

## Adolescência, Esporte e Qualidade de Vida

Jossett Campagna De Gáspari  
Gisele Maria Schwartz  
Universidade Estadual Paulista

**Resumo**—A temática relacionando os elementos referentes à qualidade de vida de adolescentes frente às atividades esportivas tem sido foco de inúmeros estudos com ampla diversidade de enfoques teóricos. Nesta pesquisa, de natureza qualitativa, o objetivo foi investigar a relação participação esportiva e qualidade de vida, na visão dos próprios adolescentes. O estudo constou de uma revisão de literatura e uma pesquisa exploratória através da aplicação de uma entrevista com adolescentes de escola pública do município de Araras. Os dados analisados descritivamente, por meio da Técnica de Análise de Conteúdo, indicam, na visão dos adolescentes, uma íntima relação entre melhoria da qualidade de vida e prática esportiva.

Palavras chaves: Qualidade de vida, esporte, adolescência.

**Abstract**—“Adolescence, Sport and Quality of Life.” The theme of quality of life for adolescents and sport activities has been the focus of countless studies, utilizing a wide diversity of theoretical approaches. In this study, qualitative in nature, the objective was to investigate the relationship between sport participation and quality of life from the viewpoint of the adolescent. The study consisted of a literature review and a centered interview of public school adolescents in the Araras District. Data were descriptively analyzed through content analysis, and indicate that the adolescents believe there is an intimate relationship between quality of life and sport practice.

Key words: Life quality, sports, adolescence.

### Introdução

Relacionar educação e qualidade de vida nesta virada de século é muito oportuno, uma vez que o Brasil consta como 69º país na lista do Índice de Desenvolvimento Humano do Relatório de Desenvolvimento Humano (2001), utilizado pela ONU para relacionar prosperidade econômica e qualidade de vida da população. Este índice citado anteriormente, utiliza-se de variáveis que medem as realizações do país em termos de esperança de vida, nível educacional e rendimento real ajustado, refletindo expectativa de vida, PIB per capita e educação (taxa de alfabetização e matrícula combinada nos três níveis de ensino). Os dados de 2001 refletem os problemas que a educação brasileira deverá levar em consideração ao adentrar o terceiro milênio, paradoxalmente globalizado e virtual.

A tendência da sociedade atual parece conduzir o indivíduo a sua própria desumanização, na qual o corpo é silenciado enquanto elemento comunicativo, o movimento livre é condicionado e a vida em coletividade sufoca as atitudes cooperativas espontâneas, e o exercício da liberdade e da cidadania. Nesse contexto estão inseridos os adolescentes, cujos interesses e expectativas encontram-se em constante processo de transição e, contraditoriamente, são permeados por estereótipos que lhes conferem atitudes socialmente impostas.

Cada sociedade, em cada contexto histórico-cultural, compreende de modo diferente as etapas da vida humana, definindo a duração delas, suas características e direitos legais. Ao lado dessa legalidade, que confere ao jovem direitos básicos—como o de brincar, de praticar esportes, de divertir-se, de expressar opiniões próprias, de desfrutar de momentos de lazer e de participar da vida política de sua comunidade—, emergem estereótipos, nos quais a sociedade constrói e reforça determinada imagem para este ser em transição. É a transitoriedade dessa etapa de vida humana adolescente que parece justificar tais estereótipos, apoiada numa fragilidade que o caracteriza fora da cadeia produtiva e como pessoa que ainda não sedimentou hábitos, atitudes e valores esperados pela sociedade.

Face ao quadro exposto, o jovem tem buscado alternativas capazes de lhe conferir condutas carregadas de senso crítico e, ao mesmo tempo, capazes de exteriorizar suas contribuições para as transformações sociais necessárias. O adolescente, enquanto sujeito e espectador da sociedade vê no esporte uma dessas alternativas, na qual tem a possibilidade de exercitar opções qualitativas, incrementando suas experiências significativas. O fenômeno esportivo é caracterizado por uma lógica própria, que difere da lógica social e é percebido diversamente pelos inúmeros segmentos da sociedade.

O adolescente, representando um desses segmentos, é

seu desenvolvimento próprio, com reflexos em seu papel social. Esta é justamente a inquietação geradora desse estudo que buscou identificar a visão do jovem sobre a prática de atividades esportivas como mais um elemento pertinente ao espectro de sua qualidade de vida.

## Revisão da Literatura

Mesmo com a vasta gama de abordagens a respeito da adolescência que, do latim *adolescere*, significa crescer, tornar-se jovem, muito ainda há a ser desvendado sobre essa fase da vida humana. As características do adolescente vêm sendo pesquisadas desde tempos remotos (470 a.C. - 399 a.C.), ocasião em que Sócrates (conforme citado por Paulino, 1997) já apontava a rebeldia dos jovens contra as autoridades e seu desrespeito em relação às pessoas mais velhas, tendendo a contradizer seus pais e tyrannizar seus professores. Aristóteles também salientou algumas características marcantes nos adolescentes: a esperança, a valorização dos aspectos da convivência grupal, a amizade, o companheirismo desinteressado e a veemência com que reagem aos conflitos.

