

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA MARIA
CENTRO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTOS
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO
EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

ISMAEL JUNG SANCHOTENE

**BARREIRAS, FACILITADORES E MOTIVAÇÃO PARA A PRÁTICA
RECREACIONAL DO TÊNIS DE CAMPO NA CIDADE DE URUGUAIANA –RS.**

SANTA MARIA, RS BRASIL.

2019

PPGEE/UFSM, RS

SANCHOTENE, Ismael Jung

Mestre

2019

Ismael Jung Sanchotene

**BARREIRAS, FACILITADORES E MOTIVAÇÃO PARA A PRÁTICA RECREACIONAL
DO TÊNIS DE CAMPO NA CIDADE DE URUGUAIANA –RS.**

Ismael Jung Sanchotene

Dissertação apresentada ao Curso de Mestrado do Programa de Pós- Graduação em Educação Física, Área de Concentração Educação Física, Saúde e Sociedade, linha de pesquisa em Aspectos Biológicos e Comportamentais da Educação Física e da Saúde, da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM, RS), como requisito parcial para obtenção do grau de **Mestre em Educação Física.**

Orientador: Prof. Dr. Gabriel Gustavo Bergmann.

Santa Maria, RS.

Brasil 2019.

BARREIRAS, FACILITADORES E MOTIVAÇÃO PARA A PRÁTICA RECREACIONAL DO TÊNIS DE CAMPO NA CIDADE DE URUGUAIANA – RS.

Ismael Jung Sanchotene

Dissertação apresentada ao Curso de Mestrado do Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Área de Concentração Educação Física, Saúde e Sociedade, linha de pesquisa em Aspectos Biológicos e Comportamentais da Educação Física e da Saúde, da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM, RS), como requisito parcial para obtenção do grau de

Mestre em Educação Física

Orientador: Prof. Dr. Gabriel Gustavo Bergmann.

Santa Maria, RS.

Brasil 2019.

Sanchotene I. J., Ismael Jung Sanchotee
Barreiras, facilitadores e motivação para a prática
recreacional do tênis de campo na cidade de Uruguaiana
-RS. / Ismael Jung Sanchotee Sanchotene I. J..- 2019.
108 p.; 30 cm

Orientador: Gabriel Gustavo Bergmann. Bergmann
Dissertação (mestrado) - Universidade Federal de Santa
Maria, Centro de Educação, Programa de Pós-Graduação em
Educação Física, RS, 2019

1. Tênis de Campo 2. Espaço público e privado 3.
Adultos 4. Esporte 5. Atividade física I. Bergmann,
Gabriel Gustavo Bergmann. II. Título.

Sistema de geração automática de ficha catalográfica da UFSM. Dados fornecidos pelo autor(a). Sob supervisão da Direção da Divisão de Processos Técnicos da Biblioteca Central. Bibliotecária responsável Paula Schoenfeldt Patta CRB 10/1728.

© 2019 Todos os direitos autorais reservados a Ismael Jung Sanchotene.
A reprodução de partes ou do todo deste trabalho só poderá ser feita mediante a citação da fonte. Email: ismaeljungsanchotene@hotmail.com

Ismael Jung Sanchotene

**BARREIRAS, FACILITADORES E MOTIVAÇÃO PARA A PRÁTICA
RECREACIONAL DO TÊNIS DE CAMPO NA CIDADE DE URUGUAIANA –
RS.**

Dissertação apresentada ao Curso de
Pós Graduação em Educação Física,
da Universidade Federal de Santa
Maria (UFSM-RS) como requisito
parcial para obtenção do grau de
Mestre em Educação Física.

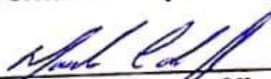
Aprovado em 24 de Junho de 2019.



Gabriel Gustavo Bergmann, Dr. (UFSM)
(Presidente/orientador)



Fernando Copetti, Dr.(UFSM)



Marcelo Cozzensa da Silva, Dr.(UFPEL)

Santa Maria, RS
2019

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus por sempre me dar forças e colocar tantas coisas boas e pessoas incríveis em minha vida. À minha família pelo apoio incondicional e incentivo em todos os momentos, por acreditarem em mim até mesmo quando eu não acredito e nunca me deixar desistir de meus sonhos.

A todos os meus professores, em especial, Prof. Gabriel, e a todos os mestres, que dedico profunda admiração e respeito, que contribuíram e contribuem para minha formação, ouvindo pacientemente minhas dúvidas e questionamentos, buscaram saná-las ou me indicaram o caminho para descobrir as respostas. Aos professores que compõem a banca por aceitarem tão prontamente em contribuir com esse trabalho, com inferências extremamente importantes no momento da qualificação e seguramente na elaboração final desse trabalho. A todos os funcionários da Universidade e do curso de pós-graduação em Educação Física que sempre estiveram prontos a me ajudar.

Seja você mesmo!
Letícia Castro Sanchotene

BARREIRAS, FACILITADORES E MOTIVAÇÃO PARA A PRÁTICA RECREACIONAL DO TÊNIS DE CAMPO NA CIDADE DE URUGUAIANA –RS.

Resumo

O estudo buscou identificar os fatores motivacionais, as barreiras e os facilitadores percebidos para a prática do tênis de campo em praticantes recreacionais (PRT) adultos de Uruguaiana RS, e comparar estas informações de acordo com a idade, o sexo, e entre os PRT de um clube privado, PRT de um espaço público e não praticantes (NP) da modalidade. Participaram 144 indivíduos (76 PRT e 68 NP) com idade média de 38,5 anos. Para análise da motivação utilizou-se o inventário de motivação a prática regular de atividades física e esportiva (IMPRAF-54) adaptado para as características do presente estudo. Para identificar as barreiras percebidas para a prática do tênis utilizou o questionário elaborado por Hirayama. Indicadores sociodemográficos, o índice de massa corporal e o nível de atividade física foram utilizados para caracterização dos participantes. Realizou-se a análise exploratória dos dados identificando a normalidade das distribuições entre as variáveis numéricas, que foram descritas utilizando-se a média e o desvio padrão, enquanto variáveis categóricas foram descritas com as frequências absolutas e relativas. As comparações dos escores dos diferentes fatores motivacionais e das barreiras percebidas entre os sexos, PRT do clube privado, PRT do espaço público e NP foram realizadas através do teste t para amostras independentes e da ANOVA *one way*, respectivamente. A correlação de Pearson foi utilizada para identificar as possíveis relações entre os escores dos fatores motivacionais e das barreiras percebidas e a idade. A saúde foi o principal fator motivacional em toda a amostra (PRT e NP) e também nas análises de acordo com subgrupos (gênero, idade, PRT do clube privado, PRT do espaço público e NP). A barreira percebida mais importante para a prática recreacional do tênis de campo pelos participantes do estudo foi a “falta de tempo”.

Palavras-Chave: Esportes; Recreação; Adultos; Tênis.

BARRIERS, FACILITATORS AND MOTIVATION FOR THE RECREATIONAL PRACTICE OF THE FIELD TENNIS IN THE CITY OF URUGUAIANA -RS.

Abstract

The study sought to identify the motivational factors, barriers and perceived facilitators for the practice of field tennis in adult recreational practitioners (PRT) of Uruguaiiana RS, and to compare this information according to age, sex, and PRT of a private club, PRT of a public space and non-practitioners (NP) of the sport. 144 individuals (76 PRT and 68 NP) with an average age of 38.5 years participated. For the motivation analysis, the motivation inventory was the regular practice of physical and sports activities (IMPRAF-54) adapted to the characteristics of the present study. To identify perceived barriers to the practice of tennis used the questionnaire prepared by Hirayama. Sociodemographic indicators, body mass index and physical activity level were used to characterize the participants. Exploratory data analysis was performed identifying the normality of distributions between numerical variables, which were described using the mean and standard deviation, while categorical variables were described with absolute and relative frequencies. Comparisons of the scores of the different motivational factors and perceived barriers between the sexes, private club PRT, public space PRT and NP were performed using the independent samples t-test and one-way ANOVA, respectively. Pearson's correlation was used to identify possible relationships between motivational factors and perceived barriers scores and age. Health was the main motivational factor in the whole sample (PRT and NP) and also in the analyzes according to subgroups (gender, age, private club PRT, public space PRT and NP). The most important perceived barrier to recreational tennis practice by study participants was "lack of time".

Keywords: Sports; Recreation; Adults; Sneakers.

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

AF	Atividade física
TCLE	Termo de consentimento livre e esclarecido
IMPRAF	Inventário de motivação à prática regular de atividade física
IMC	Índice de massa corporal
IPAQ	International physical activity questionnaire
ATP	Associação dos tenistas profissionais
CEP	Comité de ética
OMS	Organização Mundial da Saúde
WHO	World Health Organization
PRT	Praticantes recreacionais adultos de tênis de campo
NP	Não praticantes
CBT	Confederação Brasileira de Tênis

APRESENTAÇÃO

Essa Dissertação está apresentada no seguinte formato: uma **Introdução** geral, onde consta a delimitação a ser investigado, o objetivo geral e os específicos e a justificativa do trabalho. A seguir, os capítulos referentes à **Revisão da Literatura** e à **Metodologia** empregada na execução do trabalho.

Os resultados foram apresentados na forma de dois manuscritos, cada um deles elaborado seguindo as normas de periódicos científicos. **Artigo 01:** Motivação para a prática recreacional de tênis de campo em adultos. **Artigo 02:** Barreiras percebidas para a prática recreacional do tênis de campo.

Após os resultados, é apresentada a **Conclusão** geral do trabalho seguida das **Referências**, bem como dos **Anexos** que sustentaram o trabalho de pesquisa desenvolvido.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	16
1.2OBJETIVOS.....	18
1.2.1 Objetivo geral	18
1.2.2 Objetivo específico.....	18
2. JUSTIFICATIVA.....	19
2.REVISÃO DE LITERATURA.....	21
2.1 TENIS.....	21
2.2 BARREIRAS E FACILITADORES	26
2.3 MOTIVAÇÃO PARA A PRÁTICA DA AF.....	28
3. METODOLOGIA.....	30
3.1 Caracterização Da Pesquisa.....	30
3.2 População e Amostra.....	31
3.3.3 Critério de inclusão e exclusão.....	33
3.4 Instrumentos e procedimentos de coleta de dados.....	33
3.4.4 Motivação para prática do tênis.....	34
3.4.5 Barreiras e facilitadores para a prática do tênis.....	35
3.4.1 Indicadores sociodemográficos	35
3.4.2 Indicadores de saúde.....	36
3.5 Riscos e benefícios.....	37
3.6 Tratamento estatístico	38
4. RESULTADOS	40
4.2 Artigo 01- Motivação para a prática recreacional de tênis de campo em adultos	42
4.3 Artigo 02 - Barreiras precebidas para a prática recreacional do tênis de campo.....	64
CONCLUSÃO.....	81
REFERÊNCIAS.....	83
APÊNDICE 01	
Questionário.....	96
ANEXOS.....	

LISTA DE TABELAS

ARTIGO 1.

MOTIVAÇÃO PARA A PRÁTICA RECREACIONAL DE TÊNIS DE CAMPO EM ADULTOS.

Figura 1. Escore médio (eixo y – ordenadas) dos fatores motivacionais (eixo x – abcissas) para a prática do tênis recreacional em tenistas e não tenista em todos os participantes e de acordo com o gênero;.....77

Figura 2. Escore médio (eixo y – ordenadas) dos fatores motivacionais (eixo x – abcissas) para a prática do tênis dos praticantes recreacionais (PRT) do clube privado, dos PRT do complexo esportivo público e dos NP.....78

ARTIGO 2

BARREIRAS PERCEBIDAS PARA A PRÁTICA RECREACIONAL DO TÊNIS DE CAMPO.

Figura 1. Barreiras percebidas para a prática recreacional do tênis de campo em todos os participantes e de acordo com o gênero.....93

Figura 2. Barreiras percebidas para a prática recreacional do tênis de campo em praticantes recreacionais de um clube privado, de um espaço público e de não praticantes.94

LISTA DE FIGURAS

Figura1.....	25
Número de publicações por ano – (adaptado de BALBINOTTI ET al., 2016) tênis	
Figura 2	32
Clube Privado Tênis Clube Rio Branco – Uruguaiana –RS	
Figura 3	32
Secretaria Municipal de Esporte, Lazer e Cultura – SMELC- Uruguaiana –RS	

1. INTRODUÇÃO

A prática habitual de atividade física (AF) se caracteriza como um importante componente do estilo de vida associado à promoção da saúde. Estudos têm apontado que o atendimento às recomendações de prática de AF está associado à prevenção de diversas doenças, como obesidade, diabetes, doenças cardiovasculares, hipertensão, alguns tipos de câncer, dentre outras (HALLAL 2012). Além disso, pessoas que praticam AF apresentam melhores condições de saúde e qualidade de vida (WARBURTON et. al., 2006; LEE et. al., 2012). Dentre a ampla quantidade de atividades físicas que podem ser praticadas, as modalidades esportivas são uma opção, dentre elas destacamos o esporte de raquetes.

Dentro desse conjunto de esportes que ganharam grande visibilidade mundial ao longo de várias décadas encontra-se o tênis de campo. Plum e colaboradores (2006) ao investigar os dados da *International Tennis Federation* (ITF) descreveram que mais de 60 milhões de pessoas praticavam esta modalidade nos mais de 200 países filiados a esta instituição. No Brasil, segundo a Confederação Brasileira de Tênis CB T(2019), há um total de 2 milhões de tenistas, sendo confederados e federados, totalizando 33.675 atletas e 1.996.325 praticantes amadores de tênis. A prática do tênis de campo tem conquistado um público cada vez mais expressivo nos dias atuais.

Estudar o tênis de campo em relação à motivação, às barreiras e aos facilitadores para a prática pode proporcionar um melhor entendimento dos processos psicológicos dentro do esporte e da atividade física, auxiliando a obter informações necessárias para a validação de teorias psicológicas. Entretanto, qualquer discussão sobre motivação, barreiras e facilitadores para a prática esportiva implica em investigar os motivos que influenciam em um determinado comportamento, a fim de compreender as razões que levam o indivíduo a escolher determinada prática esportiva.

Especificamente, para a promoção da prática do tênis de campo, além das estruturas físicas necessárias, é importante entender os mecanismos que aproximam e que auxiliam os praticantes a optarem por manter a prática por toda a vida ou, pelo menos, permanecerem

praticando por prolongados períodos. Apesar de haver inúmeras evidências científicas a respeito do tênis de campo, quase a totalidade trata do treinamento de alto rendimento, incluindo questões físicas, técnicas e táticas, e de aspectos relacionados à prevenção e reabilitação de lesões (BALBINOTTI et al., 2016). Alguns esforços existem na perspectiva de compreender características psicossociais relacionadas à prática do tênis, porém, são praticamente exclusivas à motivação de atletas, havendo assim uma escassez de informações sobre a motivação para a prática do tênis de campo recreacional e sobre outras características importantes, como as barreiras e facilitadores para a prática recreacional da modalidade.

O conhecimento destas informações pode auxiliar na elaboração de políticas públicas para que tenistas recreacionais continuem praticando e para que a modalidade tenha novos adeptos, tornando o tênis de campo uma modalidade esportiva mais acessível.

Neste estudo, investigaremos a motivação, as barreiras e os facilitadores percebidos para praticantes recreacionais do tênis de campo (PRT) de em um espaço público e de um clube privado, comparando estas informações com adultos não praticantes (NP) da modalidade.

1.2 OBJETIVOS

1.2.1 Objetivo Geral

Identificar os fatores motivacionais, as barreiras e os facilitadores percebidos para a prática recreacional do tênis de campo em adultos de Uruguaiana, RS.

1.2.2 Objetivos Específicos

- ✓ Identificar os fatores motivacionais, as barreiras e os facilitadores percebidos para a prática recreacional do tênis de campo em adultos:
 - Conforme a idade;
 - De acordo com o sexo;
 - E entre PRT de um clube privado, PRT de um espaço público e NP da modalidade.

2. JUSTIFICATIVAS

O número de praticantes de tênis de campo tem aumentado de maneira considerável no Brasil (BRASIL, 2015). Esse aumento ocorreu tanto no âmbito recreativo, como competitivo em um total de 11% de 2001 para 2006. (ITF 2006). A importância de estudar o Tênis de Campo se dá pelo fato de ser atualmente uma das modalidades mais praticadas em todo o mundo (Pluim, Staal, Windler y Jayanthi,2006; Cortela, Fuentes, Campos, Kist e Cortela, 2012). Conforme Cortela et al. (2012), estima-se que aproximadamente um milhão e meio de indivíduos pratiquem esta modalidade no Brasil. Já segundo a Confederação Brasileira de Tênis – CBT, define que atletas confederados e federados no total de 33.675 , sua grande maioria 1.966.325 são atletas amadores.

O tênis de campo é um esporte considerado elitizado, pois para praticá-lo é necessário local apropriado (quadra com redes), além de equipamentos individuais (raquete e bolinhas).. Embora tenha aumentado a prática do tênis de campo, segundo Cortela et. al, (2012), lembram que a falta de instalações de caráter público associada à falta do esporte na escola e na formação universitária da Educação Física, são algumas das possíveis causas que interferem negativamente na disseminação da modalidade esportiva do tênis de campo no Brasil.

No município de Uruguaiana/RS, há duas quadras públicas de saibro em local fechado, com iluminação e segurança pública, e seis quadras privadas, que talvez contribuam para a prática da modalidade. No que tange as pesquisas em praticantes recreacional tenistas PRT , são escassas na literatura brasileira, pois há vários estudos na psicologia do esporte, técnica e tática e treinamento esportivo em atletas profissionais, deixando de investigar atletas recreacionais (BALBIONTI 2016). São mais escassos ainda estudos sobre as variáveis que contemplem espaços público gratuito e privado para a prática esportiva do tênis de campo, barreiras e facilitadores para este esporte.

No que tange barreiras e facilitadores para a prática do tênis de campo recreacionais (PRT), se torna importante analisar, entender, conhecer e identificar os fatores motivacionais,

as barreiras e os facilitadores percebidos para a prática do tênis recreacional (PRT) em adultos. Identificar dentro desta população características como: idade, sexo, nível socioeconômico, são necessárias para entendermos a prática deste esporte amador, para com isso criar estratégias para aumentar a prática esportiva do tênis. As informações advindas desta investigação, sobre as barreiras, facilitadores e motivação, nos permitirão conhecer os indivíduos pelas suas percepções voltados para os ambientes em que estão inseridos. Sejam eles no ambiente de social, no trabalho, no ambiente da prática esportiva, recreativa, educacional ou somente de lazer, em seus contextos sociais e pessoais.

Existem poucos estudos e uma visão da prática esportiva entre praticantes recreacionais ou amadores (MAIA, 1996; MASSA, 2006; MATOS 2008; ISHIZAKI et al.; 2008, PISTORIO 2004). O conhecimento destas informações pode auxiliar na elaboração de ambientes mais propícios para a prática, aumentando a chance de que estes indivíduos se mantenham praticando e que mais indivíduos passem a praticar o tênis.

Os achados do estudo poderão ajudar a planejar intervenções para aumento da prática do tênis de campo e proporcionar uma opção de atividade física para a população, promovendo os fatores facilitadores, e diminuindo as barreiras, para um cuidado e crescimento de novos praticantes nesta modalidade.

Assim, este projeto se adéqua a linha de pesquisa desse programa de pós-graduação que trata de “Aspectos Biológicos e Comportamentais da Educação Física e da Saúde” uma vez que visa identificar possibilidades de mudança de comportamento da população para a prática regular de atividades físicas no lazer, nomeadamente a prática do tênis de campo.

2 REVISÃO DE LITERATURA

2.1 TÊNIS

O SURGIMENTO DO TENIS

Os relatos do princípio do Tênis de campo são de diferentes períodos. Durante o século V, os primeiros praticantes encontravam-se no Egito e em alguns países da Europa.

Segundo Vaz (1977) e Pistorio (2004) o surgimento do tênis de campo ocorreu no Império Romano. A Escócia foi pioneira na prática desse esporte, que porventura, originou-se a partir do balão Harpas, um esporte muito praticado pelos romanos, que o levou para os demais espaços mundiais. Adaptado em BASCO O HARPASTUM passou a ser denominado JEU DE PAUME, em razão de a bola ser batida com a palma da mão contra o muro. Durante seu trabalho na Índia o major inglês CLOPTON WINGFIELD, por solicitação das senhoras inglesas propiciou algumas modificações no jogo, pois, essas demonstraram interesse por esse esporte.

De acordo com Salum (1987) e Jordán (2007), esse esporte sofreu algumas alterações como: antes de 1860, algo similar ao tênis já era praticado, mas foi em 1874 que o Major Wingfield patenteou um *kit* de madeira, que continha um manuscrito com o regulamento, detalhes do então chamado *lawntennis*, quatro raquetes, rede e algumas bolas.

Segundo Balbinotti, (2009) o Tênis pode ter surgido por volta do século VI ou VII, na Europa ou no norte do continente africano. Nesta fase inicial e rudimentar, o esporte era praticado sem raquetes. As mãos faziam o papel deste equipamento. Bolas de tecidos ou madeira podem ter sido usadas. No chão de terra, os jogadores marcavam os limites.

