



XXII CONBRACE
IX CONICE | 2021
12/Set a 17/Dez
Evento online

EDUCAÇÃO FÍSICA E
CIÊNCIAS DO ESPORTE
NO TEMPO PRESENTE:
DEFENDER VIDAS.
AFIRMAR AS CIÊNCIAS

CONSTRUÇÃO DE QUESTIONÁRIO SOBRE BARREIRAS À PRÁTICA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS APLICADOS À MILITARES DA FAB

Sessão de Pôsteres

Autores:

- Shayne de Souza Mattos (PPGDHO-UNIFA)
- Nádia Souza Lima da Silva (PPGCEE-UERJ)
- Alexander Barreiros Cardoso Bomfim (PPGDHO-UNIFA)
- Helder Guerra de Resende (PPGDHO-UNIFA)

E-mail de contato

shaynemattos@gmail.com



OBJETIVO E CONTEXTO

- **Objetivo**

- Construir um questionário sobre barreiras à prática regular de exercícios físicos (QBPEF) aplicado à militares da Força Aérea Brasileira (FAB).

- **Contexto**

- A prática regular do Treinamento Físico-militar (TFM) é uma atividade obrigatória para todos militares da FAB, que devem ser avaliados semestralmente por meio de Teste de Avaliação do Condicionamento Físico (TACF);
- No entanto, existe um preocupante contingente de militares que não realizam o TFM, dentro ou fora da sua Organização Militar;
- Conhecer os motivos que justificam a não adesão à prática regular do TFM é importante e requer a aplicação de um instrumento de coleta que contemple possíveis fatores típicos da cultura militar, além daqueles aplicáveis a qualquer indivíduo adulto.



CONTEXTO E PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

- **Contexto** (Cont.)
 - No entanto, uma revisão da literatura realizada por Shayne *et al.* (2020) revelou a inexistência de um questionário adequado ao perfil da população militar, indicando a necessidade da proposição de um novo questionário para, posteriormente, ser submetido ao processo de validação de conteúdo e avaliação das propriedades psicométricas.
- **Procedimentos metodológicos**
 - Seguindo as recomendações de Coluci *et al.* (2015), foi realizada uma revisão da literatura na base de dados do PubMed usando os termos 'barrier', 'exercise' e 'questionnaire' (sinônimos e plural) e entrevistas com 18 militares que não realizavam o TFM, a partir dos quais foi possível definir o constructo teórico e a dimensionalidade do objeto (BPEF) e, conseqüentemente, os domínios/categorias e respectivos itens alusivos às BPEF.

RESULTADOS E CONSIDERAÇÕES FINAIS

- **Resultados**

- Fundamentado no constructo ecológico desenvolvido por Sallis *et al.* (2006), os domínios/categorias definidos, alusivos às BPEF, foram (i) Fatores Intrapessoais (intrínsecos): são motivos decorrentes de aspectos biológicos, psicológicos, cognitivos e comportamentais; (ii) Fatores Interpessoais (extrínsecos): são motivos decorrentes de aspectos sociais e culturais; e (c) Fatores Ambientais (extrínseco): são motivos decorrentes das condições do ambiente físico, comunitário, organizacional, climático, econômico, etc.
- A definição dos itens decorreu da extração de 643 itens dos questionários obtidos no estudo de revisão e 13 itens obtidos por meio da entrevistas com os militares. Após a depuração e organização dos itens, chegou-se a um total de 63 itens, sendo 27 de natureza Intrapessoal, 8 interpessoal e 28 ambiental.

- **Considerações finais**

- O QBPEM será submetido ao processo de validação de conteúdo e de avaliação das propriedades psicométricas, a partir do qual fornecerá informações válidas e confiáveis para subsidiar definições estratégias de ação de modo a eliminar e/ou mitigar as BPEF de militares da FAB.