Percebe-se que, em tempos de pós-modernidade, o adolescente conserva traços semelhantes aqueles da antiguidade: dinamismo, modificações bio-psíquicas com implicações sociais, conturbação, inquietude e muitos desafios. O adolescente é definido como:

“adrenalina que agita a juventude, tumultua os pais e os que lidam com ele”... “um atleta que busca o colo dos pais”... “pequeno demais para as coisas grandes e grande demais para as pequenas coisas”... “não se entende com o próprio corpo”... “rebelmente sociável e seguramente instável” (Tiba, 1998, p. 85-86).

Todo esse período, associado às experiências vivenciadas no processo de desenvolvimento, é fortemente marcado por estas diversas alterações, as quais afetam diretamente e em diferentes níveis os interesses, o comportamento social e a vida afetiva. Na adolescência há o questionamento, não só do que foi imposto ao adolescente mas, também, dele próprio, já que o jovem busca compreender-se, descobrir sua identidade e, com isto, contesta tudo que o desvia de seu domínio. Marca esse seu período com muita ansiedade, apreensão, agressividade e muitas dúvidas, sendo estas reflexos das dúvidas sobre si próprio, sobre seu corpo, do que dizem sobre ele e do que ele próprio sente e pensa (Kalina & Grynberg, 1985).

Percebe-se, a partir das contribuições aqui expostas, o grau conturbado da adolescência, seus momentos e desafios. Dentre eles, a necessidade do jovem em ser singular na diversidade cultural que sugere intensamente padrões de comportamentos estereotipados. Esses estereótipos, impostos socialmente, parecem capazes, inclusive, de demarcar as

fronteiras entre a infância, a adolescência e a idade adulta, promovendo ritos de passagem emocionalmente carregados da necessidade de auto-afirmação.

Blos (1985), ao desenvolver estudos psicanalíticos sobre esse período de vida, alerta para o significado que, na sociedade como um todo, adquirem os ritos de iniciação. Estes ritos são a prova de que há uma reorganização do ego e da libido, oferecendo parâmetros pelos quais o adolescente pode se nortear. Tais ritos mexem com a auto-estima do adolescente, promovendo a assimilação social do indivíduo em maturação. Com esse tipo de reforço ambiental, a clareza e a coesão, mantenedoras da sua auto-imagem, exigem operações de defesa.

É nesse agitado momento que o adolescente intensifica suas dúvidas sobre si mesmo, sobre o outro e sobre os diferentes encaminhamentos que deve dar às suas decisões. É, também, sua oportunidade para apoiar-se no grupo de mesma faixa etária, de modo a auto-afirmar-se e identificar-se com seu papel na sociedade. Dolto (conforme citado por Albertani, 1999) acredita na amizade como forma de superar estas angústias características do adolescente e de viabilizar a própria vida.

Neste pressuposto que contextualiza a adolescência como um momento de vida especial, crescem-se fatores complicadores para o desenvolvimento harmonioso, saudável e íntegro do ser humano. Entre eles, a invasão tecnológica que automatiza a informação e o seu espectador, gerando um consumismo negativo, no qual nem sempre as atitudes nela veiculadas correspondem às reais necessidades, valores e aspirações do jovem.

O envolvimento dos indivíduos com o esporte pode ter conseqüências benéficas ou não, determinadas pela forma e atitude desse envolvimento. No que concerne à forma, pode-se observar aspectos passivos e ativos. A forma ativa pressupõe a íntima adesão ao processo esportivo, no qual o adolescente posiciona-se enquanto sujeito singular, buscando ser bem sucedido, ou seja, a busca pelo superar-se, auto-afirmar-se, integrar-se socialmente e aprender a cultura. Na forma passiva, ao contrário, o jovem assume uma imobilidade que reitera sua incompletude, já que desconsidera a oportunidade de aprender por experiências ativamente vividas.

Quanto à atitude, esta designa a maneira de ser, os processos ou sistemas fundamentais, através dos quais o jovem ordena o seu meio e seu comportamento na base de componentes afetivos e cognitivos. Um dos conceitos que bem esclarece atitude é o proposto por Allport (1973): um “estado mental e neural de prontidão, organizado através de experiência” (p. 810). Este estado exerce determinada influência sobre as ações do adolescente, frente às diversas situações cotidianas.