Acredita-se, que suas origens são no antigo Egito e na Pérsia. Em 1875, o Marylebone Cricket Clube delineou as regras do tênis de gramado (PATEL *et al*, 2002). O tênis é um esporte verdadeiramente global, com dezenas de milhões de participantes anuais em todo o mundo e mais de 200 nações associadas à Federação Internacional de Tênis. Esta popularidade levou o tênis a ser reintroduzido como esporte olímpico, nos Jogos Olímpicos

de verão em Seul, na Coreia do Norte, em 1988. O esporte havia sido incluído nos Jogos Olímpicos inaugurais, em 1896, e permanecido até a competição de Paris, na França, em 1924. A partir de 1988, homens e mulheres, jogando simples e duplas, foram surpreendidos, com o surgimento da d duplas mista, em 2012, nos jogos de Londres (ABRAMS; RENSTROM; SAFRAN, 2012).

Por volta do final do século XIX o tênis de campo chegava ao Brasil, trazido pelos ingleses, da mesma maneira como ocorreu com outras modalidades esportivas. Esse processo se deu, mais especificamente, pelas mãos de proprietário e funcionários de empresas, no contexto da urbanização dos principais centros urbanos brasileiros, especialmente Rio de Janeiro e São Paulo.

De acordo com Colozzante (2007), no Brasil, o primeiro clube a iniciar a prática do tênis de campo no país, foi o Club Blitz de Ciclismo no Rio Grande do Sul, sendo que o primeiro torneio aconteceu em 1904, consistindo em um evento interclube envolvendo o São Paulo, o *Tennis Club* de Santos e o Paulistano. Já em 1932, Cruz e Ricardo Pernambucano foram os primeiros brasileiros a participar da Copa *Davis*, que era disputada desde 1900.

ÍDOLOS BRASILEIROS DO TENIS DE CAMPO

Alguns anos depois conheceríamos os principais nomes do tênis brasileiro, os quais foram e ainda são importantíssimos e muito influentes neste meio. São eles por ordem cronológica: Maria Esther Bueno nascida em 1939; Thomaz Koch em 1945; Carlos Alberto Kirmayr em 1950; João Soares em 1951 e Gustavo Kuerten nascido em 1976.

Segundo Mazo; Balbinotti, (2009) no livro *O ensino do tênis: novas perspectivas de aprendizagem*, contam um pouco da história das referências esportivas na modalidade. Segundo eles, Maria Esther foi sem sombra de dúvidas, o maior nome do tênis feminino no Brasil e um dos maiores no mundo. Em seus vinte anos de carreira, Maria Esther conquistou 25 torneios nacionais e o impressionante número de 558 títulos internacionais. Tenista brasileira se manteve durante dez anos entre as "top ten", ou seja, esteve entre as dez maiores

tenistas do mundo, e completou quatro temporadas (1959, 1960, 1964 e 1966) como número 1º no ranking da ATP.

Thomaz Koch nascido em Porto Alegre, foi o segundo maior tenista brasileiro em termos de posição no ranking mundial e de resultados no exterior. Em 1963, aos 18 anos, Koch já era o melhor tenista do mundo em sua idade quando chegou às semifinais do Torneio de Forest Hills, o atual Aberto dos Estados Unidos. A partir daí o brasileiro deslanchou e ganhou uma série de grandes torneios internacionais. Dentre tenistas destacamos também Carlos Alberto Kirmayr e João Soares, ambos com grande relevância no esporte nacional. Com a expansão do tênis brasileiro a partir do início do século XXI, por meio dos destacados resultados do tenista Gustavo Kuerten, o GUGA, o foco sobre a modalidade aumentou (BALBINOTTI et. al. 2016).

Gustavo Kuerten, conhecido como Guga, é um ex-tenista profissional brasileiro, condecorado com posição no Hall da Fama da Associação de Tenistas Profissionais (ATP). Tricampeão de Roland-Garros, é considerado o maior tenista masculino da história do Brasil e um dos maiores tenistas da história do tênis mundial. Tornou-se o primeiro tenista masculino brasileiro a vencer um torneio em simples do Grand Slam, a série das quatro mais importantes competições de tênis do circuito profissional mundial.

Conforme Stucchi (2004), no Brasil estivemos diante de uma situação que perdurou por um tempo em que o desenvolvimento do jogo de tênis perseguiu apenas de um dos objetivos da nossa área de conhecimento específico, ou seja, o treinamento visando a alta competição. Este competidor, o Guga, foi por muito tempo, o estereótipo de uma prática herdada e contaminada pela mentalidade do capitalismo, do alto rendimento, apreendida por poucos e dominada por leigos, tendo reflexos na era Guga e após Guga, com uma avalanche no crescimento e um decréscimo após o seu desligamento das competições. (STUCCHI 2004). O que vemos agora é seu resgate voltado para os interesses do esporte de lazer.

Os gaúchos TOP 100 do mundo segundo a Confederação Brasileira de Tênis –CBT e Federação Internacional de tênis-ITF, e que fizeram história mundial na modalidade são os seguintes atletas: Posição/ Ano : Thomoz Koch posição 24º (ano 1974), Marcos Hocever 30º

(ano 1983),Niege Dias 30º(ano 1988), Marcos Daniel 56º(ano 2009), Edson Mandarinino 81º (ano1975), Ivan Kley 81º (ano 1986), Fernando Roese 92º (ano1991). Na modalidade dupla: Marcelo Demoliner 34º (ano 2017), Franco Ferreiro (natural de Uruguaiana) 53º (ano 2011), Cesar Kist 79º (ano 1987), Nelson Aerts 79º (ano 1990), Jose Carlos Scdmidt 82º (ano 1983) e André Ghem 88º (ano 2007).

PUBLICAÇÕES NO TENIS

O efeito Guga, motivou publicações na área do tênis. Até então esta modalidade esportiva, não tinha interesse acadêmico em publicações científicas no Brasil nesta área no Brasil (BALBINOTTI et al. 2016). Dessa maneira, acredita-se que o interesse na pesquisa e o número de produções científicas tendo o tênis como objeto de estudo tenha se elevado devido a este acontecimento esportivo.

Entretanto, não se tem conhecimento de estudos anteriores que busquem realizar o mapeamento da produção científica sobre o “estado da arte” no tênis brasileiro.

O tênis possibilita a pesquisa em diversos âmbitos, caracterizando-se como uma modalidade complexa, que exige interação entre os aspectos físicos, cognitivo-motores e psicossociais (BALBINOTTI et al. 2016). Essa característica tende a atrair a formação de grupos interdisciplinares no contexto das ciências do movimento humano com o intuito de compreender o tênis numa perspectiva ampla.

Além disso, as pesquisas podem ocorrer tanto no contexto competitivo quanto no recreativo. Com isso, a produção científica que contempla o tênis como objeto de estudo tende a ser bastante abrangente e heterogênea. Nesse contexto, Balbinotti et al. (2016) objetivaram descrever o atual panorama da produção científica brasileira no âmbito do tênis, proporcionando, assim, uma visão mais detalhada sobre esse esporte. Os autores encontraram poucas pesquisas que envolvessem tenistas como objeto da amostra.

Figura 2. Número de publicações por ano (janeiro de 2000/maio de 2015).

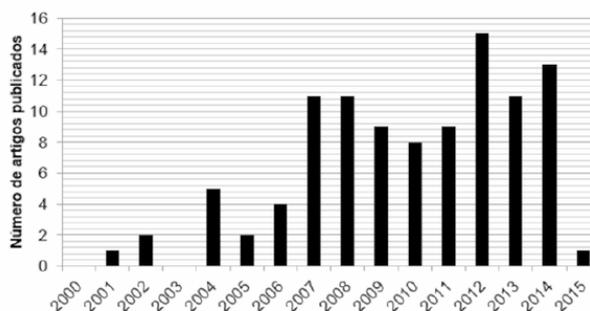


Figura – Número de publicações por ano – (adaptado de BALBINOTTI et al., 2016) tênis.

Em relação à profissionalização e o acesso do tênis ser muito caro, pois exige local e materiais específicos, por exemplo, faz com que o atleta não consiga focar apenas no jogo, mas também tenha que cuidar de toda organização e estrutura que uma viagem para ser um atleta profissional (CHIMANAZZO, 2005). Talvez, por estes motivos, por não ter um brasileiro no cenário mundial como referência esportiva, nota-se a pouca procura por este esporte, conseqüentemente, são escassas publicações de tenistas amadores.

Segundo Miranda (2011) os estudos sobre o tênis de campo são voltados para a elite profissional, tática, técnica e para lesões de atletas, deixando de lado a prática amadora deste esporte, pois é em sua grande maioria quem pratica e movimenta o esporte como um todo.

2.2 Barreiras e facilitadores

Na atividade física, as barreiras são os fatores que influenciam negativamente a prática, caracterizando-se como fatores limitantes. Esses fatores podem ser interpessoais, intrapessoais, relacionados ao ambiente físico, estruturais e organizacionais (HALLAL 2012).

Uma barreira para a prática da atividade física pode ser considerada como um fator que, segundo julgamento do indivíduo, dificulta em adotar um estilo de vida fisicamente ativo. Para ser considerada uma barreira real o fator deve ser um obstáculo que realmente impeça o indivíduo de praticar atividade física (REICHERT, 2004).

As causas desses fenômenos e as barreiras para a prática regular de atividade física têm sido relacionadas a aspectos históricos, individuais, comportamentais e ambientais (REICHERT et al., 2007, BAUMAN et al., 2012, SALLIS et al., 2016). Já os facilitadores são fatores que auxiliam e/ou possibilitam as atividades de promoção da saúde de forma motivadora (MAILEY et al., 2014). Na atividade física, proporcionam o bem-estar, aumentam a disposição, contribuem na prevenção e no tratamento de doenças, na alimentação saudável e na manutenção da saúde (OLIVEIRA et. al., 2015).

No tênis de campo as barreiras são equipamentos esportivos, (raquetes, bolas) e o local da prática quadra esportiva (MAZO et. al., 2009) (Balbionotti et. al. 2009).. Os facilitadores são acesso a práticas desportivas; oportunidades de socialização e prazer pela prática de atividade física. (STUCCHI 2004).

Conforme alguns autores (GILES-CORTI; DONOVAN, 2003; PUCHER; RENNE, 2003; SALLIS et. al., 2006) os fatores das dimensões tecnológica e arquitetônica do ambiente em parques (pista de caminhada no parque, equipamentos disponíveis, estacionamento no parque e beleza arquitetônica das estruturas construídas) foram considerados facilitadores para a prática de AF. Resultados semelhantes foram reportados em estudos equivalentes (WALLAL et.al. 2012, SERON, GARRUDA e GREGUOL 2015) que corroboram que fatores ambientais, sociais e pessoais, são facilitadores para a prática de AF.

Diversos estudos sobre as barreiras e facilitadores para prática de esportes em espaços públicos e privados têm demonstrado que atributos físicos e sociais presentes nestes

locais estão associados com maiores níveis de prática (BEDIMO-RUNG et al., 2005). Estudos relataram que as barreiras e facilitadores para a prática de atividades físicas são diversos (SCOTT; JACKSON, 1996; FAHRENWALD; WALKER, 2003; REICHERT et. al., 2007), podendo variar desde aspectos pessoais (REICHERT et. al., 2007), sociais (SCOTT; JACKSON, 1996) e ambientais (FAHRENWALD; WALKER, 2003) (SERON, ARRUDA E GREGUOL) (2015) e (PATHFINDER, 2013).

A literatura corrobora que são específicos de região para região as barreiras e facilitadores percebidos para a prática de atividades físicas, pois as poucas evidências mostraram que ao depender de características sociais, demográficas e regionais, específicas de cada local, estes fatores inibidores ou estimuladores podem assumir diferentes formas de percepção (STAFFORD et al., 2008; MCGINN et al., 2007; KIRCHHOFF et al., 2008).

Conforme os estudos de Eiras et. al.; (2010); Reichert et. al; (2007) e, Alvarado et al.; (2015), são barreiras para a prática de atividade física aspectos sociais, estruturais e individuais, como a falta de tempo e dinheiro, cansaço, desmotivação, falta de espaços públicos e parques, falta de apoio de amigos, e apoio da família para prática do esporte. Já os fatores motivadores para a prática de atividade física, foram: a estrutura do ambiente limpo e higienizada, localização/ acesso, a segurança, pois envolviam um ambiente agradável e a presença da família. No Brasil, no entanto, a barreira mais comumente relatada é a falta de dinheiro, o que pode ser atribuído ao nível econômico mais baixo da população. Segundo Lee e Hakell (2009) as pessoas em grupos sociais vulneráveis e com baixo poder econômico, geralmente, têm menos tempo de lazer, acesso restrito a lugares seguros, e menos redes de apoio para a atividade física.

Os fatores associados as barreiras são variados, indo desde fatores socioeconômicos e demográficos (SALLIS et al., 2006; ENGERS et al., 2014) a fatores ambientais (SALLIS et al., 2006; PITANGA et al., 2014). Dentre esses fatores existem as barreiras para prática de AF que são consideradas razões, empecilhos ou fatores na vida diária que impedem ou dificultam a prática de maneira regular (WEINBERG & GOULD, 2001).

Estudos acerca do perfil das barreiras para a prática de atividade física têm sido conduzidos em diferentes populações (REICHERT et. al., 2007; DA SILVA; PETROSKI; REIS, 2009; DA SILVA 2016), e demonstram as mais diversas barreiras em diferentes idades e grupos sociais. Conforme Nahas et. al., (2000) o diagnóstico dos possíveis fatores que limitam a prática contribui para entender o processo inerente ao comportamento humano relativo ao envolvimento com a atividade física. Este comportamento é resultado de diferentes influências advindas dos contextos socioambiental e individual que atuam diretamente na forma como é adotado o estilo de vida individual.

2.3 Motivação para a prática da AF

A motivação tem sido estudada no contexto da atividade física e do esporte, sendo alvo de parte da literatura produzida na educação física e na psicologia. O interesse pelo tema começou na psicologia inserindo a educação física como fator importante para o estudo da psicologia esportiva.

Conforme Gomes *et al.*, (2007), se refere ao estudo das regulações que impedem ou facilitam a prática de comportamentos, tendo por foco principal compreender os fatores sociais e intraindividuais que inibem ou facilitam a motivação para determinados comportamentos, como a prática de atividades físicas e esportes (RYAN; DECI, 2000).

Conforme Samulski (1992 e 2002), a motivação é caracterizada como um processo ativo, intencional e dirigido a uma meta, o qual depende da interação de fatores pessoais (intrínsecos) e ambientais (extrínsecos). Segundo o autor, a motivação apresenta uma determinante energética (nível de ativação) e uma determinante de direção do comportamento (intenções, interesses, motivos e metas).

A Motivação Intrínseca constitui-se da ação de uma atividade para a obtenção da própria satisfação como resultado, conectando a pessoa àquela atividade. Quando motivada de forma intrínseca, a pessoa é movida a agir por divertimento ou pelo desafio; e não por

incentivos externos, imposições ou gratificações (RYAN; DECI, 2000).

A motivação extrínseca consiste em comportamentos guiados por contingências externas não inerentes à própria atividade com a intenção de obter um resultado desejado. Por isso, muitas pessoas têm razões extrínsecas para se engajarem no esporte e no exercício (RYAN; DECI, 2000).

Murcia et al.; (2007) e Capazzoli (2010), também dividem a motivação intrínseca (interna ao indivíduo) e extrínseca (externa ao indivíduo). Alguns autores (SAMULSKI, 2002, GUEDES *et al.*, 2007;) também sugerem que para indivíduos sem motivação para determinado comportamento, como a prática de atividade física e esportes, seja utilizado o termo amotivado (sem motivação).

Alguns estudos (BIDDLE, 1997; DISHMAN, 1994; GAUVIN 1995) têm buscado verificar a motivação em atletas de alto rendimento, e não atletas, praticantes de diversos esportes que precisam estar motivados para alcançar seus objetivos, conquistar recordes e vitórias ou simplesmente para se divertir e manter uma vida saudável, se mantendo ativo.

Vários estudos (BIDDLE, 1997; DISHMAN, 1994; GAUVIN, & SPENCE, 1995; GOUVEIA, 2001), tiveram por objetivo a compreensão dos fatores e processos associados a identificar o que motiva as pessoas “não-atletas” a praticar atividade física regularmente. Esses aspectos se relacionam com os fatores de contexto pessoal do indivíduo (internos) e com fatores de contexto situacional do indivíduo (externos).

Outros estudos, (MURCIA et al.; 2007; CAPOZZOLI, 2010) corroboram que a motivação relaciona aspectos associados ao bem-estar mental. Conforme Balbinotti (2003), vários estudos sinalizam que os motivos para a prática de esportes são bastante diversos. Segundo o mesmo autor, embora se possa identificar motivos comuns para todos, estes se modificam em função da interação entre sexo, idade e contexto sociocultural em que o esportista está inserido.

O conhecimento sobre os motivos para a prática de esporte possibilita aos órgãos públicos e aos praticantes de esportes realizarem ações de maneira mais eficiente, que possam promover clima motivacional favorável para alcançarem suas metas, elevando, desse

modo, as chances de aderência aos programas de esporte e, por consequência, reduzindo a probabilidade de abandono da prática esportiva.

Em pesquisa realizada por Soares et al.; (2010) de 253 pesquisados adolescentes, indicou os amigos como sendo os responsáveis pela sua motivação e permanência no esporte. Estudo realizado com jovens atletas amadores nas modalidades esportivas como: basquetebol, futebol, judô, natação e voleibol, apontou que para os sujeitos estudados os fatores motivacionais relacionados à saúde foram mais significativos, seguidos daqueles ligados à competência desportiva (SOARES et al 2010).

Já em estudos BENTO et al, (2017), SAMPEDRO, (2014), FALCÃO, (2016) (LIZ; ANDRADE, (2016), CARNEIRO e GOMES (2015) a motivação é um conjunto de vários aspectos que podem ser fatores pessoais, desportivos e psicológicos no comportamento do exercício físico, que podem levar a manter ou abandonar a prática da AF.

Balbinotti (2008) e Barbosa (2009) sugerem que a motivação representa a direção ativa do comportamento apontando para certas categorias preferenciais de situações ou objetos: o indivíduo tem necessidade de objetos e de relações específicas. Sendo assim os autores definem que método que permite distinguir as motivações em função de categorias de objetos e de relações comportamentais com o ambiente.

3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

3.1 CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA

Este estudo é caracterizado como transversal exploratório de caráter quantitativo (THOMAS; NELSON, 2002). Segundo os autores a pesquisa é um estudo de status, que tem o seu valor baseado na premissa de que os problemas podem ser resolvidos e as práticas melhoradas por intermédio da observação, análise e descrição objetiva e completa do fenômeno.

3.2 PARTICIPANTES

Praticantes recreacionais adultos de tênis de campo (PRT), que frequentavam um espaço público e um clube privado para a prática esportiva na cidade de Uruguaiana – RS.

Os Nãos praticantes –

Os NP não praticantes com características similares às do PRT, a estratégia utilizada para a seleção deste grupo foi à visita domiciliar à casa de vizinhos (uma casa ao lado tanto da direita ou esquerda) dos PRT.

Participaram do estudo adultos, entre 18 e 80 anos, de ambos os sexos, durante seis meses do ano de (agosto de 2018 a janeiro de 2019).

A investigação foi realizada com aproximadamente 144 PRT frequentadores das quadras públicas e privadas. A seleção dos PRT ocorreu em um clube privado em que o tênis de campo é a principal atividade desenvolvida e em um complexo esportivo público, que conta com duas quadras de tênis de campo.

Com o intuito de contatar o maior número de PRT, visitas foram realizadas nos dois locais em diferentes dias da semana, incluindo o final de semana, pela manhã, tarde e noite.

De posse dos endereços dos PRT e com o objetivo de selecionar participantes NP com características similares às do PRT, a estratégia utilizada para a seleção deste grupo foi a visita domiciliar à casa de vizinhos dos PRT. Procurou-se selecionar NP com o mesmo sexo e idade próxima à do(a) PRT. Todos os participantes do estudo tinham 18 anos de idade ou mais e declararam não possuir nenhuma restrição para a prática de atividades físicas. Entre os PRT, todos mantinham uma frequência mínima de prática de tênis de uma vez por mês.

O local onde as variáveis foram coletadas junto aos integrantes da amostra do estudo, Juventude Atlético Clube, atual sede da Secretaria Municipal de Esporte, Cultura e Lazer (COMPLEXO ESPORTIVO PÚBLICO) que tem em sua estrutura 02 quadras abertas de tênis de campo e Tênis Clube Rio Branco (CLUBE PRIVADO) que tem em sua estrutura 06 quadras – 05 quadras abertas ao ar livre e 01 quadra com cobertura .

CLUBE PRIVADO



Fonte: Vista aérea do Tênis Clube Rio Branco (Clube Privado) Fonte: Google Maps

COMPLEXO ESPORTIVO PÚBLICO



Fonte: Vista aérea do antigo Juventude, local onde atualmente está situada a Secretaria Municipal de Esporte e Lazer de Uruguiana – RS. Fonte: Google Maps.

