

**MOTIVAÇÃO PARA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA:
O CASO DE AGENTES PENITENCIÁRIOS DA GRANDE BELO HORIZONTE**

Julio Cesar de Souza Junior¹
Débony Caroline da Silva¹
Gustavo De Conti Teixeira Costa¹

RESUMO

O presente estudo teve como objetivo verificar os fatores motivacionais que levam agentes penitenciários (ASP), da região metropolitana de Belo Horizonte a praticar atividade física. O estudo teve como amostra 63 ASP, do sexo masculino e com idades entre 25 e 52 anos. O instrumento utilizado foi o inventário de motivação para prática desportiva de Gaya e Cardoso (1998). Os resultados indicaram que os fatores associados à saúde foram apontados como os mais importantes, seguidos dos fatores de amizade e lazer e por último os fatores de competência desportiva. Conclui-se que os fatores relacionados à saúde são considerados muito importantes, sendo os principais motivos pela prática de atividades físicas devido aos benefícios que são proporcionados por estas.

Palavras-Chave: Motivação. Atividade física. Agentes penitenciários.

ABSTRACT

Motivation for practice of physical activity: the case of prison agents of the great Belo Horizonte

The present study has aimed verify the motivational factors that lead prison agents (ASP), of the metropolitan region of Belo Horizonte practice physical activity. The study had a sample of 63 male ASP with ages between 25 and 52 years. The instrument utilized was the inventory of motivation for sporting practice of Gaya and Cardoso (1998). The results indicated that the factors associated with the health were aimed as the most important, followed by the factors of friendship and leisure and finally the factors of sporting competence. Is possible to conclude that health factors are considered very important, and the main reasons for physical activity because of the benefits that are provided by them.

Key words: Motivation. Physical activity. Prison agents.

E-mail:
juliosouzajunior@gmail.com
dcsilva-13@hotmail.com
conti02@hotmail.com

Endereço para correspondência:
R. Erê, 207 - Prado, Belo Horizonte - MG.
CEP: 30411-052.

1-Faculdade Estácio de Sá, Belo Horizonte.

INTRODUÇÃO

Sabe-se que vários fatores motivam as pessoas para determinadas ações no seu dia a dia. Paim e Pereira (2004) definem a motivação como ações dirigidas para o objetivo, que tem um motivo e uma meta final.

Para Lopes (2003) motivação é a força que estimula o agir e provoca mudanças no comportamento do indivíduo. Podemos notar a presença de motivação observando o comportamento de um indivíduo em busca de uma meta ou objetivo (Paim e Pereira, 2005).

Segundo Samulski (2009) a motivação é conceituada como sendo um processo ativo intencional dirigido a uma meta, no qual depende da interação de fatores intrínsecos e extrínsecos.

Neste sentido, estudar a motivação visa compreender uma pessoa em um determinado momento e porque seu comportamento pode mudar de acordo com suas escolhas (Samulski, 2002).

Em nosso estudo daremos ênfase a teoria da autodeterminação (TAD) proposta por Deci e Ryan (1985), por ser sustentada por vários estudos no âmbito da atividade física (Balbinotti e colaboradores, 2012; Barbosa, 2006; Gonçalves e Alchieri, 2010; Juchem, 2006; Saldanha, 2008; Vissoci e colaboradores, 2008).

A TAD usa métodos teóricos tradicionais e ressalta a importância de entender as três necessidades básicas e inatas do ser humano, são elas: competência, autonomia e relacionamento social (Frederick e Schuster, 2003).

Conforme Celis-Merchán, (2006), as necessidades psicológicas básicas são as que nutrem o organismo, para produzir o bem estar e um desenvolvimento psicológico saudável, permitindo um bom funcionamento do organismo.

Existem profissionais que necessitam da inclusão e ou manutenção da motivação, por estarem inseridos em vários fatores de risco. Um exemplo são os agentes penitenciários. O agente penitenciário (ASP) é o profissional que presta serviço junto ao setor de segurança, tendo como funções o acompanhamento e vigilância dos presos, nas dependências da unidade prisional (Dias e colaboradores, 2012; Fernandes e colaboradores, 2002).

Com isso, além de fazer a segurança do interno, do estabelecimento penal e da sociedade, o agente pode participar do processo de reeducação e reinserção social do penado.