O esporte, nesse sentido, pode vir a ser um coadjuvante importante no favorecimento de formação de atitudes, tanto positivas como negativas, conforme valores e simbologias impregnados nessa prática. Na atividade esportiva, os indivíduos têm a oportunidade de minimizar o controle exercido pela sociedade sobre eles em função de que o esporte se

caracteriza por objetivos próprios, com uma realidade específica, não sendo superado por qualquer outra, conforme salienta Balbino et al. (citado por Machado, 1997).

Também há que se diferenciar o fenômeno esportivo enquanto perspectivas de alto rendimento ou espetáculo e como prática de lazer. No esporte espetáculo há uma tentativa de se reproduzir, no plano micro, a estrutura global da sociedade, na qual imperam valores fortemente marcados pela competitividade, agressividade, prestígio pessoal, político, entre outros. Como prática de lazer, o esporte contempla a auto-motivação, colocando o elemento prazer em evidência. Além disso, oportuniza, pelas vivências lúdicas espontâneas, situações significativas capazes de interferir em mudanças atitudinais e de condutas.

Huizinga (1993) comenta sobre a conduta lúdica do esporte e afirma que o mesmo é visto na sociedade moderna como o elemento lúdico mais significativo da cultura. O autor acrescenta que o jogo se tornou muito sério e sua atmosfera lúdica desapareceu em maior ou menor grau.

Na ação, quando realizada ludicamente, pode ocorrer o estado de fluxo, o qual, conforme esclarece Csikszentmihalyi (1992), permite às pessoas experimentarem a sensação de prazer total, uma vez que estas proporcionam ao indivíduo mais alegria e satisfação. Ao comentar sobre a importância dos parâmetros lúdicos, da alegria e do prazer nas atividades e exercícios, Lorenzetto (1991) evidencia a perspectiva do jogo encontrando um corpo para encarnar-se e tornar-se mais humano e a do corpo que procura encontrar no jogo a possibilidade de relacionar-se consigo próprio e com o outro, de conhecer-se melhor, levando à auto-realização. Este autor aponta a competição, a arte e o jogo, como evidências dessa busca de si próprio.

A alegria se revela no entusiasmo do adolescente quando está jogando, na dedicação e esforço que dispensa na atividade que o conduz à satisfação e à cooperação. Este aspecto relativo à solidariedade, conforme Seybold (1974), deve ser incrementado a partir do processo educativo com a finalidade de capacitar a convivência, o trabalho em conjunto, auxiliando no respeito às individualidades.

Em pesquisas realizadas com jovens alemães, Seybold (1974) salienta que eles valorizam os esportes assim como o cinema e a televisão, desde que lhes tragam prazer. Talvez, os indivíduos estejam reencontrando o sentido original do esporte, o qual vem do latim *disportare* (i.e., distrair-se, divertir-se). Essa autora afirma que os exercícios e atividades não adquirem valor pelo que são, mas sim, pelo que trazem, como o aprimoramento da amizade, a espiritualização do físico e a encarnação do espiritual. Neste sentido, propõe que a educação física, atividade com maior teor de ligação com a temática esportiva, deve aperfeiçoar o jovem a ser humano e não apenas técnicas de exercício.

Se o privilégio recai sobre a super valorização do aspecto técnico, a atividade esportiva passa a exigir do praticante condutas altamente competitivas, as quais o submetem a interesses e regras metódicas rígidas, fazendo com que o indivíduo busque exceder seus próprios limites. Essas condutas reforçam os aspectos de agressividade, competi-

tividade exacerbada, tornando o indivíduo suscetível aos intensos fatores estressantes e que podem abreviar sua participação nessa atividade, interferindo na qualidade de sua vida. A atividade esportiva tem na cooperação possibilidades de formação de seres íntegros, equilibrados, alegres, solidários, criativos, críticos, cientes de suas qualidades e dificuldades, respeitadores dos menos habilidosos, sensíveis, com identidade pessoal preservada e cooperativa no coletivo, entre outras.

Na introdução do livro de Brown (1994), Barrera ressalta a subversividade característica dos jogos cooperativos, os quais permitem emoções positivas no relacionamento com o outro, sem necessidade de derrotá-lo, ou seja, onde um soma-se ao outro e não o exclui, salientando no jogo o valor da vitória inerente ao prazer de jogar. O esporte pode fortalecer os laços no grupo, fabricar símbolos, criar identidade com os outros e formar comunidades (Freire, 1998).

Nas atividades prazerosas, salientadas por Santin (1998), há uma ação que parte do corpo para o próprio corpo e o aspecto educacional não está circunscrito aos domínios da escola. Ao contrário, atividades prazerosas tomam o ser vivo com uma sabedoria inscrita em si mesmo, permitindo-lhe usufruir a vida e construí-la a partir de parâmetros qualitativos.