Para aumentar a possibilidade de contato com o maior número possível de PRT, os pesquisadores visitaram o espaço em diferentes dias da semana, incluindo os finais de semana, nos três turnos do dia (manhã, tarde e noite).

3.3.3 Critérios de Inclusão e de exclusão

Foram estabelecidos como critérios de inclusão:

- Ser PRT que utilize as quadras públicas e privadas e ter 18 anos de idade ou mais;
- Frequência mínima de prática de tênis de uma vez por mês.

Foram estabelecidos como critérios de exclusão:

- Praticantes com deficiência física (autodeclarada) ou intelectual (declarada por um responsável);
- Possuir nenhuma restrição para a prática de atividades físicas.

3.4 INSTRUMENTOS E PROCEDIMENTOS DE COLETA DE DADOS

Após a liberação do poder público e do clube privado (Apêndice 01) e aprovação do Comitê de ética em pesquisas com seres humanos (parecer N°3.213.820) e anuência dos tenistas amadores através da assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) (Apêndice 02), a coleta de dados foi iniciada. Os PRT foram abordados nas quadras públicas e privadas, foram informados quanto aos objetivos e procedimentos da pesquisa. Os Não praticantes - NP com características similares às do PRT (, a estratégia utilizada para a seleção deste grupo foi à visita domiciliar à casa de vizinhos dos PRT (uma casa ao lado tanto da direita ou esquerda) dos PRT. Em seguida foram convidados a participar do estudo recebendo o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Aceitando participar, responderam um questionário (coleta de dados) contendo informações sociodemográficas, indicadores de saúde, sobre o histórico em relação à prática do tênis, sobre os fatores motivacionais para a prática, as barreiras e os facilitadores percebidos para a prática do tênis de campo.

3.4.1 VARIÁVEIS DO ESTUDO

Variáveis Dependentes

- Fatores motivacionais para a prática do tênis de campo;
- Barreiras percebidas para a prática do tênis de campo;
- Facilitadores percebidos para a prática do tênis de campo;

Variáveis Independentes

- Indicadores sociodemográficos;
- Índice de massa corporal
- Nível de atividade física

3.4.4 MOTIVAÇÃO PARA PRÁTICA DO TÊNIS

Para análise da motivação foi aplicado o inventário de motivação a prática regular de atividades física e esportiva adaptado para as características do presente estudo (IMPRAF-54) (BALBINOTTI; BARBOSA, 2008). O IMPRAF-54 é um inventário que avalia seis dimensões associadas à motivação à prática regular de Atividades Físicas e Esportivas. Trata-se de 54 itens separados em nove blocos agrupados em seis itens cada um. O bloco de número nove é composto de seis questões repetidas (escala de verificação).

Este questionário avalia as seis dimensões motivacionais mais comumente aceitas pela literatura (BARBOSA, 2008) e associadas à motivação para a realização de atividade física regular. Nesta pesquisa utilizaremos o Controle de Estresse (CE), Saúde (Sa), Sociabilidade (So), Competitividade (Co), Estética (Es) e Prazer (Pr). Trata-se de 54 itens agrupados 6 a 6, observando a sequência das dimensões e perfazendo um total de 54 questões.

As respostas aos itens do IMPRAF-54 são dadas conforme uma escala bidirecional, de tipo LIKERT, graduada em cinco pontos, indo de “isto me motiva pouquíssimo” (1) a “isto me motiva muitíssimo” (5). Os sujeitos da pesquisa levam não mais de 15 minutos para responder o inventário. Além do instrumento acima descrito, também será utilizada uma questão aberta para a identificação dos principais motivos para a prática amadora do tênis por adultos. Procedimento adotado também em estudo prévio sobre motivação para a prática de atividades físicas (MEURER, et al.; 2012;). Este procedimento dá liberdade aos participantes para descreverem motivos que os levam à prática do tênis, possibilitando que motivos não contemplados no IMPRAF-54 sejam identificados.

3.4.5 BARREIRAS E FACILITADORES PARA A PRÁTICA DO TÊNIS

Para identificar as barreiras percebidas para a prática do tênis utilizou o questionário elaborado por Hirayama et al. (2005), com adaptações para o presente estudo. Este instrumento lista as barreiras percebidas para a prática de atividade física por meio da inclusão dos seguintes itens: falta de segurança no ambiente, fatores climáticos desfavoráveis, problemas de saúde, não acreditar que a atividade física faça bem e, ter tido experiência ruim com exercícios físicos.

Além dos instrumentos citados, foram utilizadas duas questões abertas para a identificação das barreiras e facilitadores relatados pelos participantes. Esta estratégia tem sido utilizada em outros estudos (DA SILVA et al. 2009; BETHANCOUR et al., 2014) e dá liberdade aos participantes para descreverem situações ou características que estimulam e/ou dificultam a prática do tênis, permitindo que barreiras e facilitadores não contemplados nos instrumentos sejam identificados.

3.4.1 INDICADORES SOCIODEMOGRÁFICOS

- ✓ Sexo: masculino ou feminino;
- ✓ Idade: em anos completos;
- ✓ Escolaridade: autodeclarada;
- ✓ Renda Econômica familiar: autodeclarada considerando a renda total dos moradores da residência;
- ✓ Tipo de ocupação: autodeclarada;
- ✓ Estado civil: solteiro(a), casado(a), separado(a), divorciado(a) e viúvo(a) ou outro.

3.4.2 INDICADORES SOCIODEMOGRÁFICOS

Índice de Massa Corporal (IMC): autodeclarada.

O IMC foi calculado a partir da equação de massa corporal (kg) dividida pela estatura elevada ao quadrado (m^2), tendo ambas sido autodeclaradas. A classificação do IMC foi realizada a partir da proposta pela Organização Mundial da Saúde (WHO, 2000). Para a descrição dos resultados e para realização das análises inferenciais ajustadas (por indicadores sociodemográficos) as categorias de classificação do IMC foram agrupadas em “recomendado” (baixo peso e peso normal) e “excesso de peso” (sobrepeso e obesidade).

- Nível de atividade física – questionário IPAQ:

Para a avaliação do nível de atividade física foi utilizado o Questionário Internacional de Atividade Física versão curta (*INTERNATIONAL PHYSICAL ACTIVITY QUESTIONNAIRE – IPAQ short version*), o qual é utilizado para mensurar o nível de atividade física habitual de indivíduos, contemplando múltiplos domínios: trabalho, atividades domésticas, lazer e locomoção (VESPEIANO et al, 2012). Para se obter os escores de atividade física, foram seguidas as recomendações do American College of Sports Medicine (ACSM) (HASKELL et al, 2007), que considera suficientemente ativos aqueles que realizaram um mínimo de 150 minutos de quaisquer combinações de caminhada, atividades de intensidade moderada ou vigorosa, em pelo menos 5 (cinco) dias na semana, ou que realizaram um mínimo de 20 (vinte) minutos de atividade vigorosa em pelo menos 3 (três) dias da semana e insuficientemente ativos, aqueles que não atingiram nenhum destes critérios.

3.4 RISCOS E BENEFÍCIOS

3.4.1 Riscos

A participação na pesquisa foi voluntária. Os pesquisadores garantiam que tratou a identidade do PRT/NP e seus dados com padrões de sigilo. Não se esperam riscos físicos ao participante nesta pesquisa, porém poderão sentir desconforto ou constrangimento ao

responderem os questionários, pelo fato destes conterem questões de cunho pessoal, o que é inerente a qualquer tipo de questionário/entrevista. Neste caso, podem interromper a coleta de dados, se assim quiserem, sem prejuízo e todos possuem o direito de recusar a participação na pesquisa ou desistir durante a realização da mesma, sem acarretar qualquer penalidade ou prejuízos ao mesmo.

3.4.2 Benefícios

Como benefício da participação neste estudo, os tenistas receberam informações gerais sobre os principais resultados encontrados e foram convidados a participar de um fórum de discussões para melhorias no espaço público e privado, onde praticam o tênis. Além disso, haverá benefícios indiretos, através da contribuição com a área de pesquisa e com um diagnóstico sobre o perfil e o retrato do praticante de tênis das quadras de tênis da SMELC.

3.5 ASPECTOS ÉTICOS

Antes da realização da abordagem aos participantes e da coleta dos dados o projeto deste estudo foi submetido e aprovado pelo comitê de ética em pesquisa com seres humanos de uma instituição pública de ensino superior Universidade Federal de Pelotas sob (protocolo nº 3.213.820). Todos os participantes ao serem abordados receberam informações quanto aos objetivos e procedimentos do estudo e, após concordarem em participar, assinaram o termo consentimento livre e esclarecido, seguindo as recomendações da resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde.

3.6 TRATAMENTO ESTATÍSTICO

Primeiramente foi realizada a análise exploratória dos dados. Para as variáveis numéricas foi analisada a distribuição dos valores. Para as variáveis numéricas que apresentaram distribuição normal, a média e o desvio padrão foram utilizadas para a suas descrições. Para aquelas que não apresentaram normalidade em suas distribuições, a

descrição foi realizada utilizando-se a mediana e a diferença interquartil. As variáveis categóricas foram descritas a partir dos valores das frequências absolutas e relativas

As análises comparando os grupos foram realizadas utilizando o teste t para amostras independentes quando a variável dependente era numérica com distribuição normal e o teste de Mann-Whitney quando a variável dependente era numérica, mas sem distribuição normal. Quando as variáveis dependentes eram categóricas o teste Qui-quadrado para heterogeneidade foi utilizado.

Para as variáveis dependentes numéricas, foi utilizada a Análise de Covariância (ANCOVA), em comparação aos grupos os PRT e NP e como covariáveis (variáveis de ajuste) idade, a renda familiar e o estado civil. Todas as análises foram realizadas utilizando o SPSS for Windows versão 21.0 e o nível de significância adotado foi de 5%.

Para identificar as possíveis diferenças nos fatores motivacionais, nas barreiras e nos facilitadores percebidos para a prática do tênis amador em adultos entre as categorias das diferentes variáveis independentes foram utilizados os testes Qui-quadrado para tendência e para heterogeneidade quando as variáveis dependentes forem analisadas de forma categórica. Quando as variáveis dependentes forem analisadas de forma contínua, foram utilizados o teste t de *student* para amostras independentes e a ANOVA *one way* (variáveis paramétricas) ou seus testes não paramétricos correspondentes. O nível de significância adotado será de 5%. As análises foram realizadas através do Software SPSS, versão 21.0.

LIMITAÇÕES do ESTUDO

O presente estudo apresentou algumas limitações. Devido à escassez do estado da arte sobre a temática, no qual se observa uma carência de estudos com resultados e análises similares, a discussão dos resultados foi dificultada. Sobre os questionários aplicados, são de fácil aplicação e de baixo custo, entretanto, na pesquisa a versão curta do IPAQ considera atividades físicas envolvendo todos os domínios, diferenciando apenas a caminhada, e atividades físicas de intensidade moderada e vigorosa, o que compromete análises envolvendo os diferentes domínios da atividade física.

Já em relação aplicação dos questionários de motivação Balbinotti (2011), Barbosa (2006), há uma carência de um estudo mais profundo, que permita de forma menos circunstancial a aplicabilidade deste inventário. Entretanto, segundo Balbinotti (2011), Barbosa (2006), sua principal potencialidade é propor um modelo econômico de fácil aplicabilidade, bem como sua fidedignidade robusta, e um viés forte de consistência interna, são fatores importantes para investigar a motivação do ser humano

Entretanto, o nosso apresenta dados inéditos, abrindo importantes questões que podem ser aprofundadas em futuras pesquisas investigando os aspectos socioeconômicos e demográficos em tenistas de campo e não tenistas, investigando as barreiras, os facilitadores e motivação para a prática do tênis de campo possibilitando maior compreensão e discussão sobre esta temática pela comunidade científica. Ainda, nosso estudo discute questões como a necessidade de maior incentivo à prática do tênis por meio de políticas públicas que possibilitem que a experiência de praticar tênis de campo seja proporcionada a indivíduos de todas as classes socioeconômicas.

4 .RESULTADOS

Os resultados que fazem parte dessa dissertação estão apresentados sob forma de dois artigos científicos redigidos seguindo as normas de três diferentes periódicos.

O **Artigo 01**: Motivação para a prática recreacional de tênis de campo em adultos.

O **Artigo 02**: Barreiras percebidas para a prática recreacional do tênis de campo.

.

WHO – World Health Organization. (2000). Obesity: preventing and managing the global epidemic. Report of a World Health Organization Consultation. *WHO Obesity Technical Report Series*, (pp. 256, 284). ISBN: 92 4 120894 5

WHO – World Health Organization. (2011). *Global Recommendations on Physical Activity for Health*. World Health Organization. ISBN 978 92 4 159 997 9

Kravchychyn, A.C.P., Silva D.F., Machado F.A. (2013). Relação entre estado nutricional, adiposidade corporal, percepção de autoimagem corporal e risco para transtornos alimentares em atletas de modalidades coletivas do gênero. *Rev Bras Educ Fís Esporte*, 27(3), 459-466. ISSN 1807-5509. Doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S1807-55092013000300012>.

Motivação para a prática recreacional de tênis de campo em adultos

Motivation for the practice of field tennis in adults

Secção/Tipo de Artigo: Artigo Original

Agradecimentos: agradecimentos e fontes de financiamento (deverá ser indicada a referência completa do projeto financiado), caso existam.

Fontes de Financiamento: Não possui

ARTIGO 01

Motivação para a prática recreacional de tênis de campo em adultos.

RESUMO

Embora a prática do tênis de campo tenha aumentado nos últimos anos, as evidências científicas sobre a modalidade estão em sua maioria associadas às questões físicas, técnicas e táticas e à prevenção e reabilitação de lesões. O objetivo do estudo foi identificar os fatores motivacionais para a prática recreacional de tênis de campo em adultos praticantes (PRT) de um clube privado, de um espaço público e comparar estas informações com adultos não praticantes (NP) da modalidade. Participaram do estudo 144 indivíduos com idade média de 38,51 anos ($\pm 2,02$), sendo 76 PRT e 68 NP. Os PRT foram selecionados de um clube privado e de um espaço público que dispõe de duas quadras de tênis. Os NP foram selecionados em residências vizinhas às dos praticantes para possibilitar comparações dentro de um grupo sociocultural similar. A motivação foi mensurada utilizando-se o IMPRAF-54 (BALBINOTTI, BARBOSA, 2011). A saúde foi o principal fator motivacional em toda a amostra (PRT e NP) e também nas análises de acordo com subgrupos (gênero, idade, PRT do clube privado, PRT do espaço público e NP). A saúde foi o principal fator motivacional para a prática recreacional do tênis de campo em adultos.

Palavras-chave: Atividades de lazer, Psicologia do esporte, Motivação.

Motivation for the practice of field tennis in adults

Abstract

Although Field tennis practice has increased in recent years, the scientific evidence on mortality is mostly associated with physical, technical and tactical issues and the prevention and rehabilitation of injuries. The objective of the study was to identify the motivational factors for recreational practice of field tennis in practicing adults (PRT) of a private club, of a public space and to compare this information with non-practicing adults (NP) of the modality. 144 subjects with a mean age of 38,51 years (± 2.02) participated in the study, being 76 PRT and 68 NP. The PRTs were selected from a private club and a public space that has two tennis courts, NPs were selected in residences neighboring those of practitioners to allow comparisons within a similar sociocultural group. The motivation was measured using the IMPRAF-54 (BALBINOTTI, BARBOSA, 2011). Health was the main motivational factor in the whole sample (PRT and NP) and also in analyzes according to subgroups (gender, age, PRT of the private club, PRT of public space and NP). The main motivational factor for the recreational practice of field tennis in adults is health.

Key-words: Leisure activities, Sports psychology, Motivation.

Introdução

O Atlas do Esporte no Brasil apresentou no ano de 2005 uma estimativa de 728.313 praticantes de tênis de campo no país (DA COSTA, 2006). Destes, 44.546 (6,12%) eram praticantes registrados em federações e 689.905 (93,88%) eram praticantes regulares ou ocasionais (DA COSTA, 2006). Como para qualquer modalidade, iniciar a prática do tênis de campo, assim como a continuidade da mesma ao longo do tempo, depende de uma série de motivos associados às características individuais, sociais e ambientais (SAMULSKI, 1992; SAMULSKI, 2002; BALBINOTTI, 2009; MURCIA, et al., 2007; BALBINOTTI, et al., 2010). Investigar as relações entre estes motivos e estas características, pode disponibilizar informações para que condições facilitadoras sejam criadas contribuindo para que o envolvimento com a modalidade seja mantida por longos períodos entre os praticantes e para que mais pessoas passem a praticá-la (BALBINOTTI, 2015).

Embora o número de praticantes recreacionais supere em muitas vezes o número de praticantes federados, estudos sobre a motivação para a prática do tênis de campo têm sido conduzidos com maior frequência envolvendo atletas amadores e de alto rendimento (CRESPO, REID, 2003). Isto reforça a importância de que mais estudos sobre os aspectos motivacionais envolvendo praticantes recreacionais do tênis de campo (PRT) sejam realizados. No entanto, para melhor compreensão dos fatores e processos associados à adesão, persistência e abandono da modalidade entre PRT, algumas características devem ser consideradas.

Estudos sobre motivação para a prática de atividades físicas em geral têm demonstrado que os fatores motivacionais tendem a diferir conforme algumas características do grupo que está sendo analisado, tais como o gênero (KILPATRICK, et al., 2005), a faixa etária (BRUNET, SABISTON, 2011) e o tipo e contexto da atividade praticada (BALL, et al., 2014). Neste sentido, para entender melhor os fatores motivacionais para a prática recreacional do tênis de campo, são necessários estudos que considerem participantes dos gêneros masculino e feminino, com diferentes faixas etárias e que pratiquem a modalidade em diferentes ambientes. Ainda, considerando que apenas cerca de 0,4% da população adulta das capitais brasileiras pratica a modalidade (LIMA, 2014), conhecer os fatores que motivariam não praticantes do tênis de campo (NP) a praticá-lo poderia adicionar informações importantes para o aumento do número de praticantes. Diante do exposto, este estudo teve como objetivo identificar os fatores motivacionais para à prática de tênis de campo em PRT de um clube privado, de um espaço público e comparar estas informações com adultos não praticantes (NP) da modalidade.

Procedimentos metodológicos

Este estudo transversal quantitativo contou com 144 participantes, 76 PRT (20 mulheres) e 68 NP (27 mulheres) com idades de 18 a 75 anos (média 38,51 anos \pm 2,02). A seleção dos PRT ocorreu em um clube privado em que o tênis de campo é a principal atividade desenvolvida e em um complexo esportivo público que conta com duas quadras de tênis de campo. Com o intuito de contatar o maior número de PRT, visitas foram realizadas nos dois

locais em diferentes dias da semana, incluindo o final de semana, pela manhã, tarde e noite. No clube privado, aceitaram fazer parte do estudo 34 participantes (cinco mulheres) e do complexo público participaram 42 PRT (15 mulheres). De posse dos endereços dos PRT e com o objetivo de selecionar participantes NP com características similares às do PRT, a estratégia utilizada para a seleção deste grupo foi à visita domiciliar à casa de vizinhos dos PRT. Procurou-se selecionar um número de NP respeitando as proporcionalidades de gênero e faixa etária à dos PRT. Este procedimento foi utilizado para possibilitar comparações dentro de um grupo sociocultural similar. Todos os participantes do estudo tinham 18 anos de idade ou mais e declararam não possuir nenhuma restrição para a prática de atividades físicas. Entre os PRT, todos deveriam manter para participar do estudo, uma frequência mínima de prática de tênis de uma vez por mês.

Instrumentos e procedimentos de coleta dos dados

Para análise da motivação utilizou-se o inventário de motivação à prática regular de atividades física e esportiva (IMPRAF-54) adaptado para as características do presente estudo (BALBINOTTI, BARBOSA, 2007). Esta adaptação ocorreu substituindo o termo “atividades físicas” por “tênis de campo” com o intuito de que as respostas ao inventário fossem especificamente sobre os motivos dos participantes para a prática da modalidade. No caso dos NP, foi solicitado que respondessem as questões do inventário caso praticassem ou iniciassem a prática do tênis de campo.

O IMPRAF-54 é um inventário que avalia seis dimensões associadas à motivação à prática regular de atividades físicas e esportivas. Trata-se de 54 itens separados em nove blocos agrupados em seis itens cada um. O bloco de número nove é composto de seis questões repetidas (escala de verificação). As respostas aos itens do IMPRAF-54 são dadas conforme uma escala bidirecional, de tipo Likert, graduada em cinco pontos, indo de “isto me motiva pouquíssimo” (1) a “isto me motiva muitíssimo” (5).

Os critérios motivacionais, segundo o instrumento são subdivididos em seis categorias:

1ª Categoria – Aspectos Relacionados à Saúde: adquirir saúde, melhorar a saúde, manter a saúde, viver mais e ter índices saudáveis de aptidão física.

2ª Categoria – Aspectos Relacionados ao Controle de Estresse: diminuir irritação, ter sensação de repouso, ficar mais tranquilo, realizar-me, diminuir a ansiedade e tirar o estresse mental.

3ª Categoria – Aspectos Relacionados ao Prazer Pessoal: ficar com o corpo mais bonito, ficar com o corpo definido, manter o corpo em forma e tornar-me atraente.

