAS CHAVE: Estilo de vida. Adolescentes. Capoeira.

¹ Acadêmica em Licenciatura Plena em Educação Física – Universidade do Estado da Bahia-UNEB/DEDC-Campus XII. jnevelista.uneb@hotmail.com

² Licenciatura Plena em Educação Física pela Universidade Federal de Uberlândia - UFU
Mestre em Educação Física pela Universidade Católica de Brasília – UCB/DF;
Prof. Assistente na Universidade do Estado da Bahia-UNEB Campus XII;
Pesquisador da Linha de Estudo, Pesquisa e Extensão em Atividade Física-LEPEAF/UNEB Campus XII. luizhrsouza21@yahoo.com.br

³ Graduado em Educação Física pela Universidade Católica de Salvador;
Especialização Lato Sensu em Língua Brasileira de Sinais – LIBRAS; Saúde Pública;
Psicomotricidade; Metodologia do Ensino da Educação Física.
Prof. Auxiliar na Universidade do Estado da Bahia-UNEB Campus XII;
Pesquisador da Linha de Estudo, Pesquisa e Extensão em Atividade Física-LEPEAF/UNEB Campus XII, e do Núcleo de Pesquisa em Atividade Física-NuPAF/UFSC. cbalmeida@uneb.br

1 INTRODUÇÃO

A capoeira é uma manifestação cultural que envolve o trabalho de múltiplas valências físicas, bem como a valorização de normas, valores e princípios. Ela está associada a um contexto histórico da humanidade pautado por difíceis batalhas pela reclusão escravocrata. Segundo o Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional (IPHAN), no dia 15 de julho de 2008, a capoeira foi considerada e registrada, como patrimônio cultural do Brasil. Desde então, tem exigido maiores necessidades de políticas públicas referentes às manifestações culturais (BRASIL, 2008; LUSSAC *et al* 2009).

Este estudo partiu de inquietações sobre o contexto da capoeira vinculado a área da saúde, uma vez que as informações apresentadas pela sociedade, em especial, aos capoeiristas, valorizam apenas as benfeitorias biológicas decorrentes desta modalidade. A prática da capoeira excede os limites da simples movimentação corporal, pois as condições de vida estabelecidas perante a sua prática, faz com que seus idealizadores ultrapassem a esfera fisiológica, e busquem também nas esferas sociais, psicológicas, culturais e ambientais, as informações concretas que evidenciem a capoeira como um elemento importante à área da saúde.

A capoeira tem sido muito disseminada entre crianças e adolescentes por associar movimentos rítmicos a uma melodia (LUSSAC, 2004). Essa faixa etária caracteriza-se por sofrer inúmeras alterações morfofuncionais, dentre elas, maior ganho de flexibilidade, equilíbrio, força, agilidade, decorrente de um significativo desenvolvimento osteomuscular (TOURINHO FILHO e TOURINHO, 1998). Dessa forma, ficam mais propícios a um maior desempenho em suas ações habituais, que segundo Lazzoli (1998), estão pautadas em perfis positivos ou negativos, podendo este, em grandes casos, prolongar-se à fase adulta. Orsano *et al* (2010, p. 2) ressaltam que o estilo de vida, principalmente em relação à atividade física habitual e a hábitos alimentares, aliados ao excesso de peso e a obesidade, estão relacionados às alterações nas concentrações de lipídios no plasma e às complicações cardiovasculares, sendo então um importante fator na determinação da saúde.

A adolescência, fase marcada pelo expressivo desenvolvimento biológico e social, está propícia ao desencadeamento de fatores de risco para a inatividade

física. Dentre eles, pode-se citar: a praticidade oferecida pelo uso excessivo da tecnologia; a falta de integração com outras pessoas; a suscetibilidade dos adolescentes ao uso e/ou consumo excessivo de drogas, álcool e alimentação inadequada. Como consequência, estes fatores podem contribuir para que os adolescentes permaneçam com esses hábitos na fase adulta (ALVES *et al* 2005).