“Qualidade, representa o desafio de fazer história humana com o objetivo de humanizar a realidade e a convivência social. Não se trata apenas de intervir na natureza e na sociedade, mas de intervir com sentido humano, ou seja, dentro de valores e fins historicamente considerados desejáveis e necessários, eticamente sustentáveis. A intensidade não é a força (som intenso, por exemplo) mas da profundidade, da sensibilidade e da criatividade.” (Demo, 1994, p. 12)

O importante, então, é a qualidade de vida voltada para a profundidade, para a perfeição do ser, para o atendimento das reais necessidades humanas e, nesse caso, do adolescente enquanto sujeito construtor de sua própria vida. Definir qualidade de vida não é tarefa simples, dada a complexidade da abrangência dessa expressão.

Rittner (1994) define qualidade de vida como um processo de busca de vivência plena, de desenvolvimento de potencialidades e evidencia o compromisso de otimização da condição humana em busca do que denomina ecologia interior.

Torna-se instigante, pelo exposto, investigar como o adolescente nesta sociedade percebe as relações entre sua condição adolescente e o papel do esporte no âmbito de sua qualidade de vida.

## **Metodologia**

Este estudo de natureza qualitativa teve por objetivo investigar a relação participação esportiva e qualidade de vida,

na visão de adolescentes. A metodologia qualitativa, conforme salientam Martins e Bicudo (1989) é a que melhor se coaduna ao estudo do comportamento humano, dos elementos que caracterizam as ações humanas, suas intenções, significados e finalidades que lhes são inerentes. O método qualitativo possui a característica de ter como objeto situações complexas ou estritamente particulares. Podem não só descrever a complexidade de um problema como, também, fazer a análise da interação das variáveis, compreender e classificar processos dinâmicos de grupos da sociedade e, inclusive, contribuir para processos de transformação de certos grupos sociais.

Para Richardson (1989), a metodologia qualitativa é adequada ao entendimento da natureza de determinado fenômeno social e é, para Minayo (1994), indicada ao reconhecimento de situações particulares, grupos específicos e universos simbólicos que, neste caso, vinculou-se ao dinâmico e conturbado período da adolescência.

O estudo constou de duas etapas. A primeira foi a realização de uma revisão de literatura sobre a temática em questão. A segunda correspondeu a uma pesquisa exploratória utilizando como instrumento uma entrevista centrada. A entrevista foi aplicada a uma amostra de 22 sujeitos de ambos os sexos, na faixa-etária de 12 a 16 anos, regularmente matriculados nos períodos matutino e vespertino no 4º ciclo (sétimas e oitavas séries) do ensino fundamental de escola pública estadual (SP), localizada no município de Araras. Os alunos eram praticantes regulares de modalidades esportivas. Os dados obtidos foram analisados descritivamente por meio da Técnica de Análise de Conteúdo que tratou de descrever os conteúdos conforme a forma e o fundo. A análise da forma preocupa-se em estudar símbolos empregados, isto é, palavras ou temas. A análise de fundo centra seu interesse na investigação das referências dos símbolos e pode revelar tendências verificadas no conteúdo da comunicação e, portanto, prevê a sistematização e a inferência, conforme defende Richardson (1989).

Bardin (1979) conceitua a Análise de Conteúdo como técnica destinada à análise que visa subtrair das comunicações, indicadores (qualitativos ou não) que possibilitem fazer inferências de conhecimentos relativos às condições que permearam a emissão-recepção da mensagem comunicada. As questões buscaram contemplar a temática e os elementos importantes a ela subjacentes.

Quanto ao conceito de qualidade de vida, a maioria dos sujeitos (dez, ou seja, 45.45%) relacionou qualidade de vida a uma vida saudável, na qual o esporte é incluído; sete sujeitos (31.81%) se reportaram às amizades e ao afastamento das drogas; quatro deles (18.18%) vincularam qualidade de vida com felicidade e liberdade e um (4.54%) atrelou este conceito à paz e dignidade.

Os resultados expressam que a população-alvo percebe a vida saudável como condição da qualidade de vida e a importância da atividade esportiva na obtenção e manutenção desses aspectos saudáveis de vida. Os elementos sociais e existenciais também foram apontados por um segmento grande da amostra, reiterando os conceitos de Demo (1994)

e Rittner (1994) no que tange à busca do aprimoramento das potencialidades individuais.

O interesse pelo esporte para sete adolescentes (31.81%) surgiu da influência da mídia (tv); para seis deles (27.27%) do fator imitação; para quatro (18.18%) decorreu da opção pessoal atrelada aos aspectos saudáveis que o esporte lhes confere; para três (13.63%) da interferência da figura paterna; para um (4.54%) surgiu da crença de que seu motivo estava “no sangue” e, um (4.54%) não declarou nenhum fator específico.