4ª Categoria – Aspectos Relacionados à Sociabilidade: encontrar amigos, encontrar com outras pessoas, reunir meus amigos, estar com os amigos e fazer novos amigos.

5ª Categoria – Aspectos Relacionados à Competitividade: ser campeão no esporte, ganhar prêmios, ganhar dos adversários, competir com os outros, ser o melhor no esporte e concorrer com os outros.

6ª Categoria – Aspectos Relacionados à Estética: como meio para obter ou manter um corpo bonito, ficar com corpo definido e ter um corpo definido.

Também foram analisadas as seguintes informações sociodemográficas dos participantes: sexo (masculino ou feminino); idade (em anos completos); renda econômica familiar (autodeclarada considerando a renda total dos moradores da residência); estado civil [solteiro (a), casado (a), separado (a), divorciado (a) e viúvo (a) ou outro, categorizados em com parceiro(a) e sem parceiro(a)]. A coleta de tais variáveis foi realizada para a caracterização dos participantes.

Aspectos éticos

Antes da realização da abordagem aos participantes e da coleta dos dados, o projeto deste estudo foi submetido e aprovado pelo comitê de ética em pesquisa com seres humanos de uma instituição pública de ensino superior (parecer nº3.213.820). Todos os participantes ao serem abordados receberam informações quanto aos objetivos e procedimentos do estudo e, após concordarem em participar, assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, seguindo as recomendações da resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde.

Tratamento estatístico

Primeiramente realizou-se a análise exploratória dos dados e foi identificado que as variáveis numéricas apresentavam distribuição normal. Assim, a média e o desvio padrão foram utilizadas para descrevê-las. As variáveis categóricas (indicadores sociodemográficos)

foram descritas a partir dos valores das frequências absolutas e relativas e a comparação entre PRT e NP foi realizada utilizando-se o teste Qui-quadrado. A comparação entre o escore médio dos fatores motivacionais para a prática do tênis de campo foi realizada recorrendo-se à ANOVA para medidas repetidas. A análise comparando as médias dos escores dos fatores motivacionais entre os gêneros foi realizada utilizando o teste t para amostras independentes. A comparação dos escores dos diferentes fatores entre PRT do clube privado, PRT do espaço público e NP foi realizada através da ANOVA *one way*. Para a análise das possíveis relações entre a idade e os escores dos fatores motivacionais foi utilizada a correlação de Pearson. Todas as análises foram realizadas utilizando o SPSS *for Windows* versão 20.0 e o nível de significância adotado foi de 5%.

RESULTADOS

Os participantes do estudo, 76 PRT (20 mulheres) e 68 NP (27 mulheres), apresentaram idade média de $38,5 \pm 2,02$ anos (18 aos 75 anos), tendo os PRT idade média mais alta ($42,7 \pm 11,6$ e $34,6 \pm 12,6$ anos; $p < 0,01$), maior ocorrência de participantes vivendo com o parceiro(a) (76,3% e 42,6%; $p < 0,01$), e maior ocorrência de participantes com renda familiar acima de seis salários mínimos (35,4% e 13,2%; $p < 0,01$) do que os NP.

Em relação aos fatores motivacionais para a prática do tênis, os resultados, considerando todos os participantes do estudo, indicaram as preocupações com a saúde como o principal fator, seguido pela sociabilidade, tendo a estética e competitividade os escores médios mais baixos (figura 1). Quando esta análise é realizada de acordo com o gênero, os resultados indicam que apenas o controle do estresse (para as mulheres) e a

competitividade (para os homens) apresentam diferenças estatísticas ($p < 0,05$) em termos de motivação para a prática da modalidade (figura 1).

As análises de correlação entre os fatores motivacionais e a idade dos participantes do estudo indicaram correlação inversa, mas de baixa magnitude, entre a idade e competitividade ($r=0,164$; $p=0,050$), e entre a idade e a estética ($r=0,174$; $p=0,037$), sugerindo que a competitividade e a estética são fatores motivacionais para a prática do tênis de campo mais associados aos participantes mais jovens do que entre os mais velhos.

Em relação às comparações dos fatores motivacionais para a prática do tênis de campo entre PRT do clube privado, PRT do complexo esportivo público e dos NP, os resultados indicaram que os PRT do clube privado apresentaram escore estatisticamente inferior que os PRT do complexo esportivo público ($p=0,015$) e que os NP ($p=0,001$) para o prazer, e que os NP para o controle do estresse ($p=0,001$) e para a estética ($p < 0,001$).

Discussão

O objetivo deste estudo foi identificar os fatores motivacionais para a prática recreacional de tênis de campo em adultos de um clube privado e de um espaço público e comparar estas informações com adultos não praticantes (NP) desta modalidade esportiva. Dentre os resultados encontrados, destaca-se a saúde como o principal fator motivacional para a prática recreacional do tênis de campo, independentemente do grupo analisado.

Mesmo entre os NP, a saúde foi apontada como o principal motivo para a prática recreacional da modalidade. Isso pode indicar que a prática esportiva recreacional, especificamente do tênis de campo, é interpretada por adultos PRT e NP como um comportamento associado à saúde. A importância deste achado é reforçada considerando a evidência de que as modalidades esportivas de raquete, incluindo o tênis de campo, apresentaram maior proteção para mortalidade por doenças cardiovasculares e por todas as causas que outras modalidades esportivas e práticas de exercícios físicos (OJA, et al., 2016).

Estudos envolvendo adultos praticantes recreacionais de diferentes tipos de atividades físicas, modalidades esportivas e exercícios físicos (BALBINOTTI, CAPOZZOLI, 2008; BALBINOTTI, et al., 2014; GONÇALVES, ALCHIERI, 2010; SAMPEDRO, et al., 2014) também identificaram a saúde como o principal motivo para a prática. Por ser uma dimensão motivacional extrínseca, talvez a atribuição da saúde como o principal motivo para a prática recreacional do tênis de campo pelos participantes do presente estudo, assim como para os resultados dos estudos anteriormente citados, esteja associada às informações de diferentes veículos de comunicação que chegam até estes indivíduos sobre os benefícios à saúde da prática de atividades físicas em geral (INTERDONATO, 2008). O frequente contato com estas informações pode acabar internalizando esta associação entre saúde e esporte/atividade física e ajudar a explicar, ao menos em parte, a atribuição dada pelos participantes do presente estudo à saúde como principal fator motivacional para a prática recreacional do tênis (PERGHER, 2008)

Em relação às análises de comparação entre os gêneros, os fatores motivacionais de controle de estresse e competitividade apresentaram diferenças, sendo que o primeiro foi identificado como o fator motivacional mais importante para as mulheres do que para os homens. Por outro lado, a competitividade se mostrou um fator motivacional mais importante para os homens do que para as mulheres. Estudos prévios (TRUCOLLO, MADURO, FEIJÓ, 2008; BALBINOTTI, et al., 2007; BALBIONOTTI, et al., 2009; PERGHER, 2008, BALBIONOTTI, et.al., 2011) sugerem que reduzir o estresse e a ansiedade são mais frequentemente atribuídos como fatores motivacionais para a prática de atividades físicas e esporte entre as mulheres do que entre os homens. De acordo com Pacheco (2009), as mulheres, devido aos compromissos e responsabilidades do cotidiano, podem ter na prática de atividade física e esporte, uma estratégia para aliviar o estresse e a tensão do dia-dia. Em relação aos homens, a competitividade é valorizada em diferentes contextos, inclusive em práticas recreacionais de atividades físicas e esporte (WEINBERG, 2008). Segundo Marques e Garganta (2000), para os homens, não há esporte sem competição, mesmo em contextos recreacionais. Os homens geralmente passam por um processo competitivo mais acirrado em relação aos seus pares femininos, o que pode ser explicado devido à maior concorrência na sociedade masculina (SILVEIRA, 2012; WEINBERG, 2008).

No que se refere aos motivos para a prática recreacional do tênis de campo de acordo com a idade, os resultados do presente estudo indicaram que a competitividade configura-se como um fator motivacional que tende a diminuir de importância com o avançar da idade. Tais resultados também foram encontrados por Balbinotti & Capozzoli (2008), onde os autores

verificaram que entre indivíduos de 21 a 40 anos de idade, a competitividade como fator motivacional para a prática de tênis diminuiu com o aumento da idade. Entre indivíduos mais jovens, a competitividade se mostra como um fator motivacional para a prática de atividades físicas e esporte mais frequente que entre os indivíduos com idades mais avançadas, sendo que neste grupo o direcionamento motivacional está mais associado à manutenção da saúde e à prevenção de doenças (BALBIONOTTI, et al., 2007; BALBIONOTTI, et al., 2015).

Na mesma direção que as relações entre a idade e a competitividade para a prática recreacional do tênis de campo, nossos resultados indicaram uma tendência de relação inversa entre a idade e os fatores motivacionais relacionados à estética. Com o avançar da idade, a importância atribuída à estética como fator motivacional diminuiu entre os participantes do presente estudo. De forma similar, Moreno, Cervelló e Martínez (2007), encontraram a preocupação com a aparência (estética) como um motivo mais frequente para a realização de atividades físicas entre indivíduos mais jovens.

Ao analisarmos os motivos para a prática do tênis de campo de acordo com PRT do clube privado, PRT do espaço público e NP, identificamos que a saúde permanece como principal fator para a prática da modalidade. No entanto, em relação aos outros fatores motivacionais, algumas diferenças foram observadas entre os grupos. O prazer, a estética e o controle do estresse foi menor entre os PRT do clube privado quando comparados aos NP. Uma possível explicação para tais diferenças é que os NP podem ter uma percepção sobre AF e práticas esportivas mais influenciadas pela mídia que os PRT do clube privado. Talvez, por não serem praticantes de tênis de campo e terem respondido ao instrumento de pesquisa

considerando um possível início da prática foi considerado um fator limitante, acredita-se que os NP sejam mais influenciados pelas campanhas de propagandas relacionadas à prática da atividade física e do esporte, como forma de combater o estresse e de obter um corpo atraente e aprovado pela sociedade (BALBINOTTI, 2009; DAMASCENO, et.al.; 2006). Em relação à diferença do prazer do espaço público e do privado, um fator que pode contribuir é a relevância da oferta do espaço público como possibilidade de ampliação da prática da modalidade.

Os resultados encontrados no presente estudo vão ao encontro daqueles anteriormente publicados sobre os fatores motivacionais para a prática de atividades físicas e esportes em adultos. Porém, acrescentam informações específicas sobre o tema em PRT de um clube privado, de um espaço público e a comparação com os motivos que levariam NP a praticarem o tênis de campo.

Conclusão

Os resultados indicaram que a saúde é o principal fator motivacional para a prática recreacional do tênis de campo. Tal resultado se mantém mesmo quando as análises são realizadas de acordo com o gênero, a idade e entre PRT do clube privado, PRT do espaço público e NP.

Referências

- Balbinotti, C.A.A. (2015). Perfis motivacionais de corredores de rua com diferentes tempos de prática. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, 37(1), 65-73.
- Balbinotti, C.A.A. (2006). O ensino do tênis de campo: o processo de aprendizagem progressiva. In Tani, G., Bento, J.O., & Petersen, R.D.S. (orgs.) *Pedagogia do desporto* (1ª ed., pp. 399-407). Rio de Janeiro: Guanabara Koogan,
- Balbinotti, C.A.A., Barbosa, M.L., Juchem, L., Balbinotti, M.A.A., & Saldanha, R.P.A. (2007). Motivação à prática regular de atividade física relacionada ao Prazer em adolescentes do sexo masculino. *Coleção Pesquisa em Educação Física*, 6(2), 13-18.
- Balbinotti, C.A.A. (2009) *O ensino do tênis: novas perspectivas e aprendizagem*. (1ª ed.). Porto Alegre, Artmed.
- Balbinotti, C.A.A., Barbosa, M.L. (2007). *Propriedades métricas do inventário de motivação à prática regular de atividade física (IMPRAF-54)*. Universidade Federal do Rio Grande do Sul: Porto Alegre.

- Balbinotti, M.A.A., Balbinotti, C.A.A., Marques, A., & Gaya, A. (2003). Estudo descritivo do inventário do treino técnico-desportivo do tenista: resultados parciais segundo o sexo. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 3(3), 7-17.
- Balbinotti, M.A.A., et al. (2007). Dimensões motivacionais de atletas corredores de longa distância: um estudo descritivo-comparativo segundo o sexo. *Coleção pesquisa em Educação Física*, 6(2), 73-80.
- Balbinotti, M.A.A., Saldanha, B., Barbosa R.P., Balbinotti, C.A.A. (2009). Dimensões motivacionais de basquetebolistas infanto-juvenis: um estudo segundo o sexo. *Revista Motriz*, 15(2), 318-329.
- Balbinotti, M.A.A., & Capozzoli, C.J. (2010). Motivação à prática regular de atividade física: um estudo exploratório com praticantes em academias de ginástica. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 22(1), 63-80.
- Balbinotti, M.A.A.; Balbinotti, C.A.A., Sampedro, L.B.R., Saldanha, R.P., & Rocha, J.M. (2014). Motivação à prática regular de atividades físicas: um estudo com praticantes de taekwondo. *Pensar a Prática*, 17(1), 01-294.

- Balbinotti, M.A.A., & Silva, M. (2003). *Inventário de Motivação Aplicado a Atividade Física. Laboratório de Psicologia do Esporte (IMPRAF-126)*. Universidade Federal do Rio Grande do Sul: Porto Alegre.
- Balbinotti, M.A.A., & Capozzoli, C.J. (2008). Motivação à prática regular de atividade física: um estudo exploratório com praticantes em academias de ginástica. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 22(1), 63-80.
- Balbinotti, M.A.A., Zambonato, F.M., Barbosa, L.L., Saldanha, R.P., & Balbinotti, C.A.A. (2011). Motivação à prática regular de atividades físicas e esportivas: um estudo comparativo entre estudantes com sobrepeso, obesos e eutróficos. *Motriz*, 17(3), 384-394.
- Balbinotti, M.A.A., et al. (2012). Perfil Motivacional de Atletas Corredores de Rua: Estudo Comparativo Segundo o Sexo. *Revista Mineira de Educação Física*, 3(7), 61-62.
- Ball, S. (2014). *Foucault, power and education*. New York, Routledge.
- Barbosa, M.L.L. (2006). *Propriedades métricas do inventário de motivação à prática regular de atividade física (IMPRAF-126)*. Universidade Federal do Rio Grande do Sul: Porto Alegre.

- Brunet, J., Sabiston, C.M. (2011). Exploring motivation for physical activity across the adult lifespan. *Psychology Sport Exercise*, 12(2), 99-105.
- Crespo, M., Reid, M., & Miley, D. (2003) Applied sport science for high performance tennis. *ITF ltd*, 2003, 79-92.
- Da Costa, L. (Org.). (2006). *Atlas do esporte no Brasil*. CONFEF. Disponível em: <<https://bit.ly/2EnGOaG>>. Acesso em: 16 mai 2019.
- Damasceno, V.O., Vianna, V.R.A., Vianna, J.M., Lacio, M., Lima, J.R.P., & Novaes, J.S. (2006). Imagem corporal e corpo ideal. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, 14(1), 87-96.
- Gonçalves, M.P., & Alchieri, J.C. (2010). Motivação à prática de atividades físicas: um estudo com praticantes não-atletas. *Psico-USF*, 15(1), 125-134.
- Interdonato, G.C., Miarka, B., Oliveira, A.R., & Gorgatti, M.G. (2008). Fatores motivacionais de atletas para a prática esportiva. *Motriz*, 14(1), 63-66.

- Kilpatrick, M., Hebert, E., & Bartholomew, J. (2005). College students' motivation for physical activity: Differentiating men's and women's motives for sport participation and exercise. *Journal of American College Health*, 54(2), 87-94.
- Likert, R. (1932). A technique for the measurement of attitudes. *Archives in Psychology*, 22(140), 1-55.
- Lima, D.F. (2014). *Atividade física de adultos nas capitais brasileiras e Distrito Federal: um estudo transversal*. Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo: São Paulo.
- Marques, A. (2000). Desporto e futuro. O futuro do desporto. In Garganta, J. (Edit). *Horizontes e órbitas nos treinos dos jogos esportivos* (p. 7-20). Porto: Universidade do Porto.
- MIRANDA, J. M. DE Q. O jogo de tênis de campo e suas implicações energéticas. **São Paulo Science in Health**. 2011.
- Moreno, J. A., Cervelló, E. & Martínez, A. (2007). Validación de la Escala de Medida de los Motivos para la Actividad Física – Revisada en españoles: diferencias por motivos de participación. *Anales de Psicología*, 23(1), 167-176.

- Murcia, J. A. M., Capazzolli R.T.; Gimeno, E.C., & Coll, D.G.C. (2007). Analizando la motivación en el deporte: un estudio a través de la teoría de la autodeterminación. *Apuntes de Psicología*, 25(1), 35-51. ISSN 0213-3334
- Oja, P., et al. (2016). Associations of specific types of sports and exercise with all-cause and cardiovascular-disease mortality: A cohort study of 80,306 British adults. *British Journal of Sports Medicine*, 51, 812–817. Doi: 10.1136/bjsports –v.09 p.6822.
- Pacheco, C.H. (2009). *Motivação à prática regular de atividades esportivas: um estudo com praticantes de escolinhas de futebol e futsal (13 a 17 anos)*. Porto Alegre (RS): Universidade Federal do Rio Grande do Sul.
- Pergher, T.K. (2008). *Motivação à prática regular de atividades esportivas: um estudo com praticantes de basquetebol escolar (13 a 16 anos)*. Porto Alegre (RS): Universidade Federal do Rio Grande do Sul.
- Sampedro, B.R.L., Moraes Rocha, J., Tierling Klering, R., Pedrozo Saldanha, R., Balbinotti, M.A.A., & Balbinotti, C.A.A. (2014). Motivação à prática regular de atividades físicas: um estudo com praticantes de taekwondo. *Pensar a Prática*, 17(1). Doi: <https://doi.org/10.5216/rpp.v17i1.1733>.

Samulski, D. (2002). *Psicologia do esporte*. 1ª ed., Barueri, SP: Manole.

Samulski, D. (1992). *Psicologia do Esporte*. Belo Horizonte, MG: Imprensa Universitária/
UFMG.

Silveira, J.W.P., Faix, M.R.N. (2012). Fatores motivacionais que influenciam a prática de atividades físicas. *Revista Digital*. Buenos Aires, 17(171).

Trucollo, A. B.; Maduro, P. A.; Feijó, E. A. (2008). Fatores motivacionais de adesão a grupos de corrida. *Motriz*, 14(2), 108-114.

Weinberg, R.S., Gould, D. (2008). *Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício*. São Paulo: Artmed.

Anexos

Figura 1. Escore médio (eixo y – ordenadas) dos fatores motivacionais (eixo x – abcissas) para a prática do tênis recreacional em tenistas e não tenistas em todos os participantes e de acordo com o gênero;

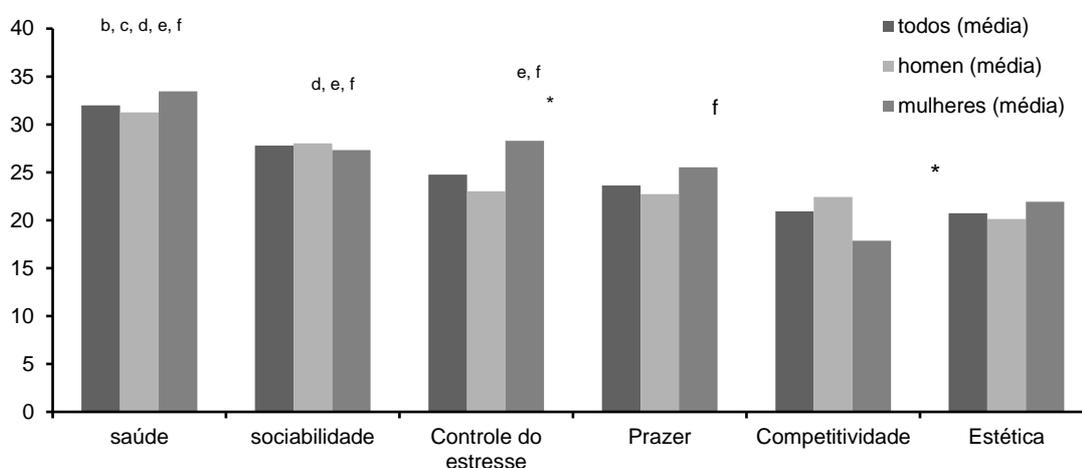


Figura1. Escore médio (eixo y – ordenadas) dos fatores motivacionais (eixo x – abcissas) para a prática do tênis recreacional em tenistas e não tenistas em todos os participantes e de acordo com o gênero; ^bindica escore médio estatisticamente superior ao fator sociabilidade ($p < 0,05$); ^cindica escore médio estatisticamente superior ao fator controle do estresse ($p < 0,05$); ^dindica escore médio estatisticamente superior ao fator prazer ($p < 0,05$); ^eindica escore médio estatisticamente superior ao fator competitividade ($p < 0,05$); ^findica escore

médio estatisticamente superior ao fator estética ($p < 0,05$); *indica diferença estatística ($p < 0,05$) entre o homens e mulheres.