Em sua rotina diária existe a possibilidade de fugas, brigas entre detentos e entre as facções, necessitando de um profissional com melhor preparo técnico, necessitando de condicionamento físico para desenvolver melhor suas funções junto ao sistema prisional (Dias e colaboradores, 2012), bem como um estilo de vida saudável. Assim estes precisam estar motivados para executar seu trabalho tanto fisicamente como mentalmente.

É possível afirmar que é cada vez maior a quantidade de informações sobre os benefícios e necessidades da prática de atividade física (AF).

Conforme Reichert e colaboradores (2007) e Dias e colaboradores (2012), a função dos ASP é degradante tanto física como emocionalmente. A inexistência de um tempo e local para a prática de AF, como em outras corporações como as forças armadas pode influenciar os níveis de motivação dos ASP para prática de AF.

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS) (2006), a AF, reduz as doenças cardiovasculares, previne a obesidade, auxilia na prevenção de doenças degenerativas, promovendo o bem-estar, reduzindo o estresse, ansiedade e a depressão.

Miragaya (2006), alerta para as evidências que a AF é essencial para prevenção doenças crônico-degenerativa, e conseqüentemente, a mudança de hábitos poderia ajudar a prevenir e combater essas doenças.

O objetivo desse trabalho é verificar quais os fatores motivacionais levam os agentes penitenciários a realizarem atividades físicas.

Esse trabalho se justifica devido à escassez de estudos sobre profissionais do sistema penitenciário e pode servir como base pra promover políticas de qualidade de vida desse grupo de trabalhadores.

MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo utilizou como amostra 63 agentes penitenciários da região

Revista Brasileira de Futsal e Futebol

ISSN 1984-4956 *versão eletrônica*

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

www.ibpex.com.br / www.rbff.com.br

metropolitana de Belo Horizonte, que trabalham 40 horas semanais em agências de segurança pública. Os entrevistados eram do sexo masculino com as idades variando entre 25 e 52 anos (idade média 34,9 anos).

Como instrumento de avaliação, utilizou-se o Inventário de Motivação para a

prática Desportiva (tabela 1) de Gaya e Cardoso (1998), composto por 19 perguntas objetivas, subdivididas em 3 categorias: competência desportiva, saúde e amizade/lazer, conforme apresentado abaixo.

Tabela 1 - Inventário de motivação para a prática desportiva adaptado de Gaya e Cardoso (1998).

01. Para vencer	1	2	3
02. Para exercitar-se	1	2	3
03. Para brincar	1	2	3
04. Para ser o melhor no esporte	1	2	3
05. Para manter a saúde	1	2	3
06. Porque eu gosto	1	2	3
07. Para encontrar os amigos	1	2	3
08. Para competir	1	2	3
09. Para ser um atleta	1	2	3
10. Para desenvolver a musculatura	1	2	3
11. Para ter bom aspecto	1	2	3
12. Para me divertir	1	2	3
13. Para fazer novos amigos	1	2	3
14. Para manter o corpo em forma	1	2	3
15. Para desenvolver habilidades	1	2	3
16. Para aprender novos esportes	1	2	3
17. Para ser atleta profissional	1	2	3
18. Para emagrecer	1	2	3
19. Para não ficar em casa	1	2	3

Legenda: 1-nada importante; 2-pouco importante; 3-muito importante

Para análise dos motivos para a prática de AF, o inventário se subdivide em três categorias, que são: a) competência desportiva: para vencer; para ser o melhor no esporte; porque gosto; para competir; para ser um atleta; para desenvolver habilidades; para aprender novos esportes; para ser jogador quando crescer, b) saúde: para exercitar-se; para manter a saúde; para desenvolver a musculatura; para manter o corpo em forma; para emagrecer, e c) amizade e lazer: para brincar; para encontrar os amigos; para divertir-me; para fazer novos amigos; para não ficar em casa. Cada motivo possui três níveis de importância, ou seja, “muito importante”, “pouco importante” e “nada importante”.

Utilizou-se o Statistical Package for Science Social (SPSS) (Versão 16.0) para a análise descritiva dos dados, que foram distribuídos em tabelas.