Por ser uma prática essencialmente disciplinadora, supõe-se que a capoeira contribua no processo de (re)educação. Hoje, ela passa por um processo de sistematização de tal forma que vem sendo inserida, em algumas instituições de ensino, como conteúdo da educação física escolar. Assim, acredita-se que a capoeira exerça uma forte influencia nos parâmetros do estilo de vida, que segundo Nahas (2010, p. 22) pode ser definido como “conjunto de ações habituais que refletem as atitudes, os valores e as oportunidades na vida das pessoas”. Diante disso, o objetivo desse estudo foi analisar e classificar o estilo de vida dos adolescentes praticantes de capoeira em uma cidade no interior da Bahia, além de comparar e correlacionar os componentes do estilo de vida entre os sexos.

2 METODOLOGIA

2.1 CARACTERIZAÇÃO DO ESTUDO

Este estudo foi caracterizado como quantitativo, de campo e descritivo (THOMAS, NELSON e SILVERMAN, 2007). A pesquisa foi realizada em três grupos/projetos de capoeira em uma cidade no interior da Bahia. Este município foi selecionado pela pesquisadora devido à viabilidade de condições geográficas, culturais, facilidade de acesso e conhecimento acerca do desenvolvimento da prática da capoeira, composição da amostra e principalmente pelas condições sociais e econômicas presentes neste município. Para a realização da pesquisa, foi utilizado o Termo de Autorização para a coleta de dados e o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) seguindo a Resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde.

2.2 POPULAÇÃO E AMOSTRA

O público alvo correspondeu a um universo de 80 adolescentes praticantes de capoeira, com idade de 14 a 18 anos, dos sexos masculino e feminino. Inicialmente, a amostra foi estimada em 70 adolescentes praticantes de capoeira. Foram adotados como critérios de inclusão na pesquisa:

- ter idade de 14 a 18 anos;
- ambos os sexos;
- ser praticantes de capoeira.

Entretanto, no dia da coleta de dados, compareceram somente 46 adolescentes praticantes de capoeira, sendo 30 meninos e 16 meninas. Deve-se destacar que, antes da coleta de dados, os pais ou responsáveis assinaram o TCLE previamente mencionado.

2.3 INSTRUMENTO E DESCRIÇÃO DA COLETA DE DADOS

O questionário foi aplicado no período de 20 a 26 de abril de 2012 após a entrega do TCLE devidamente autorizado. O instrumento utilizado foi o questionário “Perfil do Estilo de Vida Individual – Adolescente” (PEVI), validado por Nahas, Barros e Francalacci *apud* Nahas (2010, p. 32/3), derivado do modelo do Pentágulo do Bem-Estar. É um instrumento simples, auto administrado, que inclui cinco aspectos fundamentais do estilo de vida das pessoas: nutrição, atividade física, comportamento preventivo, relacionamento social e controle do estresse.

Este instrumento foi idealizado para adolescentes, de forma individual ou em grupo, pois suas características variáveis são inter-relacionadas com o nível e fase de desenvolvimento do adolescente. Abaixo, encontra-se o quadro de referência de bem estar que, segundo Nahas (2010), mostra os índices para a classificação dos componentes do estilo de vida:

Quadro 1: Quadro de referência de bem estar.

ÍNDICE	CLASSIFICAÇÃO
Menos de 1	Índice Negativo
Entre 1 e 1,99	Índice Regular
Entre 2 e 3	Índice Positivo

NAHAS (2010)

2.4 ANÁLISE DOS DADOS

Inicialmente, foi realizada uma estatística descritiva dos dados (média e desvio padrão) para analisar e classificar o estilo de vida dos adolescentes praticantes de capoeira. Para comparar cada componente do estilo de vida entre o grupo masculino e o grupo feminino de adolescentes, foi utilizado o teste “t” para amostras independentes. Para associar os componentes do estilo de vida dos voluntários foi utilizado o coeficiente de correlação de Pearson. O nível de significância adotado foi $p < 0,05$. O *software* utilizado foi o *SPSS 19.0 for Windows*.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Abaixo, encontram-se descritos, em duas tabelas, os principais resultados desse estudo. Foram analisados 46 adolescentes praticantes de capoeira, sendo 30 (65,2%) do sexo masculino e 16 (34,8%) do sexo feminino. A idade média do grupo foi $15,06 \pm 1,28$ anos; os meninos eram discretamente mais novos ($14,86 \pm 1,13$ anos) que as meninas ($15,43 \pm 1,50$ anos).