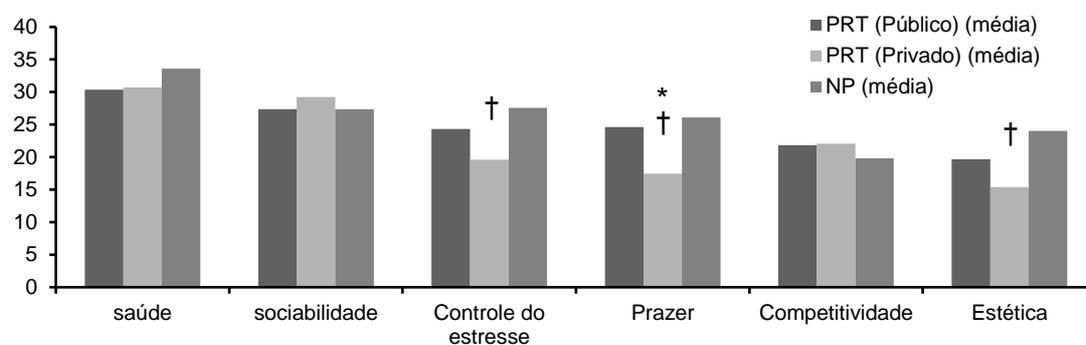


Figura 2. Escore médio (eixo y – ordenadas) dos fatores motivacionais (eixo x – abcissas) para a prática do tênis dos praticantes recreacionais (PRT) do clube privado, dos PRT do complexo esportivo público e dos NP; *indica diferença estatística ($p < 0,05$) entre PRT do clube privado e PRT do complexo público; †indica diferença estatística ($p < 0,05$) entre PRT do clube privado e NP.

BARREIRAS PERCEBIDAS PARA A PRÁTICA RECREACIONAL DO TÊNIS DE CAMPO

RESUMO

O objetivo do estudo foi identificar as principais barreiras para a prática de tênis de campo em praticantes recreacionais (PRT) de um clube privado, PRT de um espaço público e comparar estas informações com adultos não praticantes (NP) da modalidade. Participaram do estudo 144 indivíduos com idade média de 38,5 anos ($\pm 2,02$), sendo 76 PRT e 68 NP. Para a identificação das barreiras percebidas foi utilizado um questionário (Hirayama et al. (2005) adaptado ao objetivo do estudo. A principal barreira percebida pelos participantes do estudo foi a "falta de tempo". As mulheres e os NP percebem, de maneira geral, as barreiras para a prática do tênis de campo de forma mais importante dos que os homens e os PRT, respectivamente ($p < 0,05$). Conclui-se que a barreira mais importante para a prática recreacional do tênis de campo é a "falta de tempo" e que as barreiras são percebidas de forma similar entre PRT do clube privado e do espaço público.

Palavras-chave: Tênis, Atividade de lazer, Adulto.

PERCEIVED BARRIERS FOR THE RECREATIONAL PRACTICE OF THE FIELD TENNIS

ABSTRACT

The objective of this study was to identify the main barriers to the practice of field tennis in recreational practitioners (PRT) of a private club PRT of a public space and to compare this information with non - practicing adults (NP) of the sport. 144 subjects with a mean age of 38.5 years (± 2.02) participated in the study, being 76 PRT and 68 NP. A questionnaire adapted to the study objective was used to identify

the perceived barriers. The main barrier perceived by study participants was "lack of time". Women and NPs perceive, in general, the barriers to the practice of field tennis more importantly than men and PRT, respectively ($p < 0.05$). It is concluded that the most important barrier to the recreational practice of field tennis is "lack of time" and that the barriers are perceived in a similar way between PRT of the private club and the public space.

Keywords: Tennis, Leisure activity, Adult.

BARRERAS PERCEBIDAS PARA LA PRÁCTICA RECREACIONAL DEL TENIS DE CAMPO

RESUMEN

El objetivo del estudio fue identificar las principales barreras para el campo de la práctica del tenis en los practicantes de recreo (PRT) de un club privado PRT de un espacio público y comparar esta información con el modo de adultos no practicantes (NP). En el estudio participaron 144 individuos con edad media de 38,5 años ($\pm 2,02$), siendo 76 PRT y 68 NP. Para la identificación de las barreras percibidas se utilizó un cuestionario adaptado al objetivo del estudio. La principal barrera percibida por los participantes del estudio fue la "falta de tiempo". Las mujeres y los NP se da cuenta, en general, las barreras para la práctica de la forma más importante de tenis de campo de los hombres y PRT, respectivamente ($p < 0,05$). Llegamos a la conclusión de que la barrera más importante para el tenis de campo de la práctica recreativa es la "falta de tiempo" y que las barreras se perciben de una manera similar entre PRT club privado y el espacio público.

Palabras clave: Tenis, Actividad de ocio, Adulto.

Introdução

Segundo levantamento⁴ realizado com informações coletadas nos últimos 15 anos, cerca de um em cada dois adultos (47%) brasileiros não atinge as recomendações de quantidade e intensidade de atividade física para a saúde. De acordo com dados publicados pelo IBGE²¹, esta proporção é ainda mais alta, onde 62,1% da população brasileira adulta não pratica esporte ou atividade física de forma regular. O não envolvimento em atividades físicas é um fenômeno multifatorial associado a uma série de barreiras²⁸.

Em diversos estudos^{2,3,8,16,20,23,30,31}, a barreira “falta de tempo” tem predominado como uma das principais para a prática de atividades físicas. No entanto, é importante destacar que as barreiras percebidas para a prática de atividade física são diversas, podendo variar de acordo com a população analisada. Em praticantes de musculação a barreira mais citada foi o “excesso de trabalho”²²; em trabalhadores da indústria o “clima desconfortável”²⁹; em idosos a “falta de tempo”²⁵; e em universitários a “falta de energia”⁷. Além disto, a percepção de barreiras para a prática de atividade física pode variar conforme o nível econômico, o grau de escolaridade, o sexo, a idade, o estado civil, a profissão e o tempo despendido com atividades laborais e de estudo, a disponibilidade de espaço físico, de equipamentos e de instrução profissional, o excesso de peso, questões climáticas e a poluição atmosférica^{1,5,27}.

Apesar de existir um número elevado de estudos sobre barreiras para a prática de atividade física, investigações sobre esta temática específicas para prática de modalidades esportivas são escassas. Considerando que a prática esportiva entre adultos é baixa e que a maioria destes praticantes a realizada de forma recreacional^{17,21,27}, estudos sobre as barreiras percebidas para diferentes modalidades em praticantes recreacionais poderia contribuir para o melhor entendimento destes fatores e auxiliar na elaboração de ações para que praticantes recreacionais de modalidades

esportivas permaneçam praticando e mais pessoas passassem a praticar. Especificamente sobre o tênis de campo, são poucas as informações sobre as barreiras percebidas por adultos para a prática desta modalidade. No entanto, algumas informações sugerem que as mais frequentes são a necessidade de equipamentos esportivos (raquetes, bolas) e estrutura física (quadra) específicas para a prática^{6, 12, 18}.

Como a percepção de barreiras pode variar de acordo com as características da população, estudos sobre as barreiras percebidas para a prática do tênis de campo poderiam, além de serem conduzidas envolvendo praticantes recreacionais do tênis de campo (PRT) de diferentes idades e dos dois gêneros, considerar o contexto da prática, analisando praticantes de clubes esportivos privados e praticantes de locais públicos. Além disto, a percepção de barreiras de não praticantes (NP) poderiam disponibilizar informações adicionais que contribuíssem para que ações com o objetivo de atrair novos praticantes fossem elaboradas. Diante do exposto, o objetivo deste estudo é identificar as principais barreiras para a prática recreacional de tênis de campo em PRT de um clube privado, PRT de um espaço público e comparar estas informações com adultos NP da modalidade.

Método

Sujeitos

Este Estudo de carácter transversal quantitativo, sendo 68 NP (27 mulheres) e 76 PRT (20 mulheres) com idades de 18 a 75 anos ($38,51 \pm 2,02$ anos), em um totalizando com 144 participantes. A seleção dos PRT aconteceu em um espaço público e em um clube privado. No espaço público há em sua estrutura duas quadras de tênis de campo. No clube privado, o tênis de campo é a principal prática esportiva desenvolvida. Objetivando contatar o maior número de PRT, visitas foram realizadas nas estruturas esportivas em dias da semana e aos finais de semana, pela manhã, tarde e noite.

Concordaram em participar do estudo no clube privado 34 participantes (cinco mulheres). Do espaço público participaram 42 PRT (15 mulheres). De posse dos endereços dos PRT e com o objetivo de selecionar participantes NP com características sociodemográficas similares às do PRT, a estratégia utilizada para a seleção deste grupo foi a visita domiciliar à casa de vizinhos dos PRT. Procurou-se selecionar um número de NP respeitando as proporcionalidades de gênero e faixa etária à dos PRT. Este procedimento foi utilizado para possibilitar comparações dentro de um grupo sociocultural similar. Todos os participantes do estudo tinham 18 anos de idade ou mais e declararam não possuir nenhuma restrição para a prática de atividades físicas. Entre os PRT, todos mantinham uma frequência mínima de prática de tênis de uma vez por mês.

Variáveis

Indicadores sociodemográficos

Para caracterização sociodemográfica dos participantes foram avaliadas as seguintes variáveis: gênero (masculino ou feminino); idade (em anos completos); renda econômica familiar (autodeclarada considerando a renda total dos moradores da residência); e, estado civil [solteiro (a), casado (a), separado (a), divorciado (a) e viúvo (a) ou outro, categorizados em com parceiro(a) e sem parceiro(a)].

Barreiras percebidas para a prática recreacional do tênis

Para identificar as barreiras percebidas para a prática do tênis utilizou o questionário elaborado por Hirayama⁹, com adaptações para o presente estudo. Este instrumento lista 14 barreiras percebidas para a prática de atividade física. Para o presente estudo, o termo “atividade física” foi substituído por “tênis de campo”, solicitando assim que os participantes indicassem o quanto cada uma das 14

barreiras que compõe o instrumento interfere para a prática do tênis de campo. A possibilidade de resposta para cada uma das barreiras é no formato uma escala tipo Likert com cinco alternativas (nunca, poucas vezes, algumas vezes, muitas vezes e sempre). A cada possibilidade de resposta foi atribuído um valor de zero (nunca=zero) a quatro (sempre=quatro) pontos, possibilitando a criação de um escore numérico para cada uma das 14 barreiras contidas no instrumento. Desta forma, cada barreira poderia apresentar um escore médio variando de zero a quatro pontos. As barreiras com menor escore médio foram consideradas menos importantes e as com maior escore médio foram consideradas como mais importantes para a prática recreacional do tênis de campo. Aos NP foi solicitado que respondessem ao instrumento simulando que fossem praticantes de tênis de campo ou que fossem iniciar a prática da modalidade esportiva.

Aspectos éticos

Antes da realização da abordagem aos participantes e da coleta dos dados, o projeto deste estudo foi submetido e aprovado pelo comitê de ética em pesquisa com seres humanos de uma instituição pública de ensino superior (parecer nº3.213.820). Todos os participantes ao serem abordados receberam informações quanto aos objetivos e procedimentos do estudo e, após concordarem em participar, assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, seguindo as recomendações da resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde.

Análise estatística

Primeiramente realizou-se a análise exploratória dos dados identificando a normalidade das distribuições entre as variáveis numéricas. Confirmada a normalidades das distribuições, as variáveis numéricas foram descritas utilizando-se a média e o desvio padrão e as variáveis categóricas

utilizando-se as frequências absoluta e relativa. Para a comparação das barreiras percebidas para a prática do tênis de campo entre os gêneros foi utilizado o teste t de student para amostras independentes. A correlação entre a idade e as barreiras percebidas foi realizada com o teste de correlação de Pearson. A análise comparando os PRT do clube privado, do espaço público e os NP foi realizada utilizando-se a ANOVA *one way* seguida do pos hoc de Bonferroni quando alguma diferença entre os grupos era identificada. O nível de significância adotado para as análises inferenciais foi de 5%. Todas as análises foram realizadas no programa SPSS para *Windows* versão 20.0¹⁰.

Resultados

A amostra foi composta por 144 participantes sendo 68 NP (27 mulheres), 76 PRT (20 mulheres) com idades de 18 a 75 anos. Dentre os indicadores sociodemográficos analisados, os PRT apresentaram idade média mais alta média (PRT: 42,75±11,65 anos; NP: 34,28±12,61) e prevalência de participantes com renda familiar acima de seis salários mínimos (PRT: 72,9%); NP: 27,1%) ($p<0,01$) em relação aos NP.

Dentre os resultados do presente estudo, verificou-se que a principal barreira para a prática de tênis de campo foi a “falta de tempo”. Em relação ao gênero, das 14 barreiras que compõe o instrumento, em nove as mulheres apresentaram escores médios superiores aos homens ($p<0,05$) (figura 1).

A análise envolvendo a percepção de barreiras para a prática recreacional do tênis e a idade indicou relação inversa, mas de baixa magnitude, entre a idade e “não ter dinheiro suficiente para a prática” ($r=-0,21$; $p=0,010$) e “sentir falta de segurança no ambiente (violência)” ($r=0,17$; $p=0,048$). No que se refere às comparações entre os PRT do clube privado, PRT do espaço público e NP, de maneira

geral os NP percebem as barreiras para a prática do tênis de campo de forma mais importante do que os PRT. Em quatro barreiras (sou preguiçoso, não tenho roupas ou equipamentos, não existem instalações adequadas e não tenho dinheiro suficiente) os NP apresentaram escore médio superior ao apresentado pelos PRT do clube privado e do espaço público ($p < 0,05$), e em outras quatro escores (não consigo dar continuidade, não gosto de AF, sou preguiçoso e não tenho roupas) superiores aos dos PRT do clube privado. Entre os PRT do clube privado e do espaço público, apenas a barreira “já sou suficientemente ativo” apresentou diferença estatisticamente significativa ($p < 0,05$), tendo os PRT do espaço público escore médio superior (figura 2).

Discussão

O estudo teve como principal objetivo identificar as principais barreiras percebidas para a prática do tênis de campo em PRT de um clube privado e de um espaço público e comparar estas informações com adultos NP da modalidade. Os principais achados indicaram que as mulheres e os NP apresentaram escores superiores em relação às barreiras para a prática recreacional do tênis de campo que os homens e PRT, respectivamente. Em relação à principal barreira percebida para a prática recreacional do tênis de campo, a “falta de tempo” foi a que apresentou o maior escore. Este resultado se mantém quando analisado de acordo com o gênero e entre os PRT do clube privado, PRT do espaço público e NP.

Estudos prévios também encontraram a “falta de tempo” como a principal barreira para a prática de atividade física em adultos^{13,14,22}. A “falta de tempo” talvez seja a barreira mais frequentemente indicada para a prática de atividade física por sua associação com compromissos familiares e jornadas de trabalho extensas, o que acaba reduzindo o tempo livre e conseqüentemente os momentos para práticas esportivas e de atividades físicas em geral no momento de lazer.

Ao analisarmos os resultados por gênero, das 14 barreiras existentes no instrumento utilizado, em nove as mulheres apresentaram escores significativamente maiores aos dos homens. No estudo de Silva et al.²⁸, a barreira relacionada às obrigações familiares diferiu entre os gêneros, sendo maior entre as mulheres. Da mesma forma que o encontrado no presente estudo, Reichert²³ encontrou que a falta de motivação, a falta de companheirismo e falta de recursos financeiros são barreiras mais frequentes entre as mulheres. No entanto, o mesmo autor relata a falta de tempo e aspectos sociais e estruturais (falta de segurança, falta de vagas e equipamentos para AF) como barreiras mais frequentes entre os homens, diferindo de nossos resultados que apontaram tais barreiras também mais frequentes entre as mulheres. Talvez as diferenças entre estes resultados possam estar relacionadas a aspectos metodológicos entre AF e tênis de Campo. Enquanto no presente estudo os participantes foram PRT e NP com características socioculturais similares, o estudo de Reichert²³ foi realizado com uma amostra representativa de uma cidade do Sul do Brasil analisando as barreiras percebidas para a prática de atividade física. As informações indicando maior percepção de barreiras para a prática de atividades físicas e práticas esportivas entre as mulheres auxilia na melhor compreensão das evidências de que os homens são fisicamente mais ativos que as mulheres²⁶.

Para o IPEA¹¹ há um abismo que retrata a relação de gênero para atividades domésticas, trabalhistas e sociais. No que se refere às atividades domésticas, o órgão relatou que 88,2% das mulheres com mais de 10 anos são responsáveis por afazeres domésticos, enquanto que entre os homens apenas 49,1%. Conforme Sampaio²⁴, essa desigualdade é responsável por construções e imposições culturais que, sobrepostas às mulheres, tendem a dificultar as práticas de lazer e/ou aproveitamento do tempo de livre de forma crítico-criativa. Diversos autores corroboram que as mulheres, por ocuparem-se mais com tarefas domésticas, tendo uma jornada de trabalho dupla,

sintam-se mais cansadas, com menos tempo e com menos vontade da praticar ou iniciar uma atividade física^{19,25}.

Em relação às diferenças entre as barreiras percebidas para a prática recreacional do tênis entre PRT do clube privado, PRT do espaço público e NP, em oito das 14 barreiras propostas pelo instrumento os NP apresentaram escores significativamente superior aos PRT do clube privado e em quatro escores superiores aos PRT do espaço público. É possível que os maiores escores apresentados pelos NP seja justamente por este grupo não praticar a modalidade e terem respondido o instrumento simulando que fossem praticantes ou considerando que iniciariam a prática da modalidade.

Entre os PRT do clube privado e do espaço público, “já ser fisicamente ativo” foi à única das barreiras a apresentar diferenças. Talvez a prática do tênis de campo se configure como a principal escolha de atividade física de lazer entre os PRT do clube privado e, entre os PRT do espaço público, além do tênis de campo, outras atividades físicas também façam parte das escolhas de lazer. Nas comparações entre os dois grupos de PRT, é importante destacar o papel dos espaços públicos para a prática esportiva e de atividades físicas em geral. Talvez os PRT do espaço público, caso esse espaço não existisse, não estivessem praticando a modalidade. Assim, a criação e a divulgação das possibilidades para a prática esportiva e de atividades físicas em praças, parques e em áreas verdes e de lazer aparecem como uma alternativa para a adoção de um estilo de vida mais saudável para a população urbana, promovendo o bem-estar físico e psicológico e facilitando o convívio social¹⁵.

Apesar de trazer informações relevantes para a área do esporte de lazer, especificamente sobre as barreiras para a prática recreacional do tênis de campo em adultos, o presente estudo apresenta algumas limitações. O questionário adaptado para o tênis foi utilizado não contempla perguntas abertas, dificultando comentários ou explicações mais abrangentes, o que pode influenciar

nas respostas dos participantes. Além das informações analisadas, caso o histórico com a modalidade e o envolvimento com outras práticas esportivas e de atividades físicas tivessem sido analisadas, talvez alguns dos resultados pudessem ter sua discussão ampliada. Não obstante as limitações, o presente estudo acrescentou novas informações sobre PRT, disponibilizando subsídios teóricos para que a temática barreiras para a prática esportiva possa ser aprofundada em futuras investigações. Outro fator limitante do questionário, é que os não praticantes, responderam hipoteticamente, como se estivessem praticando a modalidade esportiva.

Conclusão

Em conclusão, a “falta de tempo” configura-se com a principal barreira para a prática recreacional do tênis de campo. As mulheres e os NP percebem as barreiras de forma mais limitante para a prática recreacional do tênis de campo que os homens e os PRT, respectivamente. Por fim, PRT do clube privado e do espaço público percebem da forma similar às barreiras para a prática da modalidade.

Referências

1. Arzu D, Tuzun EH, Eker L. Perceived barriers to physical activity in university students. *Journal of Sports Science and Medicine*. 2006;5:615-20.
2. Bowles HR, Morrow JR, Leonard BL, Hawkins M, Couzelis PM. The association between physical activity behavior and commonly reported barriers in a worksite population. *Res Q Exer Sport*. 2002;4:464-70.
3. Brownson RC, Baker EA, Housemann RA, Brennan LK, Bacak SJ. Environmental and policy determinants of physical activity in the United States. *Am J Public Health*. 2001;12:1995-2003.

