

Em síntese... (1/2)

A obesidade, e os estilos de vida sedentários, são uma realidade crescente na sociedade, que está reflectida na Escola. É necessário enfrentá-la com objectividade, conhecer os estudos e investigações que abordando esta temática orientam o saber.

A escola inclusiva deve poder responder a cada aluno em particular, e neste caso, a um grupo (especial) com problemas de obesidade e excesso de peso.

Como outra qualquer abordagem, esta, requer um conhecimento especializado, não só porque as intervenções são multidisciplinares, mas também, porque se dirigem a cada um individualmente.

Neste sentido, foi útil conhecer esta realidade, nomeadamente no nosso País e região, aprofundar os conhecimentos das tendências da investigação científica que pudessem facilitar não só a leitura do problema, como também auxiliar neste estudo exploratório.

Daqui decorreu a abordagem das variáveis que determinam ou influenciam os comportamentos face à actividade desportiva nos jovens e adolescentes e os modelos mais referenciados que as suportam.

Mendes, M.J. (2009). *Conhecer o Comportamento dos Adolescentes com Excesso de Peso e Obesidade face à Prática Desportiva*. Dissertação de Mestrado com vista à obtenção do 2º Ciclo em Ciências do Desporto na área de especialização em Atividade Física Adaptada, Faculdade de Desporto, Universidade do Porto.

Em síntese... (2/2)

Um primeiro objectivo deste estudo foi ter a percepção da dimensão do problema e num segundo momento, procurar fazer um retrato do grupo de alunos que constituíram a nossa amostra.

Este retrato passou por definir o sexo a idade da amostra, avaliar o IMC, caracterizar o envolvimento e intenção destes em relação à prática do exercício físico e desporto e, por último, identificar as barreiras que cada um apresenta e que os distanciam da prática do exercício físico regular.