A interferência evidenciada corrobora com Balbino et al. (In: Machado, 1997) para quem:

“a mídia não dá origem a efeitos diretos no comportamento humano, sendo sua influência dependente de outras variáveis, mas é visível sua contribuição para o fortalecimento do comportamento e formação do caráter das pessoas.” (p. 98-99)

Tratando-se de uma população adolescente, tais influências podem ter adquirido maior magnitude porque estes jovens, como abordaram Kalina e Grynberg (1985), não descobriram ainda seus valores e sua identidade próprios. A força da influência dos amigos foi mais intensa do que a da família e a da própria opção pessoal. A suscetibilidade dos jovens às interferências externas sobre seus comportamentos também ficou retratada no elemento imitação.

Quanto ao interesse pelas notícias que envolvem esportes e quanto aos motivos desse interesse, os sujeitos apresentaram opções diferentes: a-sim (16, ou seja, 72.72%); b-não (0, ou 0%); c-às vezes (seis, ou, 27.28%). Dentre as causas que justificaram a resposta sim, cinco sujeitos (22.72%) alegaram ter interesse pelas notícias como forma de conhecer e acompanhar a vida dos esportistas; quatro (18.18%) tinham curiosidade pelas notícias para saber mais sobre o próprio esporte; três (13.63%) queriam apenas estar, com elas, informados; dois (9.09%) precisavam delas para poder comentar com os amigos; um (4.54%) afirmou que se interessava pelas reportagens porque sua família inteira gostava de algum tipo de esporte; um (4.54%) acreditou que acompanhando as notícias poderia saber sobre suas chances futuras como profissional no esporte. Dentre os que responderam às vezes, quatro (18.18%) apontaram a oscilação de seu interesse pelas notícias, porque nem sempre as mesmas falavam sobre seu esporte preferido; dois (9.09%) só se interessavam quando as mesmas versavam sobre seu time predileto ou o de seus pais.

A curiosidade como estratégia para encontrar respostas às inquietações dos pesquisados ficou caracterizada nos elevados índices percentuais coletados, inferindo que o estar informado, atualizado e “por dentro” dos acontecimentos confere-lhes uma imagem positiva e uma melhor aceitação no grupo. A radicalidade, outra característica do adolescente, também foi observada naquela parcela que defendeu opinião de um interesse condicionado, ou seja, se as notícias dissessem respeito a seu esporte/time preferidos ou de seus familiares.

Indagados sobre a possibilidade do esporte auxiliá-los a serem diferentes como pessoas e seus porquês, as respostas assim se mostraram: a-sim (17, ou seja, 77.27%); b-não (cinco, ou 22.73%). Dentre aqueles que responderam positivamente, cinco (22.72%) se sentem mais calmos e mais felizes; três (13.63%) acreditam que praticando esportes suas chances de procurar drogas diminuí; três (13.63%) se distraem e amenizam os problemas do dia-a-dia com a família, com a escola e com o namoro; dois (9.09%) disseram que seu físico ficava melhor preparado; dois (9.09%) apontaram a possibilidade de realização de seus sonhos na carreira profissional; um (4.54%) enfatizou que o grupo ensina muitas coisas; um (4.54%) entendeu que com o esporte aprendeu a ter mais espírito de luta. Dentre os que acreditaram não ter sofrido nenhuma modificação com a prática do esporte, quatro (18.18%) argumentaram que o esporte não consegue mudar a personalidade deles; um (4.54%) respondeu que o esporte não interfere no jeito de ser da pessoa porque se ela o pratica, assim o faz porque quer. Pode-se constatar que a prática regular da atividade esportiva pode auxiliar os sujeitos a serem diferentes social, profissional e também pessoalmente, convergindo com as idéias de Brown (1994), Seybold (1974), Freire (1998), Demo (1994). Como evidência da transição dessa etapa de vida e de pensamentos, alguns não estabeleceram nenhuma relação entre personalidade e prática esportiva.

A percepção do adolescente que treina em equipes sobre suas próprias qualidades ficou assim caracterizada: a-às vezes (dez, ou, 45.45%); b- muitas vezes (oito, ou 36.36%); c- sempre (quatro, ou 18.19%); d-nunca (0; 0%). Na totalidade, os adolescentes—enquanto treinam na equipe—conseguiram num maior ou menor número de vezes, perceber suas próprias qualidades, evidenciando a necessidade que têm de se auto-afirmarem no grupo. Estes resultados corroboraram com as idéias de Seybold (1974), Kalina e Grynberg (1985), expostas anteriormente, sobre o desenvolvimento do respeito às diferentes habilidades, já que nem todos apresentam qualidades na mesma proporção e intensidade. Paralelamente, as percepções de suas dificuldades e limites próprios apontaram outros dados: a-às vezes (doze, ou seja, 54.54%); b-muitas vezes (quatro, ou 18.19%); c- sempre (cinco, ou 22.72%), e d-nunca (um, 4.55%).