4. Ding D, Sallis JF, Kerr J, Lee S, Dori ER. Neighborhood environment and physical activity among youth: a review. American Journal of Preventive Medicine. 2011; 41:442-55.
5. Dunton GF, Schneider M. Perceived barriers to walking for physical activity. Preventing Chronic Disease. 2006;3:01-11.
6. Euclides PT, Dantas EHM, Marins JCB, Pinto JA. Qualidades físicas intervenientes e seu grau de importância no tênis de campo. Rev. Min. Educ. Fís. 2005;13:07-27.
7. Gobbi S, Caritá LP, Hirayama MS, Quadros Junior AC, Santos RF, Gobbi LTB. Comportamento e barreiras. Psicologia Teoria e Pesquisa. 2008; 24:451-8.
8. Grande AJ, Silva V. Barreiras e facilitadores para a adesão à prática de atividade física no ambiente de trabalho. O Mundo da Saúde. 2014;2:204-9.
9. Hirayama MS, Irayama MS. Atividade física e Doença de Parkinson: Mudança de comportamento, auto-eficácia, barreiras percebidas e qualidade de vida. 2005. Dissertação de Mestrado em Ciências da Motricidade da Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, Rio Claro.
10. IBM SPSS Statistics Software SPSS, versão 21.0. IBM Software
11. Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada - IPEA. Retrato das desigualdades de gênero e raça. Brasília: Ipea, 2011.
12. Ishizaki MT, Castro M. Tênis: Aprendizagem e Treinamento. São Paulo: Phorte. 2006.
13. Jahns L, et al. Barriers and facilitators to being physically active on a rural US northern plains American Indian reservation. International Journal of Environmental Research and Public Health. 2014;11:12053-63.
14. Justine M, Azizan A, Hassan V, Salleh Z, Manaf H. Barriers to participation in physical activity and exercise among middle-aged and elderly individuals. Singapore Med J. 2003;54:581-6.

15. Leslie E, Cerin E, Kremer P. Perceived neighborhood environment and park use as mediators of the effect of area socio-economic status on walking behaviors. *Journal of Physical Activity & Health*. 2010;7:802-10.
16. Lian WM, Gan GL, Pin CH, Wee S, Ye HC. Correlates of leisure-time physical activity in an elderly population in Singapore. *Am J Public Health*. 1999;10:1578-83.
17. Lima DF, Lima LA, Silva MP. Tendências temporais dos tipos principais de exercício físico e esporte praticados no lazer na cidade de Curitiba, Brasil: 2006- 2014. *Revista Brasileira Ciências e Movimento*. 2017;25;98-105.
18. Mazo J, Balbionotti, CA. A história do tênis na Era Moderna. In: Balbionotti, CAA, organizador. *O ensino do tênis: Novas perspectivas de aprendizagem*. Porto Alegre: Artmed; 2009. p.267-82.
19. Nogueira CM. As relações sociais de gênero no trabalho e na reprodução. *Aurora*. 2010;6:59-62.
20. Nogueira JAD, Sousa AFM. Barreiras percebidas e etapas de mudança de 46 comportamentos relacionados à prática de atividade física em professores de escolas públicas. *R. Bras. Ci. e Mov.* 2012;20:65-70
21. Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios. IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística: 2015 [Publicada em 2016; Acesso em 25 abril 2019]. Disponível em: <https://ww2.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/trabalhoerendimento/pnad2015/default.shtm>
22. Pinheiro KC, Silva DAS, Petroski EL. Barreiras percebidas para prática de musculação em adultos desistentes da modalidade. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*. 2012;15:157-62.
23. Reichert FF, et al. The role of perceived personal barriers to engagement in leisure-time physical activity. *American Journal of Public Health*. 2007;97:515-9.
24. Sampaio TMV. Gênero e Lazer: um binômio instigante. In: Marcellino NC (Ed.). *Lazer e Sociedade, múltiplas relações*. Campinas, SP: Alínea; 2008. p. 139-54.

25. Sampaio TMV. Lazer e Cidadania: Partilha de tempo e espaços de afirmação da vida. Brasília, DF: EdUCB; 2014.
26. Saraiva LC, et al. Frequency and duration of physical activity practice of university teachers and servants. *J. Phys. Educ.* 2018;29:58.
27. Silva DAS, Petroski EL, Reis RS. Barreiras e facilitadores de atividades físicas em frequentadores de parques públicos. *Motriz.* 2009;15:219-27.
28. Silva KS, Vasques DG, Martins CDO, Williams LA, Lopes AS. Deslocamento ativo: prevalência, barreiras e variáveis associadas. *J Phys Act Health.* 2011;8:750.
29. Souza DL, Vendrusculo R. Fatores determinantes para a continuidade da participação de idosos em programas de atividade física: a experiência dos participantes do projeto “Sem Fronteiras”. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte.* 2010;24:95-105.
30. Trost SG, Owen N, Bauman AE, Sallis JF, Brown W. Correlates of adults' participation in physical activity : review and update. *Med Sci Sports Exerc.* 2002;34:1996-2001.
31. Weinberg RS, Gould D. Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício. Porto Alegre: Artmed; 2017.

Figura 1

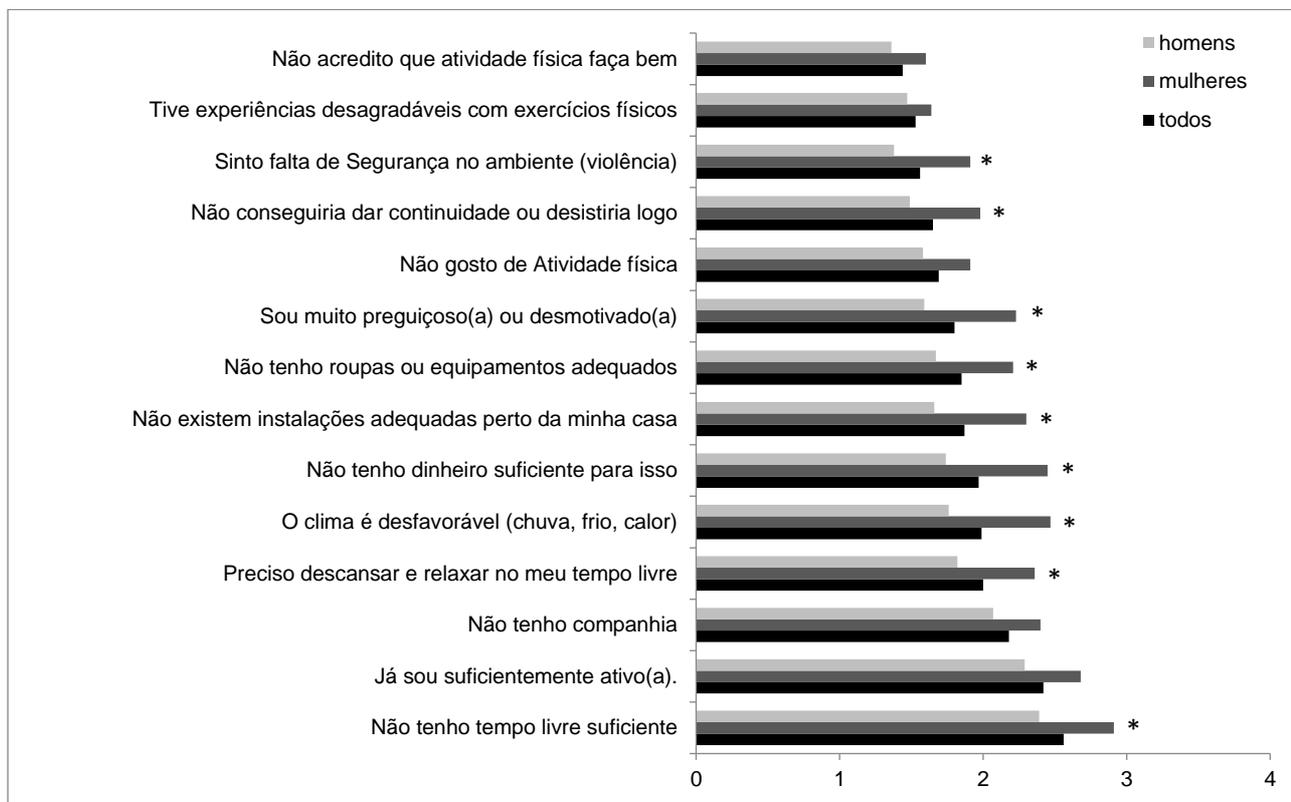


Figura 1. Barreiras percebidas para a prática recreacional do tênis de campo em todos os participantes e de acordo com o gênero.

Notas: * Indica diferença estatisticamente significativa tendo as mulheres escores médios superiores aos dos homens ($p < 0,05$)

Figura 2

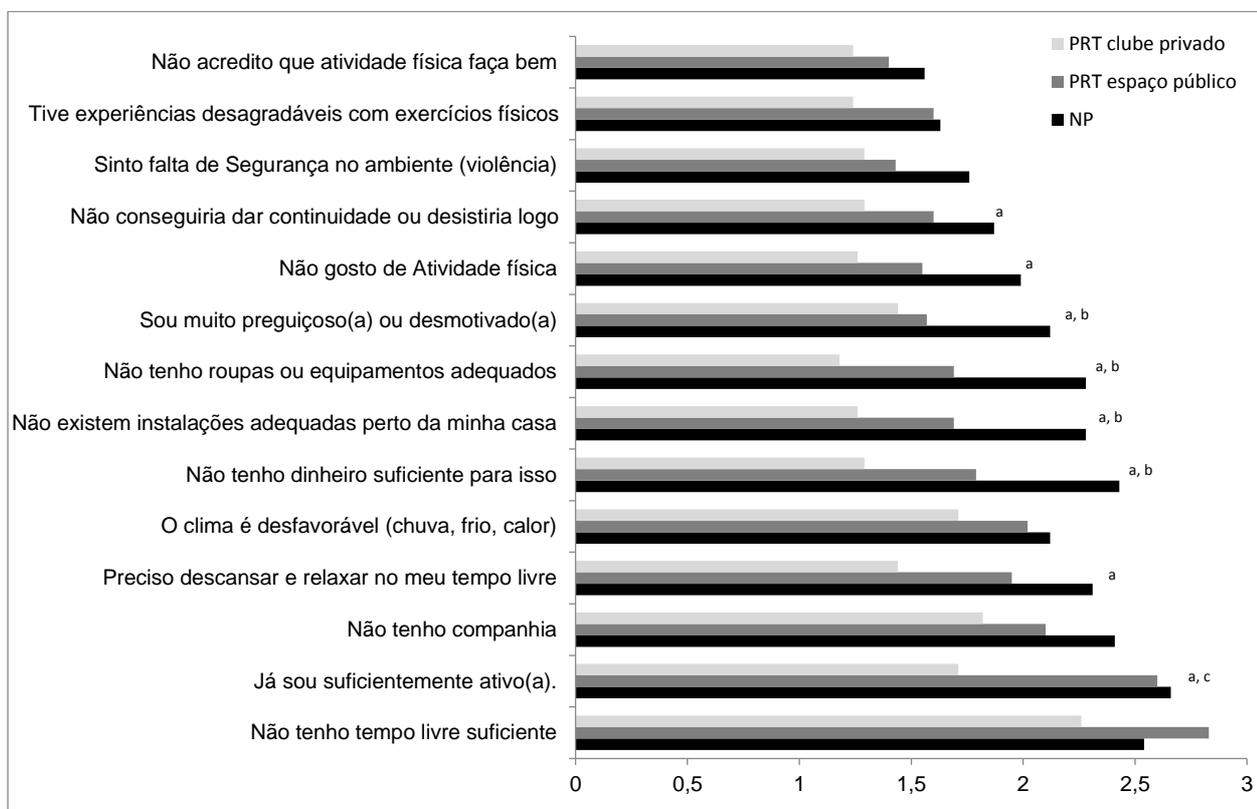


Figura 2. Barreiras percebidas para a prática recreacional do tênis de campo em praticantes recreacionais de um clube privado, de um espaço público e de não praticantes..

Notas: "a" indica diferença estatisticamente significativa ($p < 0,05$) entre NP e PRT do clube privado; "b" indica diferença estatisticamente significativa entre NP e PRT do espaço público; e, "c" indica diferença estatisticamente significativa entre PRT do espaço público e PRT do clube privado.

5. CONCLUSÃO

Esta dissertação de mestrado teve como objetivo identificar os fatores motivacionais, as barreiras e os facilitadores percebidos para a prática recreacional do tênis de campo amador, em adultos de Uruguaiana RS e fazer uma comparação ao que não praticam NP.

Os dados coletados e informações tabulados que não estão no corpo da dissertação, serão utilizados futuramente em publicações científicas que envolvam a temática proposta.

Mesmo que não seja recomendável generalizar os resultados obtidos nesta pesquisa, tendo em vista que o número de sujeitos não é suficiente para tal, é possível chegar a algumas conclusões importantes.

Os resultados indicaram que a saúde e a sociabilidade são os fatores que mais motivam entre os praticantes PRT da modalidade e NP. Os dados constataram que os principais fatores foram “para manter a saúde” e “sociabilidade” o que mostra preocupação com a manutenção do corpo e uma qualidade de vida e a interação social como fatores importantes desta prática esportiva. A motivação saúde pode ser compreendida de diversas formas, desde a ausência de doenças até a promoção da vida e do bem-estar, ou mesmo manter simplesmente com o corpo saudável, em um sentido que integre os aspectos biológicos, psicológicos e sociais. Controle do estresse, prazer, competitividade e estética foram os fatores menos citados como motivo para prática.

Em relação às barreiras, a “falta de tempo” configura-se com a principal barreira para a prática recreacional do tênis de campo. As mulheres e os NP percebem as barreiras de forma mais limitante para a prática recreacional do tênis de campo que os homens e os PRT, respectivamente. Por fim, PRT do clube privado e do espaço público percebem da forma similar às barreiras para a prática da modalidade.

Entretanto, pesquisas com base na literatura que envolvam PRT de campo, em espaços públicos ou privados, são escassos. Ainda assim, mais difícil de encontrar estudos que envolvam tenistas amadores, em comparação com não praticantes. No Brasil a temática tênis de campo, é somente voltada a elite profissional, deixando de lado a prática amadora.

Entretanto, são necessários mais estudos na área para um melhor entendimento de como esses elementos se integram na dinâmica geral de funcionamento das pessoas possibilitando dessa maneira a criação de modelos de orientação e de educação à prática regular de atividades físicas e medidas de motivação ao exercício que sejam adequados ao público em questão.

REFERÊNCIAS

ALVARADO M. Barriers and facilitators to physical activity amongst overweight and obese women in an Afro-Caribbean population: A qualitative study **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity** 2015. <https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12966-015-0258-5> . Acessado: em 14 de janeiro de 2018.

ABRAMS, G.D., RENSTROM, P.A., SAFRAN, M.R. Epidemiology of musculoskeletal injury in the tennis player. **Br J Sports Med**, v. 46, p. 492-498, 2012.

ALMEIDA. Priscila Alves. 110 anos de história e jogos: tênis clube Rio Branco. Edição 01 ano.2013. Edital Sul.

BAUMAN, E., REIS, J.F., SALLIS, J.C., WELLS, R.J.F., LOOS, B.W., MARTIN Correlates of physical activity: why are some people physically active and others not? **The Lancet.**, v.380 , p. 258-271,2012

BALBINOTTI, M. A. A., & CAPOZZOLI, C. J. Motivação à prática regular de atividade física: um estudo exploratório com praticantes em academias de ginástica. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 22 n.1 p.63-80. 2010.

BALBINOTTI, C.A.A CORTELA, C.C., GONÇALVES, G.H.T., KLERING, R.T.. **O “estado da arte” das publicações sobre tênis em periódicos nacionais**. Coleção Pesquisa em Educação Física - Vol. 15, n. 2, 2016 - ISSN: 1981-4313/2016. Acesso em <http://cienciaparaeducacao.org/eng/publicacao/cortela-caio-correa-goncalves-g-h-t-klering-r-t-balbinotti-c-a-a-o-estado-da-arte-das-publicacoes-sobre-tenis-em-periodicos-nacionais> Acesso: em : 13 de julho 2018.

BALBINOTTI, M.; SILVA, M. **Inventário de Motivação Aplicado a Atividade Física. Laboratório de Psicologia do Esporte** – Universidade Federal do Rio Grande do Sul: Porto Alegre, 2003.

BARBOSA, M. L. **Propriedades métricas do inventário de motivação à prática regular de atividade física (IMPRAFE-126)**. 2006. 140 f. Dissertação (Programa de Pós-Graduação em

Ciência do Movimento Humano) - Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2006.

BEDIMO-RUNG, Ariane LISSAN; MOWEN, Andrew; COHEN, Deborah. The significance of parks to physical activity and public health - A conceptual model. **American Journal of Preventive Medicine**, San Diego, v. 28, nº. 2, p. 159-168, fev. 2005.

BENTO, Gisele Grazielle et al. Motivação para a prática de atividades físicas e esportivas de crianças: uma revisão sistemática. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**. Florianópolis/SC, v. 22, n. 1, p. 1

ENGERS PB, Mauren Lúcia de Araújo BERGMANN GGB. Barreiras para atividade física em adolescentes: validade e reprodutibilidade de um instrumento. **Rev Bras Atividade Física Saúde**. V.19 (4): 504–6.2014 Disponível : http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1980-00372017000100001&script=sci_abstract&tlng=pt

BERTOZZI, P. Eu sou a lenda. **Revista Máquina do Esporte**: a revista do marketing esportivo. São Paulo, v. 6, nº. 1, 2008

BETHANCOUR, H.J; ROSENBERG, D.E; BEATTY, T; ARTERBURN, D. Barriers to and Facilitators of Physical Activity Program Use Among Older Adults. **Clinical Medicine & Research**. Volume 12, Number 1-2: p.10-20, 2014.

BIDDLE, S. J. H. Current trends in sport and exercise psychology research. **The Psychologist**, v.10, nº.2 p. 63-69. 1997

BRASIL 2015 Ministério do Esporte- ME – Diagnóstico nacional do esporte no Brasil – http://www.esporte.gov.br/diesporte/diesporte_grafica.pdf

CHIMINAZZO, J. Guilherme Cren **Síndrome de Burnout no esporte : a visão de técnicos de tenis de campo**. Universidade Estadual de Campinas. Faculdade de Educação Física. 2005 <http://repositorio.unicamp.br/jspui/handle/REPOSIP/274917> Acesso em: 13 julho 18.

CAPAZZOLLI , Carla Josefa. Motivação à prática regular de atividades físicas: um estudo com praticantes de academias de ginástica de Porto Alegre. Porto Alegre .2010.

COLOZZANTE, R. **Modelação competitiva do tempo de estímulo e pausa, deslocamentos e fundamentos realizados por tenistas participantes de torneios futures**. Piracicaba, 2007.

CARNEIRO, Luís; GOMES, Antônio Rui. Fatores pessoais, desportivos e psicológicos no comportamento de exercício físico. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**. São Paulo/SP, v. 21, n. 2, Mar/Abr, 2015.

CRESPO, M.; REID, M.; MILEY D. Applied **sport science for high performance tennis**. Londres: ITF Ltd, 2003, p. 7992.

CORTELA, C., Fuentes, J., Campos, L., Kist, C., Cortela, D. N. R. Iniciação esportiva ao tênis de campo: um retrato do programa play and stay à luz da pedagogia do esporte. **Conexões Educação Física, Esporte e Saúde**, v.2 n.10 p.214-234. (2012).

Disponível em <http://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/conexoes/article/view/8637683/5374>. Acesso: 14/05/2017

DA SILVA D. S.K.; GARCIA L.M.T.; SILVA J.A.; OLIVEIRA A.S.E.; TOTARO M. L.; Barriers associated with frequency of leisure-time physical activity among Brazilian adults of different income strata. **Medicine and Science in Sports** - February 2016

DA SILVA , PETROSKI EL, REIS RS. Barreiras e facilitadores de atividades físicas em frequentadores de parques públicos. **Motriz**. 2009; v.15 n° 2 p 19-27. 2009

DECI, E. L.; RYAN, R. M. The “What” and “Why” of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. **Psychological Inquiry**, Hove, v. 11, n°. 4, p. 227-268, 2000

DISHMAN, R. K. **Predicting and changing exercise and physical activity: what’s practical and what’s not**. Em H. A. Quinney, L. GAUVIN & A. E. T. Wall (Orgs.). Toward active living: proceedings of the international conference on physical activity, fitness, and health (pp. 97-106). Toronto: **Human Kinetics Publishers**. V. 5 n. 6p. 97-106). 1994

EIRAS S B. **Fatores de Adesão e Manutenção da Prática De Atividade Física por parte dos idosos**. Disponível em: <http://revista.cbce.org.br/index.php/RBCE/article/viewFile/705/410> Disponível acesso em: 14 novembro 2017.

FAHRENWALD, N.L.; WALKER, S.N. **Application of the Transtheoretical Model of Behavior Change to the Physical Activity Behavior of WIC Mothers**. Public health nursing. Utica, v. 20, n. 4, p. 307– 317, 2003. Disponível em :<http://dx.doi.org/10.1046/j.1525-1446.2003.20408.x> Acesso em: 17 de junho de 2018.

FREDERICK, C. M., & RYAN, R. M. Self-determination in sport: a review using cognitive evaluation theory. **International Journal of Sport Psychology**, v.26, n.5 p.23. 1995.

FALCÃO, R. Dossiê Psicologia no esporte. **Revista Psique**. v. 126, p. 36-49, agosto, 2016

GAUVIN, L. & SPENCE, J. C.; Psychological research on exercise and fitness: current research trends and future challenges. **The Sport Psychologist**, v. 9, p.434-448. 1995.