A aplicação do inventário de motivos foi realizada com cada agente da amostra antes de iniciarem sua rotina diária de trabalho. Todos os participantes receberam um termo de consentimento livre e

esclarecido, estando cientes da pesquisa e da possibilidade de desistência quando julgassem necessário.

Este projeto foi aprovado em seus aspectos éticos e metodológicos de acordo com as diretrizes estabelecidas pela Resolução 196/96 e complementares do Conselho Nacional de Saúde sob o número CAAE: 18721613.8.0000.5525

RESULTADOS

A apreciação da análise descritiva mostra que as variáveis relacionadas à competência desportiva foram consideradas, em sua maioria, nada ou pouco importantes (tabela 2). Apenas a afirmação para vencer, mostra a escolha como sendo muito importante em 4,8% dos casos.

Ao analisar o grau de motivação para a categoria saúde, observou-se que a AF foi considerada muito importante, principalmente para a manutenção da saúde (100%), para exercitar-se (87,3%), para manter o corpo em forma (87,3%) e para emagrecer (71,4%).

Contudo, percebe-se que os ASP consideraram nada importante apenas o fato de ter bom aspecto (66,7%) e desenvolver a musculatura (15,9%), enquanto que os demais

itens foram considerados pouco ou muito importantes.

Tabela 2 - Motivação segundo a competência desportiva.

Competência Desportiva	Nada Importante	Pouco Importante	Muito importante
01. Para vencer	84,1%	11,1%	4,8%
04. Para ser o melhor no esporte	100%	0%	0%
08. Para competir	100%	0%	0%
09. Para ser um atleta	100%	0%	0%
15. Para desenvolver habilidades	60,3%	39,7%	0%
16. Para aprender novos esportes	100%	0%	0%
17. Para ser atleta profissional	100%	0%	0%

Tabela 3 - Motivação segundo a saúde.

Saúde	Nada importante	Pouco importante	Muito importante
02. Para exercitar-se	0%	12,7%	87,3%
05. Para manter a saúde	0%	0%	100%
10. Para desenvolver a musculatura	15,9%	38,1%	46%
11. Para ter bom aspecto	66,7%	28,6%	4,8%
14. Para manter o corpo em forma	0%	12,7%	87,3%
18. Para emagrecer	0%	28,6%	71,4%

Tabela 4 - Motivação segundo a amizade e lazer.

Amizade e Lazer	Nada importante	Pouco importante	Muito importante
03. Para brincar	14,3%	58,7%	27%
06. Porque eu gosto	0%	13,7%	87,3%
07. Para encontrar os amigos	65,1%	28,6%	6,3%
12. Para me divertir	0%	36,5%	63,5%
13. Para fazer novos amigos	84,1%	15,8%	0%
19. Para não ficar em casa	100%	0%	0%

Tabela 5 - Valor médio e desvio-padrão (M, SD) da importância atribuída às subcategorias.

	Média	SD
Competência Desportiva	1,09	0,14
Saúde	2,52	0,41
Amizade e Lazer	1,86	0,42

Ao considerar a gosto pela prática da AF, observa-se que a escolha dos ASP centra-se em atividades físicas prazerosas, com 87,3% considerando este aspecto muito importante quando foi afirmado que a prática ocorria porque gostavam e para a diversão (63,5%).

Porém, os fatores para não ficar em casa (100%), para fazer novos amigos (84,1%)

e para encontrar com os amigos (65,1%) foram considerados como nada importante na prática da AF.

A tabela 5 mostra o valor da média e desvio padrão segundo as subcategorias do instrumento de análise. A competência desportiva se mostrou com a menor média (1,09 ± 0,14), enquanto que os motivos de

saúde foram considerados os mais relevantes para a prática de AF ($2,52 \pm 0,41$).

Analisando os resultados podemos concluir que a vertente relacionada à saúde foi escolhida como a mais importante, devido ao percentual elevado de respostas consideradas como muito importante.

A subcategoria amizade e lazer apresentou uma média menor do que a subcategoria saúde, enquanto que a subcategoria competência desportiva, apresentou percentual elevado de resposta como nada importante.

DISCUSSÃO

O presente estudo propôs identificar os fatores motivacionais que levam ASP a realizarem AF. Os resultados mostraram que os fatores relacionados à saúde (condicionamento físico, manter saúde e exercitar-se) foram considerados muito importantes para a amostra em questão.