A dose de criticidade presente na vida dos adolescentes foi reafirmada nessa questão. Segundo os dados, foi mais fácil para eles perceberem suas dificuldades e limites do que perceberem suas próprias qualidades. Tanto na última quanto na penúltima discussão apresentada, ficaram expressas a dependência da imagem social para consolidar a imagem pessoal, revelando-se duros censores em relação a eles próprios, face aos estereótipos que desejam romper.

Quanto à relação do esporte com qualidade de vida, os jovens assim se posicionaram: a-sim (19, ou 86.35%); b-não (um, ou 4.55%); c-talvez (um, ou 4.55%); d-não sei (um, ou 4.55%). Solicitados a explicar essas relações, dez (45.45%) relacionaram esporte à saúde física e mental; três (13.63%) à melhor convivência em grupo e tolerância; dois (9.09%) ao fato de que o esporte dá mais ânimo à vida; dois (9.09%)

relacionaram qualidade de vida e esporte com o distanciamento das drogas; um (4.55%) apontou o fato de que com o esporte é capaz de pensar melhor; um (4.55%) evidenciou a melhoria de sua condição física. A resposta negativa de um sujeito (4.55%) foi justificada pela expressão de que o esporte não tem raça, nem cor. Dentre os sujeitos que responderam talvez, um deles (4.55%) se expressou alegando que tanto no esporte como diariamente, precisa de disposição e agilidade. Uma pessoa (4.55%) não justificou a opção.

Predominantemente houve a defesa de alguma relação entre esporte e qualidade de vida, justificada pelos aspectos saudáveis que o esporte propicia. A qualidade de vida, definida por Demo (1994) e Rittner (1994), nessa questão, permeou nas idéias expressas pelos entrevistados.

Enquanto pratica esporte, o jovem acredita que vai ter algum benefício para seu corpo (22, ou 100%); sente que, apesar de um colega ter um desempenho melhor que o outro, todos precisam ser respeitados como pessoa (22, ou 100%); acredita que a alimentação é importante para o bom desempenho na atividade física (22, ou 100%); sente que a união faz a força do grupo (21, ou 95.45%). Vinte dos entrevistados (90.90%) sentem que ficam mais felizes; o grupo lhes ensina muitas coisas; aprendem a respeitar os menos habilitados; os resultados positivos dependem da sintonia do grupo; aprendem a conhecer, dominar e cuidar melhor de seus corpos; precisam ser criativos; percebem que a torcida exerce um papel importante sobre o time. Outros resultados indicam que o esporte dá maior disposição (19, ou 86.36%); é mais importante competir do que ganhar (19, ou 86.36%). Igual número (18 sujeitos, ou 81.81%) não necessita de drogas para superar seus problemas diários; tem interesse em saber sobre os acontecimentos esportivos; aprende como superar os obstáculos e dificuldades da vida; está convivendo socialmente e que este convívio é muito bom para seu crescimento; as diferentes opiniões podem contribuir para o fortalecimento dos laços no grupo. Dezesete sujeitos (77.27%) têm mais confiança em si mesmo; estão se divertindo; estão aprendendo com seus colegas; conseguem observar melhor seu colega e compreendê-lo melhor; as maneiras de ser, pensar e agir de cada um na equipe auxilia para que o mundo do esporte fique mais interessante; sabe que sua participação é importante para o grupo; Dezesesseis (72.18%) conseguem respeitar mais o seu colega; Quinze deles (68.18%) ficam menos agressivo, violentos; em algumas situações, são capazes de liderar a equipe; Quatorze (63.63%) sentem mais vontade de cooperar com o outro; estão fazendo lazer; Doze sujeitos (54.54%) sentem que liberam muitas tensões acumuladas no cotidiano; sentem mais vontade de competir contra o outro; podem conseguir ser uma pessoa independente, capaz de defender seus pontos de vista, mesmo se diferentes dos pontos de vista de outros; precisam ser e agir com perseverança; Onze indicam que repetir jogadas sempre garantem bons resultados.

Nesta questão foram registrados dados importantes e de natureza biopsicosocial. Na visão dos adolescentes foi unânime a opinião quanto aos benefícios físicos trazidos pela

prática da atividade esportiva regular. O respeito para com os menos habilidosos, a cooperação, a participação individual para o sucesso coletivo, o relacionamento interpessoal, a auto-confiança foram outros elementos importantes por eles demonstrados.

Numa sociedade como a atual onde o esporte profissional tem revelado sua faceta negativa (suborno, intolerância, violência, anabolizantes, cartéis, rivalidade e competitividade exacerbada, interesses políticos e financeiros), a riqueza dos elementos registrados falam por si só e sinalizam para intervenções pedagógicas responsáveis no sentido de que, criticamente, assumam o lado construtivo do esporte, ou seja, aquele que poderá promover diferenças positivas em sua qualidade de vida.