GARLIPP , Daniel Carlos; JAEGER Diogo Bezzi; Níveis de atividade física e fatores de risco em jogadores de futebol amador. *Corpus sci.* Rio de Janeiro v. 11 n. 1 p. 86-94 | jan./jun. 2015

GILES-CORTI B;, DONOVAN RJ;, PUCHER O.S.;;RENNE A.E. A influência relativa dos determinantes ambientais individuais, sociais e físicos da atividade física. **Soc. Sci. Med.**. v 54 n.12 p. 1793-1812. 2003;

GOMES L. A. M.L.; DAMASCENO M. L. S.; R. SILVA .; Ansiedade e desempenho: um estudo com uma equipe infantil de voleibol feminino. **Motriz**, Rio Claro, v.16 n.3 p.629-637, jul./set. 2007

GOUVEIA, M. J.; (2001). **Tendências da investigação na psicologia do esporte, exercício e actividade física**. *Análise Psicológica*, v.1 n.19 p.5- 14. 2001.

GUEDES, D. P.; SANTOS, C. A.; LOPES, C. C. Estágios de mudança de comportamento e prática habitual de atividade física em universitários. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, Florianópolis, v. 8, n. 4, p. 515, out./dez. 2007.

HALLAL PC,; VICTORA CG.; Reliability and validity of the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ). **Med Sci Sports Exerc.** V.36 n..3 p.556. 2004

HALLAL, P. C.; ANDERSEN, L. B.; BULL, F. C.; GUTHOLD, R.; HASKELL, W.; EKELUND, U. Global Physical Activity Levels: surveillance progress, pitfalls, and prospects. **The lancet.** 380:247-257, 2012. Disponível em : <http://www.epidemiology.org.br/uploads/teses/dissert%20Reichert.pdf>

HASKELL WL, LEE IM, PATE RR, POWELL KE, BLAIR SN, FRANKLIN BA, ET AL. Physical activity and public health: updated recommendation for adults from the American College of Sports Medicine and the American Heart Association. **Med Sci Sports Exerc.** 2007;39(8):1423-34.

HIRAYAMA, M. S., COSTA, J. L. R., FERREIRA, L., LOPES, A. G., CORAZZA, D. I., STELLA, F. & Gobbi, S. . **Barreiras à prática de atividade física e qualidade de vida em parkinsonianos** *Gerontologia*, 12 (1, Suplemento), 72 .2006

HIRAYAMA, M. S.; IRAYAMA, M. S. Atividade física e Doença de Parkinson: Mudança de comportamento, auto-eficácia, barreiras percebidas e qualidade de vida. 2005. Dissertação (Mestrado em Ciências da Motricidade)– Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, Rio Claro, 2005.

IBM SPSS Statistics Software **SPSS**, versão 21.0. IBM Software

ISHIZAKI, Márcio T.; CASTRO, Mara S. A. **Tênis: aprendizagem e treinamento**. 2.ed. São Paulo, SP: Phorte, 2008

JORDÁN, Onofre Ricardo Contreras et al. **Iniciación a los deportes de raqueta**. Barcelona: Editorial Paidotribo, 2007

ITF 2006-ITF **International Tennis Federation** Disponível em <http://www2.uol.com.br/tenisbrasil/especiais/tenis2000.htm>. Acesso em: 29 de abril de 2018. Acesso 11/05/2017.

LEE RC, WANG Z, HEO M, ROSS R, JANSSEN I, HEYMSFIELD SB. **Total-body skeletal muscle mass: development and cross-validation of anthropometric prediction models**. Am J Clin Nutr 2000;72:796-803 2012

LEE, I. M.; HASKELL, W. L.; PATE, R. R.; POWELL, K. E.; BLAIR, S. N.; FRANKLIN, B. A.; MACERA, C. A.; HEATH, G. W.; THOMPSON, P. D.; BAUMAN, A. **Physical Activity and Public Health: Updated Recommendation for Adults from the American College of Sport Medicine and the American Heart Association**. Medicine and Science in Sports and Exercise, Madison, v. 3, n. 2, p. 1423- 1434, 2009.

LIZ, Carla Maria; ANDRADE, Alexandre. Análise qualitativa dos motivos de adesão e desistência da musculação em academias. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 38, n. 3, p. 267-274, 2016.

MAIA, J.A.R. O prognóstico de desempenho do talento esportivo: uma análise crítica. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, v. 10, n. 2, p. 179-193, 1996.

MAILEY, E.L; HUBERTY, J; DINKEL, D; MCAULEY, E. Physical activity barriers and facilitators among working mothers and fathers. **Bio Med Central Public Health**, v.14 p.657, 2014.

MASSA. M. **Desenvolvimento de judocas brasileiros talentosos**. 2006. Tese (Doutorado) - Universidade de São Paulo, São Paulo, 2006.

MATOS, Telma Sara Queiroz **Fatores motivacionais relacionados a prática do tênis amador**. http://www.semanaacademica.org.br/area/psicologia_2008

MEURER, S.T .; T.R.B.BENEDETTI & G.Z.MAZO.; **Fatores motivacionais de idosos praticantes de exercícios físicos: um estudo baseado na teoria da autodeterminação**

Estudos de Psicologia, 17(2), , 299-303 maio-agosto/2012 Acesso em <http://www.scielo.br/pdf/rbme/v21n1/1517-8692-rbme-21-01-00057.pdf> Julho de 2018.

MUELLER, J.; RODRIGUES, O. (2009). O tênis nas escolas: uma prática apropriada a cultura escolar. En Balbinotti, C (Ed), **O ensino do tênis: novas perspectiva de aprendizagem.** (pp.61-79). Disponível https://books.google.co.cr/books/about/O_Ensino_do_T%C3%AAAnis_Novas_Perspectivas_d_e.html?id=o4npCtRT3FsC&redir_esc=y

MURCIA, J. A. M., CAPAZZOLLI R.T.; GIMENO, E. C., & COLL, D. G-C. **Analizando la motivación en el deporte: un estudio a través de la teoría de la autodeterminación.** Apuntes de Psicología. Vol. 25, n.1, p. 35-51. ISSN 0213-3334.2007

MURCIA, J., SANMARTÍN, M., & CAMACHO, LORES, A., Á. 2007. **Motivos de práctica físico-deportiva según la edad y el género en una muestra de universitarios.** Apuntes, v. 76, p.13-21.2007

MAZO, Janice Zarpellon; BALBINOTTI, Carlos Adelar. A história do Tênis na era Moderna. In: BALBINOTTI, Carlos Adelar (Org.). **O ensino do tênis: novas perspectivas de aprendizagem.** Porto Alegre: Artmed, 2009.

MIRANDA, J. M. DE Q. O jogo de tênis de campo e suas implicações energéticas. **São Paulo Science in Health.** 2011.

NAHAS, M. V.; BARROS, M. V. G. ; FRANCALACCI, V. O Pentáculo do Bem Estar; Base Conceitual para Avaliação do Estilo de Vida de Indivíduos ou Grupos. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde;** v.5,n.2, 2000.

OJA P, et al. "**Associations Of Specific Types Of Sports And Exercise With All-Cause And Cardiovascular-Disease Mortality: A Cohort Study Of 80,306 British Adults**". *British Journal of Sports Medicine.* 2016. doi: 10.1136/bjsports –v.09 p.6822. 2016.

OLIVEIRA F. O.; PIRAJÁ C.W.; SILVA P.A.; C. P. F. PRIMO.; **Benefícios da Prática de Atividade Física Sistematizada No Lazer De Idosos: Algumas** Licere, Belo Horizonte, v.18, n.2, jun/2015

PITANGA, F. G. et al. Prevalência e fatores sociodemográficos e ambientais associados à atividade física no tempo livre e no deslocamento em adultos. **Revista Motricidade**, v. 10, n. 1, p. 3-13, 2014.

PISTORIO, Santo Carmello. **Tenis: noções básicas** (para leigos e principiantes). Porto Alegre, RS: Literalis, 2004.

PLUIM, B. M. et al.; Tennis injuries: occurrence, aetiology, and prevention. **British journal of sports medicine**, v. 40, n. 5, p. 415-423, 2006..

ALMEIDA, P.; **Cem anos do tênis Club Rio Branco**. Uruguaiana , Viapampa 2013.

PATHFINDER. International. Straight to the Point: Identificando e Priorizando Necessidade de Mudança de Comportamento. A global leader in sexual and reproductive health. 2013. Disponível em: <<http://www.pathfinder.org/publications-tools/identificando-e-priorizando.html>>. Acesso em: 11 jan. 2016

PLUIM, B. M., STAAL, J. B., WINDLER, G. E., JAYANTHI, N. (2006). Tennis injuries: occurrence, aetiology, and prevention. **British journal of sports medicine**, v. 5 n.40. p. 415-423 Disponível em : <http://dx.doi.org/10.1136/bjism.2005.023184>. Acesso:16/072017.

PATEL, D.R. *et al.* Major International Sport Profiles, **Pediatr Clin N Am**, v. 49, p. 769–792, 2002.

REICHERT F. F. **Barreiras à Prática De Atividades Físicas: Prevalência e Fatores Associados** v.4 p. 4-8 2007.

REICHERT, Felipe Fossati. **Barreiras à prática de atividades físicas: prevalência e fatores associados**. 2004. 119 f. Dissertação (Mestrado em Epidemiologia) - Faculdade de Medicina, Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, 2004.

RYAN, R. M. & DECI, E. L. BLANCHARD A.L.. **Selfdetermination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being**. *American Psychologist*, v.55 n.1, p.68-78, 2000.

SALLIS JF, GILES-CORTI; DONOVAN, 2003; PUCHER; RENNE, et al. **Distance between homes and exercise facilities related to frequency of exercise among San Diego residents**. Public Health Rep v.2 n.105 p.179–185. 1990

SALLIS JF, OWEN N. **Physical activity & behavioral medicine**. Thousand Oaks, California: SAGE; 1999.

SALLIS, J.F. & OWEN, N. **Physical Activity & Behavioral Medicine**. Califórnia: 2006

SALUM, C. El tenis en la escuela. Stadium.1987. **TÊNIS VIRTUAL: O site do tênis**. Disponível em: <http://www.tenisvirtual.com.br/09/2012/festa-brasileira-em-sao-jose-do-riopreto/> Acesso em 25/05/2018.

SAMULSKI, D. **Psicologia do esporte**: 1ª ed., Barueri, SP: Manole, 2002.

SAMULSKI, D. **Psicologia do esporte: conceitos e novas perspectivas**, 2ª ed., Barueri, SP: Manole, 1992.

SAMPEDRO, Lisiane Borges Rocha et al. Motivação à prática regular de atividades físicas: um estudo com praticantes de taekwondo. **Pensar a Prática**, Goiânia/GO, v. 17, n. 1, p. 01294, jan./mar. 2014.

SAMULSKI, D. **Psicologia do Esporte**. Belo Horizonte: Imprensa Universitária/UFMG, 1992.

SCOTT, D.; JACKSON, E.L. Factors that limit and strategies that might encourage people's use of public parks. **Journal of Park Recreation Administration**. Spring, v. 14, n. 1, p. 1–17,1996.

SERON, Bruna BARBOZA; ARRUDA, Gustavo AIRES de and GREGUOL, Márcia. Facilitadores e barreiras percebidas para a prática de atividade física por pessoas com deficiência motora. **Rev. Bras. Ciênc. Esporte**[online]. 2015, vol.37, n.3, pp.214-221. ISSN 0101-3289. Disponível: <http://dx.doi.org/10.1016/j.rbce.2013.09.003> . acesso em 14/04/2018

SHARP, M. G. **Tênis: golpes básicos**. Rio de Janeiro: Ao Livro Técnico, 1979.

SOARES, M.M.; KOCH. M. Por que adolescentes praticam esporte? Uma análise sobre quem os motiva a praticar. **Revista digital efdeportes**. Ano 15. Num.151. 2010. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd151/por-que-adolescentes-praticam-esporte.htm>. Acessado em 05/03/2018.

SALLIS J.E. , E. CERIN, T.L. CONWAY, M.A. ADAMS, L.D. Frank, M. Pratt, *et al.* **Physical activity in relation to urban environments in 14 cities worldwide: a cross-sectional study** *The Lancet.*, V. 387 , p. 2207-2217,2016

STAFFORD, M. 2008; MCGINN et al., 2007; KIRCHHOFF et al., f2008. Tackling inequalities in health: evaluating the New Deal for Communities initiative. **Journal of epidemiology and community health.** London, v. 62, n.4, p. 298- 304, 2008. <http://dx.doi.org/10.1136/jech.2006.058628> Acessado em: 03 março de 2017.

SERON, B. B.; ARRUDA, G. A. DE; GREGUOL, M. Facilitadores e barreiras percebidas para a prática de atividade física por pessoas com deficiência motora. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 37, n. 3, p. 214–221, jul. 2015.

STUCCHI, Dr. Sergio. O jogo de tênis como uma prática a favor da qualidade de vida no campo do esporte de lazer. Faculdade de Educação Física/UNICAMP - **Conexões**, v. 2, n.1, 2004

VAZ, F. **ABS do Tênis**. Lisbo: Editora Presença, 1977.

VESPASIANO, B.S.; DIAS,R.; CORREA,D.A. A utilização do Questionário Internacional de Atividade Física (Ipaq) como ferramenta diagnóstica do nível de aptidão física: uma revisão no Brasil. **Saúde em Revista**. Piracicaba, v. 12, n. 32, p. 49-54, 2012.

WARBURTON, Darren ER; NICOL, Crystal Whitney; BREDIN, Shannon SD. Health **benefits of physical activity: the evidence**. Canadian medical association journal, v. 174, n. 6, p. 801-809, 2006.

WEINBERG, R. S. & GOULD, D. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. Porto Alegre: Artmed, 2001.

APÊNDICE-01
– TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

UNIVERSIDADE FEDERAL DO PAMPA –UNIPAMPA
TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Título do projeto: Barreiras, facilitadores e motivação para a prática amadora do tênis em adultos.

Pesquisador responsável: Gabriel Gustavo Bergmann

Pesquisadores participantes: Ismael Jung Sanchothene

Instituição: Universidade Federal do Pampa – Unipampa

Telefone celular do pesquisador para contato (inclusive a cobrar): (55) 996099844

Você está sendo convidado (a) para participar, como voluntário (a), em uma pesquisa que tem como título: **Barreiras, facilitadores e motivação para a prática amadora do tênis em adultos.**

A pesquisa faz parte do trabalho de conclusão de curso de Pós-Graduação em Educação Física da Universidade Federal de Santa Maria – Campus Santa Maria, e tem por objetivo identificar os fatores motivacionais, as barreiras e os facilitadores percebidos para a prática do tênis amador em adultos. Este estudo se justifica pela necessidade de realizarmos um diagnóstico sobre os determinantes de prática de atividade física e barreiras, motivação e facilitadores para a prática da AF, devido ao rápido crescimento na prevalência das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) associados a fatores de estilo de vida inativo e aumento de comportamentos de risco à saúde.

Por meio deste documento e a qualquer tempo você poderá solicitar esclarecimentos adicionais sobre o estudo em qualquer aspecto que desejar. Também poderá retirar seu consentimento ou interromper a sua participação no estudo, a qualquer momento, sem sofrer qualquer tipo de penalidade ou prejuízo. Caso você tenha qualquer dúvida ou perguntas relativas ao estudo, mesmo após a assinatura do termo, você poderá contatar, inclusive a

cobrar, o Comitê de ética da Instituição (55) 984541112) ou os pesquisadores Prof. Dr. Gabriel Gustavo Bergman (55) 9199-3926 e Ismael Jung Sanchoene (55) 996099844.

Após ser esclarecido (a) sobre as informações a seguir, no caso de aceitar participar do estudo, assine ao final deste documento, que está em duas vias. Uma delas é sua e a outra será arquivada pelo pesquisador responsável.

Para participar deste estudo você não terá nenhum custo, nem receberá qualquer vantagem financeira. Os gastos necessários para sua participação na pesquisa serão assumidos pelos pesquisadores.

Sua identidade permanecerá em sigilo e você poderá desistir de participar do estudo a qualquer momento, sem qualquer forma de penalização.

Fazendo parte do estudo, você será convidado(a) a responder perguntas do questionário sobre: sua atividade física habitual (frequência e intensidade), barreiras percebidas na não adesão à prática de atividade física e dados relativos a motivação da prática do tênis e índice de massa corporal. Você não correrá nenhum tipo de risco, entretanto, poderá sentir desconforto ou constrangimento ao responder o questionário, pelo fato deste conter questões de cunho pessoal e profissional, o que é inerente a qualquer tipo de questionário. Neste caso, poderá interromper a coleta de dados, se assim quiser. Durante todo o processo da pesquisa você será acompanhado (a) pelos pesquisadores, os quais agendarão previamente todas as coletas de dados.

Como vantagem pela participação neste estudo, você receberá por e-mail um relatório com seus resultados, haverá também, benefícios indiretos através da contribuição com a área de pesquisa.

O seu nome e identidade serão mantidos em sigilo, e os dados da pesquisa serão armazenados pelo pesquisador responsável. Os resultados poderão ser divulgados em publicações científicas.

Nome do Participante da Pesquisa / ou responsável: _____

Assinatura do Participante da Pesquisa

Nome do Pesquisador Responsável: _____

Assinatura do Pesquisador Responsável

Local e data _____

Se você tiver alguma consideração ou dúvida sobre a ética da pesquisa, entre em contato: Comitê de Ética em Pesquisa – CEP/Unipampa – Campus Uruguaiana – BR 472, Km 592, Prédio Administrativo – Sala 23, CEP: 97500-970, Uruguaiana – RS. Telefones: (55) 3911 0200 – Ramal: 2289, (55) 3911 0202. Telefone para ligações a cobrar: (55) 8454 1112. E-mail: cep@unipampa.edu.br

APÊNDICE 02 CARTA DE APRESENTAÇÃO AO PODER PÚBLICO



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA MARIA
CENTRO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTOS
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA
CURSO DE MESTRADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA



Secretaria Municipal de Esporte, Lazer e Cultura e Tênis Clube Rio Branco

Exmo. Secretário; Exmo. Presidente

CARTA DE APRESENTAÇÃO

Uruguaiana, 15 de agosto de 2018

Prezado Secretário;

Por meio desta apresento como acadêmico **Ismael Jung Sanchotene**, do curso de Mestrado em Educação Física – UFSM, devidamente matriculado na Universidade, que está realizando a pesquisa intitulada “Barreiras, facilitadores e motivação para a prática amadora do tênis em adultos.”. O objetivo do estudo verificar e identificar os fatores motivacionais, as barreiras e os facilitadores percebidos para a prática do tênis amador em adultos. Na oportunidade, solicito autorização para que realizar a pesquisa através da coleta de dados por questionário com os usuários do local.

Quero informar que o caráter ético desta pesquisa assegura a preservação da identidade das pessoas participantes, bem como, do estabelecimento. Uma das metas para a realização deste estudo é o comprometimento do pesquisador em possibilitar, aos participantes, um retorno dos resultados da pesquisa. Solicito ainda a permissão para a divulgação desses resultados e suas respectivas conclusões, em forma de pesquisa, preservando sigilo e ética, conforme termo de consentimento livre e esclarecido que será assinado pelo participante e seus responsáveis. Esclareço que tal autorização é uma pré-condição. Agradeço vossa compreensão e colaboração no processo de desenvolvimento deste futuro profissional e do desenvolvimento de pesquisas científicas em nossa região.

Att.

Ismael Jung Sanchotene
Aluno do mestrado

Prof. Dr. Gabriel Gustavo Bergmann – UFSM
Coordenador da Pesquisa

QUESTIONÁRIO

ANEXOS

QUESTIONÁRIO PROJETO DE MESTRADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA UFSM

1. INDICADORES SOCIODEMOGRÁFICOS

Seu nome e identidade serão mantidos em sigilo, os dados da pesquisa serão armazenados pelos pesquisadores responsáveis. Caso queira, você poderá receber seus resultados ao final do estudo.

- Não quero receber meus resultados
 Sim, quero receber meus resultados.

E-mail para envio dos resultados: _____

Dados pessoais

1.1 Nome completo: _____

1.2 Sexo: masculino feminino **1.3 Idade:** _____ (anos completos)

1.4 Qual é o seu grau de escolaridade?

- Sem escolaridade
 Fundamental incompleto
 Fundamental completo
 Médio incompleto
 Médio completo
 Superior incompleto
 Superior completo
 Pós graduado

1.5 Profissão: _____

1.6 Qual é aproximadamente a sua renda familiar mensal?

- nenhuma renda.
 Até 1 salário mínimo (até R\$ 954,00).
 De 1 a 3 salários mínimos (de R\$ 954,01 até R\$ 2.862,00).
 De 3 a 6 salários mínimos (de R\$ 2.862,01 até R\$ 5,724,00).
 De 6 a 9 salários mínimos (de R\$ 5.724,01 até R\$ 8,586 ou mais).

1.7 Qual o seu estado civil?

- Solteiro(a).

- Casado(a).
 separado(a) /desquitado (a) /divorciado (a).
 Viúvo (a).
 Outro
-

2 INDICADORES DE SAÚDE

2.1 Em sua opinião, qual o principal benefício com a prática do tênis?

2.2 Massa corporal: _____ 2.3 Estatura: _____ 2.4 IMC: _____

ATIVIDADE FÍSICA HABITUAL (QUESTIONÁRIO IPAQ)

Para responder as questões lembre que: atividades físicas VIGOROSAS são aquelas que precisam de um grande esforço físico e que fazem respirar MUITO mais forte que o normal atividades físicas MODERADAS são aquelas que precisam de algum esforço físico e que fazem respirar UM POUCO mais forte que o normal

Para responder as perguntas pense somente nas atividades que você realiza por pelo menos 10 minutos contínuos de cada vez.