O principal objetivo desse estudo foi analisar e classificar o estilo de vida dos adolescentes praticantes de capoeira em uma cidade do interior da Bahia. Sendo assim, a tabela 1 traz essas informações, de tal forma que mostra a média, o desvio padrão e a classificação de cada componente do estilo de vida de todos os voluntários do estudo.

Tabela 1: Valores médios, desvios padrão (DP) e classificação dos componentes do estilo de vida dos voluntários do estudo.

Componentes do estilo de vida	Média ± DP	Classificação
Nutrição	1,98±0,62	Índice Regular
Atividade Física	2,10±0,65	Índice Positivo
Comportamento Preventivo	2,44±0,75	Índice Positivo
Relacionamento Social	2,43±0,47	Índice Positivo
Controle de Estresse	2,42±0,62	Índice Positivo

O estudo de Orsano *et al* (2010) investigou o estilo de vida e os níveis de aptidão física relacionado à saúde em alunos de 14 a 19 anos do ensino médio de uma escola pública da cidade de Demerval Lobão - PI. Os escores gerais

encontrados para os componentes do estilo de vida foram os seguintes: 'nutrição': 1,67; 'atividade física': 1,72; 'comportamento preventivo': 2,00; 'relacionamento social': 2,06; 'controle do estresse': 1,54. Nota-se que apenas os componentes 'comportamento preventivo' e 'relacionamento social' foram classificados com "índice positivo". No presente estudo, apenas o componente 'nutrição' foi classificado com 'índice regular', sendo que os demais foram classificados com 'índice positivo'.

Entretanto, Sene *et al* (2008) analisaram o perfil do estilo de vida de alunos da 8ª série do ensino fundamental do município de Tubarão - SC, e verificaram que, em relação à variável 'nutrição', obteve um resultado de 1,45. Este mesmo índice também se apresenta na variável 'atividade física', com uma média de 1,75, razões estas ocasionadas pela grande evasão das aulas de educação física. No comportamento preventivo, observou a média mais baixa de todas as variáveis (1,33), devido à falta de informações quanto a sua formação física e biológica. A variável 'controle do estresse', apresentou uma média de 1,6, motivos derivados de uma sobrecarga de trabalho que muitos exercem. Sobretudo, na dimensão 'relacionamentos', verificou um escore médio de 2,0, estabelecendo um resultado positivo, como no estudo de Orsano *et al* (2010).

O presente estudo também comparou a média de cada componente do estilo de vida entre o grupo masculino e o grupo feminino de adolescentes praticantes de capoeira. Após as análises, verificou-se que não houve diferença significativa entre as médias dos grupos ($p > 0,05$). Mesmo não havendo diferença significativa, os resultados sugerem que as meninas apresentaram estilo de vida melhor que os meninos nas dimensões 'nutrição', 'comportamento preventivo' e 'relacionamento social'. No fator 'nutrição' o grupo feminino apresentou melhor resultado devido à atenção que têm quanto à qualidade de sua alimentação estando vinculados a parâmetros estéticos observados em relatos durante a coleta de dados; o 'comportamento preventivo' também se destacou pelo conhecimento e ações quanto suas condições físicas e biológicas, que podem prolongar-se com fatores positivos ou negativos até a fase adulta; e por fim, o 'relacionamento social' se apresentou com ênfase pelos fortes laços de amizade apresentados pelas meninas, com encontros mais frequentes em festas, passeios e atividades escolares. Assim, a tabela 2 apresenta a média, o desvio padrão e a classificação de cada componente do estilo de vida de acordo com o sexo dos voluntários.

Tabela 2: Valores médios, desvios padrão (DP) e classificação dos componentes do estilo de vida dos voluntários do estudo de acordo com o sexo.

Componentes do estilo de vida	Grupo Masculino (n=30)	Grupo Feminino (n=16)
Nutrição	1,96±0,56 (Índice Regular)	2,02±0,73 (Índice Positivo)
Atividade Física	2,16±0,61 (Índice Positivo)	1,97±0,73 (Índice Regular)
Comportamento Preventivo	2,38±0,78 (Índice Positivo)	2,54±0,70 (Índice Positivo)
Relacionamento Social	2,35±0,51 (Índice Positivo)	2,58±0,35 (Índice Positivo)
Controle de Estresse	2,42±0,50 (Índice Positivo)	2,41±0,82 (Índice Positivo)

p>0,05.