Questionados sobre as possíveis modificações ocorridas em sua qualidade de vida após a prática regular do esporte, a amostra ficou assim caracterizada: a-sim (22, ou 100%). Do total, oito (36.36%) perceberam-se com mais energia e disposição; três (13.63%) estão bem consigo mesmos e com o(s) outro(s); três (13.63%) se acharam mais comunicativos e soltos; dois (9.09%) percebem-se menos agressivos; um (4.55%) achou que ganhou vários amigos; um (4.55%) aprendeu a respeitar os perdedores e os menos habilidosos; um (4.55%) disse ter mais conhecimento sobre seu próprio corpo e mais vontade de cuidar dele; dois (9.09%) não justificaram sua resposta.

A unanimidade nas respostas reafirmou a coesão do grupo quanto à importância emprestada às práticas esportivas regulares e também corroborou com os aspectos de cooperação (Brown, 1994), de fortalecimento dos laços no grupo (Freire, 1998), de amizade e esperança (Aristóteles, conforme citado por Paulino, 1997). A ausência de registros contrários aos benefícios propiciados pela atividade esportiva permite inferir que houve consenso sobre a relação da mesma com qualidade de vida, na visão dos adolescentes.

Quanto às sugestões apresentadas para que haja motivação para a prática regular de atividades esportivas, quatro (18.18%) sugeriram a estimulação desde pequenos; quatro (18.18%) apontaram que o esporte, para ser motivador, deve ser de livre opção; três (13.63%) entenderam ser necessárias a construção de maior número de quadras e de competições; três (13.63%) acharam falta da discussão do tema esporte em outras aulas que não a de educação física; três (13.63%) apontaram a sugestão de espelharem-se nos grandes ídolos; dois (9.09%) lembraram a importância da família como estimuladora; dois (9.09%) não apresentaram contribuições; um (4.55%) acredita no pensamento positivo como elemento importante na manutenção da motivação. Ao lado do espírito crítico característico da faixa etária da amostra (tirar da), constatou-se a disponibilidade para sugerir modificações para a sociedade em que se insere, buscando padrões de vida qualitativos (Demo, 1994; Rittner, 1994).

Perguntados sobre o aspecto ético do uso de drogas durante competições esportivas, todos manifestaram repúdio às tais atitudes. Do total, dez (45.45%) adjetivaram-na como absurdo, erro, besteira, ruim; seis (27.27%) como injustiça; quatro (18.18%) como ato de burrice; dois (9.09%)

como bobagem. Os adjetivos negativos foram justificados por inúmeros fatores, dentre os quais figuram desde a falta de confiança do atleta em si mesmo até a auto-destruição que fazem de si próprio e de sua vida. Além desses, evidenciaram, ainda, os problemas emocionais dos atletas e a necessidade de festejarem as vitórias por mérito próprio. Todos os pesquisados repudiaram a utilização de meios ilícitos para a obtenção da vitória a qualquer preço. Demonstraram a importância dos princípios morais e sem os quais, o espírito competitivo se descaracteriza devido à desigualdade de condições entre os participantes.

Com a atividade esportiva, os adolescentes alegaram ter aprendido a cuidar mais de seus próprios corpos (22, ou 100%); disseram ter aprendido a pensar mais antes de agir (21, ou 95.45%) e a fazer melhor sua parte (vinte, ou 90.90%).

A preocupação com a imagem corporal, marcante nessa faixa etária, foi reafirmada nas respostas obtidas, oportunizando inferir que a mesma funciona como um elemento comum e de coesão entre os elementos do grupo. Todos, sem exceção, revelaram ter aprendido a cuidar melhor de seu próprio corpo.

As relações estabelecidas pelos sujeitos entre esporte e liberdade foram assim sintetizadas: a-sim (16, ou 72.72%); b-não (quatro, ou 18.19%). Dois (9.09%) não estabeleceram relações entre esporte e liberdade. A maioria da amostra relacionou esporte e liberdade, reforçando a idéia de que a atividade esportiva atenua as pressões sociais exercidas sobre os jovens em transição.

Esporte e cidadania têm relação entre si para dezessete sujeitos (77.27%); para um deles não tem relação (4.55%); Dois (9.09%) afirmam que não perceberam nenhuma relação entre ambos e dois (9.09%) adolescentes não expressaram nenhuma opinião. A incidência do reconhecimento da relação entre esporte e cidadania denota a evolução do estágio do pensamento operatório concreto para o formal.

## Considerações finais

As questões trabalhadas nesta temática permitiram pinçar aspectos relevantes concernentes às concepções, inquietações, expectativas, sugestões e esperanças do grupo investigado. Permitiram, também, reiterar a importância da educação no processo construtivo do homem biopsico-sociocultural.