2.5 Em quantos dias da última semana você CAMINHOU por pelo menos 10 minutos contínuos em casa ou no trabalho, como forma de transporte para ir de um lugar para outro, por lazer, por prazer ou como forma de exercício?

- zero dias
 1 dia
 2 dias
 3 dias
 4 dias
 5 dias
 6 dias
 7 dias

2.6 Nos dias em que você CAMINHOU por pelo menos 10 minutos contínuos quanto tempo no total você gastou caminhando por dia?

- Até 10 minutos por dia

- até 20 minutos por dia
- até 30 minutos por dia
- até 40 minutos por dia
- até 50 minutos por dia
- até 60 minutos por dia
- de 1 hora e 30 minutos por dia
- mais de 2 horas por dia

2.7 Em quantos dias da última semana, você realizou atividades MODERADAS por pelo menos 10 minutos contínuos, como por exemplo pedalar leve na bicicleta, nadar, dançar, fazer ginástica aeróbica leve, jogar vôlei recreativo, carregar pesos leves, fazer serviços domésticos na casa, no quintal ou no jardim como varrer, aspirar, cuidar do jardim, ou qualquer atividade que fez aumentar moderadamente sua respiração ou batimentos do coração (POR FAVOR NÃO INCLUA CAMINHADA)

- zero dias
- 1 dia
- 2 dias
- 3 dias
- 4 dias
- 5 dias
- 6 dias
- 7 dias

2.8 Nos dias em que você fez essas atividades MODERADAS por pelo menos 10 minutos contínuos, quanto tempo no total você gastou fazendo essas atividades por dia?

- Até 10 minutos por dia
- até 20 minutos por dia
- até 30 minutos por dia
- até 40 minutos por dia
- até 50 minutos por dia
- até 60 minutos por dia
- de 1 hora e 30 minutos por dia
- mais de 2 horas por dia

2.9 Em quantos dias da última semana, você realizou atividades VIGOROSAS por pelo menos 10 minutos contínuos, como por exemplo correr, fazer ginástica aeróbica, jogar futebol, pedalar rápido na bicicleta, jogar basquete, fazer serviços domésticos pesados

- zero dias
- 1 dia
- 2 dias
- 3 dias
- 4 dias

- 5 dias
- 6 dias
- 7 dias

2.10 Nos dias em que você fez essas atividades VIGOROSAS por pelo menos 10 minutos contínuos quanto tempo no total você gastou fazendo essas atividades por dia?

- Até 10 minutos por dia
- até 20 minutos por dia
- até 30 minutos por dia
- até 40 minutos por dia
- até 50 minutos por dia
- até 60 minutos por dia
- de 1 hora e 30 minutos por dia
- mais de 2 horas por dia.

3 HISTÓRICO DA PRÁTICA DE TÊNIS (NÃO PRATICANTE PULAR PARA A NUMERAL 4.1)

3.1 Há quanto tempo você pratica o tênis?_____ (Resposta em meses ou anos)

3.2 Antes da disponibilidade das quadras públicas você já praticava tênis?

Sim Não. **3.3 Se sim, em qual local você praticava?** _____

3.4 Você continua praticando neste local? Sim Não

3.5 Sua experiência com a modalidade sempre foi amadora ou teve experiência profissional? (
)amadora profissional

3.6 Com que regularidade, em média, você pratica o tênis?

- 01x mês
- 01x a cada quinze dias
- 01x p/semana,
- 02 x p/semana,
- 03x p/semana
- 04 x p/semana
- 05 x p/ semana ou mais.

3.7 Nos dias em que você pratica, em média, quanto tempo você joga?

- 30 minutos
- 60 minutos
- 90 minutos
- 120 minutos
- 150 minutos

- () 180 minutos
 () 210 minutos
 () 220 minutos
 () 250 minutos ou mais

3.8 Em uma escala de 01 a 10, sendo um nenhum esforço 01 e 10 esforço máximo, como você percebe seu esforço físico na maioria dos dias em que pratica tênis? (escala de Borg adaptada será apresentada ao participante para que ele marque sua percepção de esforço)

()

ESCALA DE BORG ADAPTADA PERCEPÇÃO DE ESFORÇO		
0	REPOUSO	
1	DEMASIADO LEVE	
2	MUITO LEVE	
3	MUITO LEVE-LEVE	
4	LEVE	
5	LEVE-MODERADO	
6	MODERADO	
7	MODERADO-INTENSO	
8	INTENSO	
9	MUITO INTENSO	
10	EXAUSTIVO	

3.9 Você atualmente pratica alguma atividade física regular além do tênis?

() Sim () Não. 3.10 Se sim, qual atividade? _____

3.11 Quantas vezes na semana _____ 3.12 Há quanto tempo? _____

4 BARREIRAS, FACILITADORES E MOTIVAÇÃO PARA A PRÁTICA DO TÊNIS

4.1 Quais são os principais facilitadores para você praticar de tênis?

4.2 Quais são as principais barreiras para você praticar tênis?

4.3 Quais são suas principais motivações para praticar tênis?

QUESTÕES 4.1; 4.2 e 4.3 (somente para não tenistas)

RESPONDER (NÃO TENISTA)

4.1 Caso viesse a praticar o tênis, quais são os principais facilitadores para você praticar de tênis? _____

4.2 Caso viesse a praticar o tênis ,quais são as principais barreiras para você praticar tênis?

4.3 Caso viesse a praticar o tênis , quais são as principais barreiras para você praticar tênis?

4.4 Os fatores relacionados abaixo são situações comuns entre as pessoas. Considerando os últimos 6 meses, assinale com um X com que frequência eles atrapalham ou impediram você de praticar tênis.

Barreiras para sua prática de tênis	Nunca	Poucas Vezes	Algumas Vezes	Muitas Vezes	Sempre
Não tenho tempo livre suficiente					
Já sou suficientemente ativo(a).					
Não tenho companhia					
Não tenho dinheiro suficiente para isso					
Tive experiências desagradáveis com exercícios físicos					
Não existem instalações adequadas perto da minha casa					
Preciso descansar e relaxar no meu tempo livre					
Sou muito preguiçoso(a) ou desmotivado(a)					
Não gosto de Atividade física					
Não tenho roupas ou equipamentos adequados					
Não conseguiria dar continuidade ou desistiria logo					
Não acredito que atividade física faça bem					
Sinto falta de Segurança no ambiente (violência)					
O clima é desfavorável (chuva, frio, calor)					

*Adaptado de Hirayama et al., 2006)

4.5 Cada fator você deverá assinalar se esse ajuda, não interfere ou atrapalha a prática de tênis.

Indicadores	Ajuda	Não interfere	Atrapalha
Simpatia do profissional			
Conhecimento do profissional			
Apoio da família			
Divulgação de informação			
Segurança do ambiente			
Equipamentos			
Disposição			
Atitude das demais pessoas			
Horário da atividade			
Acessibilidade arquitetônica			
Clima			
Transporte			
Custo financeiro			

(Adaptado Seron et al., 2015)

IMPRAF-54 - INVENTÁRIO DE MOTIVAÇÃO À PRÁTICA REGULAR DE ATIVIDADE FÍSICA

Este inventário visa conhecer melhor as motivações que o levam a realizar (ou o mantém realizando) A PRÁTICA DE TÊNIS. As informações (ou itens) descritos abaixo podem ou não representar suas próprias motivações. Indique, de acordo com a escala abaixo, o quanto cada afirmação representa sua própria motivação para PRATICAR TÊNIS. Note que, quanto maior o valor associado a cada afirmação, mas motivadora ela é para você. Responda todas as questões de forma sincera, não deixando nenhum item em branco.

- 1- Isto me motiva pouquíssimo
- 2- Isto me motiva pouco
- 3- Mais ou menos – não sei dizer – tenho dúvida
- 4- Isto me motiva muito
- 5- Isto me motiva muitíssimo

PRÁTICO TÊNIS PARA:

1. 1. diminuir a irritação. 2. adquirir saúde; 3.encontrar amigos 4.ser campeão no esporte. 5.ficar com corpo bonito; 6.atingir meus ideais;	2. 7. Ter sensação de repouso; 8. melhorar a saúde; 9. Estar com outras pessoas; 10.competir com os outros; 11.ficar com o corpo definido; 12.alcançar meus objetivos;	3. 13.ficar mais tranquilo 14.manter a saúde; 15.reunir amigos; 16.ganhar prêmios; 17.ter um corpo definido; 18.realizar-me
4. 19.diminuir a ansiedade; 20.ficar livre de doenças; 21.estar com amigos; 22.se o melhor no esporte;	5. 25.diminuir a angústia pessoal 26.viver mais; 27.fazer novos amigos; 28.ganhar dos adversários;	6. 31.ficar sossegado 32.ter índices saudáveis de aptidão física 33.conversar com outras pessoas; 34.concorrer com os outros;

23.manter o corpo em forma; 24.ober satisfação;	29.sentir-me bonito; 30.atingir meus objetivos;	35.tornar-me atraente; 36.meu próprio prazer;
7. 37.descansar; 38.não ficar doente; 39.brincar com meus amigos; 40.vencer competições 41.manter-se em forma 42.ter a sensação de bem estar	8. 43.tirar o stress mental 44.crescer com saúde 45.fazer parte de um grupo de amigos 46.ter retorno financeiro 47.manter um bom aspecto físico 48.me sentir bem	9. 49.ter sensação de repouso 50.viver mais 51.reunir meus amigos 52.ser o melhor no esporte 53.ficar com o corpo definido 54. realizar-me

(Balbinot & Barbosa. Inventário de Motivação à pratica regular de atividade física, 2006.)

FOLHA DE RESPOSTAS – IMPRAF-54

Folha de Respostas													
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	V	B		
1	<input type="checkbox"/>	7 <input type="checkbox"/>	13 <input type="checkbox"/>	19 <input type="checkbox"/>	25 <input type="checkbox"/>	31 <input type="checkbox"/>	37 <input type="checkbox"/>	43 <input type="checkbox"/>	49 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
2	<input type="checkbox"/>	8 <input type="checkbox"/>	14 <input type="checkbox"/>	20 <input type="checkbox"/>	26 <input type="checkbox"/>	32 <input type="checkbox"/>	38 <input type="checkbox"/>	44 <input type="checkbox"/>	50 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
3	<input type="checkbox"/>	9 <input type="checkbox"/>	15 <input type="checkbox"/>	21 <input type="checkbox"/>	27 <input type="checkbox"/>	33 <input type="checkbox"/>	39 <input type="checkbox"/>	45 <input type="checkbox"/>	51 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
4	<input type="checkbox"/>	10 <input type="checkbox"/>	16 <input type="checkbox"/>	22 <input type="checkbox"/>	28 <input type="checkbox"/>	34 <input type="checkbox"/>	40 <input type="checkbox"/>	46 <input type="checkbox"/>	52 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
5	<input type="checkbox"/>	11 <input type="checkbox"/>	17 <input type="checkbox"/>	23 <input type="checkbox"/>	29 <input type="checkbox"/>	35 <input type="checkbox"/>	41 <input type="checkbox"/>	47 <input type="checkbox"/>	53 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
6	<input type="checkbox"/>	12 <input type="checkbox"/>	18 <input type="checkbox"/>	24 <input type="checkbox"/>	30 <input type="checkbox"/>	36 <input type="checkbox"/>	42 <input type="checkbox"/>	48 <input type="checkbox"/>	54 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		

A apuração pode se feita manualmente pelo examinador ou pelos respondentes. Para obter os escores brutos basta somar as respostas (valores de 1 a 5) nas linhas da Folha de Resposta, incluindo apenas as colunas 1 a 8 (conforme se vê na Figura 4). Escreva a soma de cada linha na coluna B. Estes valores correspondem aos escores brutos para cada dimensão

ANEXO PARECER DO COMITÊ DE ÉTICA

UFPEL - ESCOLA SUPERIOR
DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA
UNIVERSIDADE FEDERAL DE



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Barreiras, facilitadores e motivação para a prática amadora do tênis em adultos

Pesquisador: Gabriel Gustavo Bergmann

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 07490519.2.0000.5313

Instituição Proponente: Escola Superior de Educação Física da Universidade Federal de Pelotas

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 3.213.820

Apresentação do Projeto:

A introdução apresenta uma adequada contextualização do tema e justifica o problema apresentado. A metodologia é clara e detalhada. Será realizado um estudo descritivo transversal com abordagem quantitativa. População são praticantes adultos de tênis amador na cidade de Uruguaiana/RS. A amostra composta com aproximadamente 60 tenistas amadores frequentadores do Juventude Atlético Clube (hoje atual Secretaria Municipal de Esporte, Lazer e Cultura-SMELC de Uruguaiana/RS), localizadas na região Centro- Urbana da cidade de Uruguaiana- RS. A seleção da amostra será por conveniência onde todos os tenistas amadores dos dois sexos frequentadores do Juventude Atlético Clube com idade de 18 anos ou mais, serão convidados a fazer parte do estudo. Para aumentar a possibilidade de contato com o maior número possível de tenistas amadores, os pesquisadores visitarão o espaço em diferentes dias da semana, incluindo os finais de semana, nos três turnos do dia (manhã, tarde e noite). Procedimento de coleta de dados: Após a liberação do poder público, aprovação do Comitê de ética em pesquisas com seres humanos e anuência dos tenistas amadores, a coleta de dados será iniciada. Os praticantes amadores de tênis serão abordados no local e serão informados quanto aos objetivos e procedimentos da pesquisa. Em seguida serão convidados a participar do estudo recebendo o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Aceitando participar, responderão um questionário contendo informações sociodemográficas, sobre o histórico em relação à prática do tênis, sobre os fatores motivacionais para a prática, e sobre as barreiras e os facilitadores percebidos para a prática do tênis.

Endereço: Luis de Camões,625

Bairro: Tablada

CEP: 96.065-000

UF: RS

Município: PELOTAS

Telefone: (51)3273-2752

E-mail: ajrombaldi@gmail.com

UFPEL - ESCOLA SUPERIOR
DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA
UNIVERSIDADE FEDERAL DE



Continuação do Parecer: 3.213.620

Instrumentos de coleta de dados: Para análise da motivação será aplicado o inventário adaptado de motivação a prática regular de atividades física e esportiva (IMPRAFE- 54) (BALBINOTTI; BARBOSA, 2008). O IMPRAFE-54 é um inventário que avalia as seis dimensões associadas à motivação à prática regular de Atividades Físicas e Esportivas. Trata-se de 54 itens separados em 9 blocos agrupados em 6 itens cada um. O bloco de número 9 é composto de seis questões repetidas (escala de verificação). Este questionário avalia as seis dimensões motivacionais mais comumente aceitas pela literatura (BARBOSA, 2008) e associadas à motivação para a realização de atividade física regular. Nesta pesquisa utilizaremos o Controle de Estresse (CE), Saúde (Sa), Sociabilidade (So), Competitividade (Co), Estética (Es) e Prazer (Pr). Trata-se de 30 itens agrupados 5 a 6, observando a sequência das dimensões e perfazendo um total de 30 questões. As respostas aos itens do IMPRAFE- 54 são dadas conforme uma escala bidirecional, de tipo LIKERT, graduada em cinco pontos, indo de "isto me motiva poucoíssimo" (1) a "isto me motiva muitíssimo" (5). Os sujeitos da pesquisa levam não mais de 15 minutos para responder o inventário. As principais dimensões motivacionais relacionadas à prática de atividades físicas e/ou esportivas, apontadas por Balbinotti (2004), são as seguintes: 1) Controle do estresse; 2) Saúde; 3) Sociabilidade; 4) Competitividade; 5). Estética; e 6) Prazer. Barreiras e facilitadores para a prática do tênis Para identificar as barreiras percebidas utilizar-se-á de questionário adaptado elaborado por (HIRAYAMA et al., 2005; REICHERT, 2004), o qual lista as barreiras percebidas a prática de atividade física por meio da inclusão dos seguintes itens: falta de segurança no ambiente, fatores climáticos desfavoráveis, problemas de saúde, não acreditar que a atividade física faça bem e ter tido experiência ruim com exercícios físicos. Por limitação no número de caracteres desta janela da PlatBr, o restante dos procedimentos metodológicos está em documento anexo.

Objetivo da Pesquisa:

Identificar os fatores motivacionais, as barreiras e os facilitadores percebidos para a prática do tênis amador em adultos.

avaliação dos Riscos e Benefícios:

Apesar de não haver riscos físicos, a realização do estudo pode gerar desconfortos psicológicos ou constrangimentos pelo caráter pessoal e profissional de algumas questões. Caso ocorram os participantes poderão optar em não responder a(s) questão(ões) ou interromper a entrevista a qualquer tempo. Como benefícios diretos, os participantes receberão um relatório com seus resultados e os resultados gerais do estudo, podendo comparar se seus motivos, suas barreiras e seus facilitadores para praticar tênis são semelhantes ou não aos dos demais participantes do

Endereço: Luta de Carnões,625

Bairro: Tablada

CEP: 95.055-630

UF: RS

Município: PELOTAS

Telefone: (51)3273-2752

E-mail: ajrombaldi@gmail.com

UFPEL - ESCOLA SUPERIOR
DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA
UNIVERSIDADE FEDERAL DE



Continuação do Parecer: 3.213.620

estudo. Como benefícios indiretos, o estudo poderá disponibilizar contribuições com a área de pesquisa, pois as informações obtidas pelo estudo poderão ser utilizadas para a elaboração de políticas voltadas ao aumento no número de praticantes de tênis e para a permanência dos que já praticam.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

O método é claro e bem descrito, adequado ao problema investigado. Os procedimentos metodológicos são adequados e estão detalhadamente apresentados.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Os termos de apresentação obrigatória estão adequadamente apresentados. O termo de consentimento livre e esclarecido encontra-se bem redigido e com uma linguagem adequada aos participantes.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Aprovado.

Considerações Finais a critério do CEP:

Prezado(a) Pesquisador(a)

O CEP considera o protocolo de pesquisa adequado, conforme parecer APROVADO, emitido pelo relator. Solicita-se que o pesquisador responsável retorne com o RELATÓRIO FINAL ao término do estudo, considerando o cronograma estabelecido.

Att,

Ailton José Rombaldi
Presidente: CEP/EEF/UFPEL

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
----------------	---------	----------	-------	----------

Endereço: Luta de Camões, 625
Bairro: Tablada CEP: 96.065-630
UF: RS Município: PELOTAS
Telefone: (51)3273-2752 E-mail: ajrombaldi@gmail.com

**UFPEL - ESCOLA SUPERIOR
DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA
UNIVERSIDADE FEDERAL DE**



Continuação do Parecer: 3.213.020

Informações Básicas do Projeto	PE_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1293213.pdf	06/02/2019 12:52:16		Aceito
Projeto Detalhado / Brochura	MOTIVACAO_TENIS_PROJETO_SIMPLIFICADO.doc	06/02/2019 12:45:17	Gabriel Gustavo Bergmann	Aceito
Investigador				
Outros	CONTINUACAO_PROCEDIMENTOS_METODOLOGICOS.docx	06/02/2019 12:44:23	Gabriel Gustavo Bergmann	Aceito
Outros	QUESTIONARIOS.docx	06/02/2019 12:42:07	Gabriel Gustavo Bergmann	Aceito
Declaração do Patrocinador	CONFIDENCIALIDADE.pdf	06/02/2019 12:40:04	Gabriel Gustavo Bergmann	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE_CEP_ESEF_UFPEL.docx	06/02/2019 12:39:18	Gabriel Gustavo Bergmann	Aceito
Folha de Rosto	FOLHA_ROSTO_UFPEL_assinada.pdf	06/02/2019 12:35:01	Gabriel Gustavo Bergmann	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

PELOTAS, 21 de Março de 2019

Assinado por:
Ailton José Rombaldi
(Coordenador(a))

Endereço: Luis de Camões, 626

Bairro: Tablada

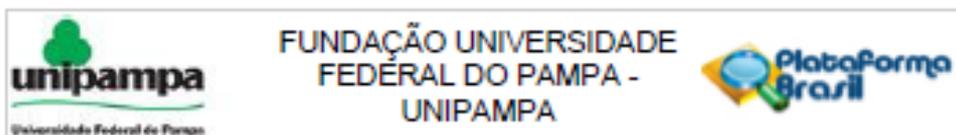
CEP: 95.065-600

UF: RS

Município: PELOTAS

Telefone: (51)3273-2752

E-mail: ajrombaldi@gmail.com



Continuação do Parecer: 2.371.452

Não

URUGUAIANA, 08 de Novembro de 2017

Assinado por:
JUSSARA MENDES LIPINSKI
(Coordenador)

Endereço: Campus Uruguaiana BR 472, Km 592
Bairro: Prédio Administrativo - Sala 23 - Caixa CEP: 97.500-970
UF: RS Município: URUGUAIANA
Telefone: (98)3211-0202 E-mail: cep@unipampa.edu.br