O estudo de Dada e Prati (2007) analisou o estilo de vida de adolescentes de uma escola estadual da cidade de Marialva-Pr. Os autores perceberam que houve uma diferença significativa entre os componentes 'atividade física' (masculino=1,73; feminino=1,35), 'controle do estresse' (masculino=1,69; feminino=1,51) e 'comportamento preventivo' (masculino =1,27; feminino=1,47) do estilo de vida dos alunos de acordo com o sexo. Vale ratificar que no presente estudo essa mesma análise foi realizada, porém nenhuma diferença significativa foi encontrada (p>0,05). Entretanto, apenas os componentes 'nutrição' (do grupo masculino) e 'atividade física' (do grupo feminino) foram classificados com 'índice regular'. Já no estudo dos autores supracitados, apenas o componente 'relacionamento social' foi classificado com 'índice positivo', sendo que os demais foram classificados com 'índice regular'.

Orsano *et al* (2010), em seu estudo, investigaram o estilo de vida e os níveis de aptidão física relacionado à saúde em alunos de 14 a 19 anos do ensino médio de uma escola pública da cidade de Demerval Lobão-PI. Os autores perceberam que houve uma diferença significativa entre os componentes 'atividade física' (masculino=1,94; feminino=1,60) e 'comportamento preventivo' (masculino=1,94; feminino=2,01) do estilo de vida dos alunos de acordo com o sexo. Entretanto, apenas os componentes 'relacionamento social' e 'comportamento preventivo' do grupo feminino foram classificados com 'índice positivo', sendo que os demais foram classificados com 'índice regular'.

Sene *et al* (2008) também analisaram o perfil do estilo de vida dos alunos da 8ª série do ensino fundamental do município de Tubarão, SC. Observaram que a

classificação dos componentes do estilo de vida dos voluntários de acordo com o sexo, foi negativa, tanto no grupo masculino quanto no feminino. Entretanto, os meninos obtiveram uma resposta com escore médio positivo (2,2) para o componente 'relacionamento social'.

Para finalizar as análises da pesquisa, ainda foi realizada uma associação entre os componentes do estilo de vida dos voluntários do estudo através do coeficiente de correlação linear de Pearson. Os resultados mostraram que houve uma correlação entre "relacionamento social" e "componente preventivo" para toda a amostra ($r=0,38$ $p=0,009$) e no grupo masculino ($r=0,48$ $p=0,008$). Também se pôde observar correlação entre "atividade física" e "componente preventivo" para toda a amostra ($r=0,30$ $p=0,04$). No grupo feminino não foi encontrada nenhuma associação significativa. Um dos fatores que possivelmente tenha contribuído para isso foi o tamanho da amostra.

Cabe ressaltar algumas limitações presentes neste estudo, como a composição da amostra, acarretada pelo não comparecimento dos voluntários no ato da coleta de dados, e principalmente, a escassez da literatura que discute a capoeira na perspectiva de saúde e qualidade de vida. A principal limitação pauta-se em torno da ausência de estudos no banco de dados disponível que analise o estilo de vida em adolescentes capoeiristas, criando dificuldades quanto à fundamentação desta pesquisa.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Após a análise e classificação dos componentes do estilo de vida dos adolescentes praticantes de capoeira, pôde-se notar que os voluntários apresentaram um resultado positivo para todos os aspectos, exceto no componente nutrição, que apresentou escore regular ($1,98 \pm 0,62$). De acordo com os depoimentos dos participantes durante a pesquisa, muitos sinalizaram a adoção de hábitos inadequados quanto ao consumo de frutas, verduras e restrição de suas alimentações diárias.

De acordo com o sexo, todos componentes do estilo de vida apresentaram índices positivos, exceto os componentes 'nutrição' do grupo masculino e 'atividade

física' do grupo feminino, que foram classificados com índice regular. Talvez isso esteja atrelado às grandes influências tecnológicas do cotidiano. Quanto à comparação das médias de cada componente do estilo de vida obtidas pelos voluntários, verificou-se que não houve diferença significativa entre o grupo masculino e feminino.