Os educadores devem mediar nesse processo a introdução de princípios fundamentais à vida em sociedade, tais como a participação crítica, a solidariedade, o respeito mútuo, a igualdade, a cooperação, entre outros, tornando possível o desenvolvimento global dos educandos por meio da intervenção ética e competente nos espaços formais e informais. Estes princípios fundamentais, os quais dão sustentação e humanizam a estrutura social, podem ser representados simbolicamente durante as atividades em grupo, uma das características marcantes do adolescente, principalmente quando o elemento de coesão de seus membros é o esporte.

Durante as atividades esportivas regularmente praticadas, as representações simbólicas oportunizam aos sujeitos vivenciar valores e atitudes importantes para a estruturação de sua personalidade e o exercício de direitos e deveres característicos da cidadania. De acordo com os resultados do estudo, o esporte durante a adolescência reafirma-se enquanto elemento facilitador na ação voltada a busca da melhoria da qualidade de vida.

Conjugar, nesta virada de século, adolescência, esporte e qualidade de vida é tarefa desafiadora rumo à pretendida cidadania que, como expressão de conquista e manutenção de direitos, pressupõe participação ativa dos sujeitos. A educação, que visa a promoção do homem e da vida humana, tem na “ativa idade” adolescente e na atividade esportiva aliados eficazes para exercitar a participação crítica na vida da sociedade. Lembrando Ishikawa: “qualidade começa com educação e termina com educação.”

### Referências

- Albertani, H. M. B. (1999). Adolescência: transição ou plenitude? *Revista de Educação AEC*, 113, 09-16.
- Allport, G. (1973). *Personalidade: padrões de desenvolvimento* (4a. ed.). São Paulo: EPU/EDUSP.
- Bardin, L. (1979). *Análise de conteúdo*. Rio de Janeiro: Setenta.
- Blos, P. (1985). *Adolescência: Uma interpretação psicanalítica*. São Paulo: Martins Fontes.
- Brown, G. (1994). *Jogos cooperativos - Teoria e Prática*. 2. ed. Rio Grande do Sul: Sinodal.
- Csikszentmihalyi, M. (1992). *A psicologia da felicidade*. São Paulo: Saraiva.
- Demo, P. (1994). *Educação e qualidade*. São Paulo: Papirus.
- Freire, J. B. (1998). Esporte educacional. I Congresso Latino-Americano de Educação Motora [Resumo]. *Anais do II Congresso Brasileiro de Educação Motora*. Foz do Iguaçu. p.106-108.
- Huizinga, J. (1993). *Homo ludens*. São Paulo: Perspectiva.
- Kalina, E. & Grynberg, H. (1985). *Aos pais de adolescentes*. Rio de Janeiro: Francisco Alves.
- Lorenzetto, L. A. (1991). *O Jogo que joga o jogo do corpo*. Tese de Doutorado, Universidade Estadual de Campinas, Campinas.
- Machado, A. A. (org.) (1997). *Psicologia do esporte: Temas emergentes I*. Jundiaí: Ápice.
- Martins, J. & Bicudo, M. A. V. (1989). *A pesquisa qualitativa em psicologia: Fundamentos e recursos básicos*. São Paulo: Moraes.
- Minayo, M. C. S. (1994). *O desafio do conhecimento científico: Pesquisa qualitativa em saúde* (2a. ed.). São Paulo: Hucitec-Abrasco.
- Paulino, W. R. (1997). *Drogas* (6a. ed.). São Paulo: Ática.
- Relatório do Desenvolvimento Humano (2001, Nov 14). *Índice de Desenvolvimento Humano*. [Online] Available: <http://www.undp.org.br/HDR/HDR2001/P-HDI.pdf>.
- Richardson, R. J. (1989). *Pesquisa social* (2a. ed.). São Paulo: Atlas.
- Rittner, C. L. A. (1994). *Qualidade de vida*. Palestra apresentada em Reunião Anual do Provaler. São Paulo.
- Santin, S. (1998). Corporeidade e educação motora. I Congresso Latino-Americano de Educação Motora [Resumo]. *Anais do II Congresso Brasileiro de Educação Motora*. Foz do Iguaçu, p.134-142.
- Seybold, A. (1974). *Princípios pedagógicos de la educación física*. Buenos Aires: Kapelusz.
- Tiba, I. (1998). *Amor, felicidade & Cia. Coletânea de Textos*. São Paulo: Gente.

### Nota dos autores

Jossett Campagna De Gáspari e Gisele Maria Schwartz são filiadas ao L.E.L. Laboratório de Estudos do Lazer, Depto. de Educação Física, Instituto de Biociências, UNESP, Rio Claro, SP.

#### Endereço:

Rua Maria Madalena de Souza Campos, 248, Alto das Araras  
Araras, 13604-120 SP  
Tel: (19) 542-8281  
E-mail: jossett@bol.com.br

*Manuscrito recebido em 8 de dezembro de 2000*

*Manuscrito aceito em 1 de novembro de 2001*