Domínio 1: Fatores Intrapessoais	Domínio 2: Fatores Interpessoais	Domínio 3: Fatores Estruturais/Ambientais
QUESTÃO: Não faço exercícios físicos regularmente porque...		
não considero essa prática necessária para melhorar ou manter meu bem-estar, qualidade de vida ou saúde	a chefia / liderança do meu setor de trabalho não apoia ou desencoraja a prática no horário de expediente	na minha OM é comum o agendamento de reuniões e outras atividades nos dias e horários destinados à prática
não tenho condições de suportar o esforço necessário para beneficiar minha saúde e qualidade de vida	meus familiares ou amigos não apoiam ou desencorajam a minha participação	não tenho condições financeiras para pagar locais de prática, equipamentos e/ou roupas de ginástica
minhas atividades diárias são cansativas e me deixam sem energia/disposição para praticá-los	minha religião não permite o uso de roupas de ginástica	dedico meu tempo livre para cuidar de filhos e/ou de familiar que necessita de atenção especial
sinto muito desconforto (mal-estar geral, dores musculares ou articulares) durante a prática	não tenho a companhia do cônjuge ou companheiro(a)	na minha OM tenho que atender o público nos horários destinados a este tipo de prática
tenho vergonha de usar as roupas de ginástica na frente de outras pessoas/colegas de trabalho	meus familiares e amigos também não praticam	perderia muito tempo com deslocamentos entre minha casa, trabalho e local de prática
não acho adequado priorizar este tipo de prática em relação as minhas tarefas profissionais	a maioria da população também não pratica	os equipamentos que disponho são inadequados / insuficientes / mal conservados
não tenho condições de suportar o treinamento necessário para ser bem sucedido no TACF	não tenho companhia para praticar	na minha OM não há instalação adequada (academia, quadra de esporte, pista de corrida etc.)
não tenho conhecimentos para praticá-los adequadamente sem a devida orientação	minha religião não permite	os dias / horários dos locais de prática são incompatíveis com as minhas possibilidades
fico muito cansado(a) para realizar adequadamente as minhas obrigações diárias		não existem locais adequados (ou é mal conservado) para esta prática onde moro
não me sinto confortável em me ausentar do trabalho para fazer a minha prática		as opções de atividades disponíveis não são adequadas às minhas necessidades
tenho vergonha de praticar na presença de outras pessoas/colegas de trabalho		minha OM não dispõe de profissional de educação física para orientar minha prática
não considero essa prática necessária para ser bem sucedido no TACF		não tenho acesso a informações ou especialistas que orientem a minha prática
fico com muitas dores musculares e/ou articulares depois da prática		dedico meu tempo livre à participar atividades sociais/atividades religiosas
não consigo levantar cedo ou ficar acordado até tarde para praticar		dependo de transporte precário ou demorado para chegar aos locais de prática
tenho medo de piorar meu problema de saúde ou minha lesão		normalmente o mau tempo (frio, calor, chuva, etc.) impede a minha prática
tenho muitas experiências ruins com este tipo de atividade		dedico meu tempo disponível à formação escolar / profissional / cultural
tenho bom desempenho no TACF mesmo sem treinar		os locais de prática estão muito cheios nos meus horários disponíveis
não me sinto seguro e tenho medo de me machucar		preciso realizar tarefas profissionais mesmo depois do expediente
tenho ou estou enfrentando problemas emocionais		tenho outras atividades de lazer mais interessantes para fazer
não tenho disciplina para manter esta rotina		dedico o tempo disponível ao meu crescimento profissional
não tenho mais idade para praticá-los		na minha OM não há alojamentos/vestiários adequados
não consigo dar início a esta prática		não possuo transporte para chegar a um local de prática
tenho preguiça para praticá-los		dedico o tempo livre aos meus compromissos religiosos
estou muito acima do peso		trabalho em regime de escala com horários variados
não gosto de ficar suado(a)		uso meu tempo livre em tarefas domésticas
meu médico proibiu		onde eu moro é muito inseguro/perigoso
não gosto		prefiro dedicar meu tempo livre à família
		moro distante dos locais de prática