Por fim, observou-se uma correlação entre “relacionamento social” e “componente preventivo” para toda a amostra ($r=0,38$ $p=0,009$) e para o grupo masculino ($r=0,48$ $p=0,008$). Também houve correlação entre “atividade física” e “componente preventivo” para toda a amostra ($r=0,30$ $p=0,04$). Portanto, faz-se necessário estudos correlacionando o estilo de vida com práticas esportivas e lutas direcionadas a este público.

REFERÊNCIAS

ALVES, J. G. B.; MONTENEGRO, F. M. U.; OLIVEIRA, F. A.; ALVES, R. V. Prática de esportes durante a adolescência e atividade física de lazer na vida adulta. **Revista Brasileira de Medicina e Esporte**, v. 11, n. 5, p.291-294, set./out., 2005.

BRASIL. **IPHAN registra Capoeira como Patrimônio Cultural Brasileiro**. Ministério da Cultura. Folha online: cotidiano. 2008. Disponível em: <http://www.cultura.gov.br/site/2008/07/15/iphan-registra-capoeira-como-patrimonio-cultural-brasileiro/>. Acesso: 02 de fev. 2012.

DADA, R. P.; PRATI, S. R. A. Estilo de vida em adolescentes do ensino médio. V EPCC. **Encontro Internacional de Produção Científica Cesumar**, 2007. Disponível em: http://www.cesumar.br/prppge/pesquisa/epcc2007/anais/rafaela_pilegi_dada.pdf. Acesso em: 16 de fev de 2012.

LAZZOLI, J. K. *et al.* Atividade física e saúde na infância e adolescência. **Revista Brasileira Medicina Esporte**, v. 4, n. 4, jul./ago. 1998. Disponível em: http://www.lucianorezende.com.br/v2007/medico/pdf/SBME_PosicionamentoOficial_1998_AtividadeFisicaeSaudeInfanci.pdf. Acesso em: 18 de fev. de 2012.

LUSSAC, R. M. P. **Desenvolvimento psicomotor fundamentado na prática da capoeira e baseado na experiência e vivência de um mestre de capoeiragem graduado em educação física**. Rio de Janeiro. 450f. Monografia (Pós-Graduação *Lato Sensu* em Psicomotricidade) – Universidade Cândido Mendes, Rio de Janeiro, 2004.

LUSSAC, R. M. P.; TUBINO, M. J. G. Capoeira: a história e trajetória de um Patrimônio Cultural do Brasil. **Revista da Educação Física**, Maringá, v. 20, n. 1, p. 7-16, jan./fev./mar. 2009. Disponível em: <<http://boletimef.org/biblioteca/2343/Capoeira-a-historia-e-trajetoria-de-um-patrimonio-cultural-do-Brasil>>. Acesso em: 05 de nov. de 2011.

NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo**. 5. ed. Londrina: Midiograf, 2010.

NAHAS, M. V. **Pentáculo do Bem-Estar**. 2010. Disponível em: <http://cooperativasaudavel.brasilcooperativo.coop.br/pecascampanha/coopsaudavel_formulario.pdf>. Acesso em: 07 de mar. de 2012.

ORSANO V. S. M.; LOPES, R. S.; ANDRADE, D. T.; PRESTES, J. Estilo de vida e níveis de aptidão física relacionada à saúde em adolescentes de Demerval Lobão/PI. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 18, n. 4, p.81-89, 2010.

SENE, R. F. *et al.* Uma análise do perfil do estilo de vida de alunos da 8ª série do ensino fundamental do município de Tubarão, SC. **Revista Digital Efdeportes**, Buenos Aires, v. 13, n. 126, nov. 2008. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd126/perfil-do-estilo-de-vida-de-alunos-do-ensino-fundamental.htm>>. Acesso em: 17 de fev. de 2012.

THOMAS, J. S.; NELSON, J. K.; SILVERMAN, S. J. **Métodos de pesquisa em atividade física**. 5. ed. São Paulo: Artmed, 2007.

TOURINHO FILHO, H.; TOURINHO, L. S. P. Crianças, adolescentes e atividade física: aspectos maturacionais e funcionais. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, v. 12, n. 1, p.71-84, jan./jun. 1998.