Este resultado corrobora os resultados de diversos estudos que analisam fatores motivacionais para prática de AF.

Hellín e colaboradores (2004) analisaram 1107 sujeitos com idades entre 15 e 64 anos, de ambos os sexos na região de Murcia, com o objetivo de compreender os motivos que levam esses sujeitos a praticarem AF e os resultados mostraram que homens adultos apontaram a busca por saúde como motivo principal para prática de AF.

Gonçalves e Alchieri (2010) estudaram a motivação para prática de AF por não atletas. Estes autores analisaram 309 praticantes, com idades entre 16 e 74 anos, e observaram que a saúde apresentou-se como a principal motivação para prática de AF.

Em outro estudo, Legnani (2009) analisou 2380 universitário de ambos os sexos em uma universidade do Paraná e os resultados mostraram que universitários acima de 30 anos, se sentiram motivados por fatores relacionados a saúde (reabilitação de saúde e reabilitação de doenças).

Os resultados mostram uma conscientização na manutenção da saúde por parte dos ASP, buscando qualidade de vida, bem estar e prevenção de doenças. Esta conscientização se justifica devido aos benefícios oferecidos pela prática regular de AF que são: redução de mortes prematuras, das doenças coronarianas, das doenças

degenerativas, do risco de obesidade, do estresse, da ansiedade, da depressão e promoção do bem estar (OMS, 2006).

Para Gonçalves e Alchieri (2010) esse resultado é esperado quando o questionário é feito com pessoas adultas, pois devido o avanço da idade os indivíduos tornam-se suscetíveis a doenças e utilizam a prática regular de AF como tratamento ou controle de algumas doenças.

Podemos afirmar que a baixa importância dada aos fatores ligados à competência desportiva, deve-se ao fator idade.

Conforme o estudo de Balbinotti e colaboradores (2011), adolescentes tendem a ser motivados por fatores competitivos, porém estes diminuem com a entrada na fase adulta. De acordo com os mesmos autores, adultos jovens já passaram pela faixa de aprendizado na adolescência e agora procuram se afirmar e avançar profissionalmente.

Os fatores ligados à amizade e lazer apresentaram respostas como nada importante e pouco importante, o que mostra uma possível interferência do gênero e idade da amostra.

Hellín e colaboradores (2004) mostraram que fatores relacionados com fatores sociais são mais evidentes em jovens e mulheres.

No contexto do estudo verificou-se que os ASP praticam AF motivados por fatores relacionados à saúde, diversão e menos por competição. Porém devemos ressaltar que os fatores relativos à saúde apresentaram média superior aos demais fatores estudados.

CONCLUSÃO

Esse trabalho permitiu analisar fatores motivacionais que levam ASP a praticarem AF.

Os fatores relacionados à saúde foram considerados muito importantes, sendo os principais motivos pelos quais os ASP realizam AF, devido aos benefícios que são proporcionados por estas.

Compreender o que motiva os ASP a praticarem AF é um desafio aos profissionais envolvidos nesse contexto, tendo em vista a melhoria na qualidade de vida desses profissionais e necessidade políticas públicas do estado.

Sugerimos que futuras investigações sejam realizadas em outros municípios e

estados, buscando compreender quais as necessidades dos ASP em suas diversas formas de atuação.

Além disso, mostra-se importante compreender melhor os fatores motivacionais para a prática desportiva, permitindo a elaboração de planos de ação efetivos na melhoria da qualidade de vida e, a posterior, a elaboração de políticas públicas.

REFERÊNCIAS

- 1-Balbinotti, M. A. A.; Juchem, L.; Barbosa, M. L. L.; Saldanha, R. P.; Balbinotti, C. A. A. Qual é o perfil motivacional característico de tenistas infante - juvenis brasileiros. *Motriz*. Vol. 18. Núm. 4. p.728-734. 2012.
- 2-Balbinotti, M. A. A.; Barbosa, M. L. L.; Balbinotti, C. A. A.; Saldanha, P. R. Motivação à prática regular de atividade física: um estudo exploratório. *Estudos de psicologia*. Vol. 16. Núm. p.99-106. 2011.
- 3-Barbosa, M. L. L. Propriedades métricas do inventário de motivação para pratica regular de atividade física (IMPRAF-126). 140p. Dissertação Mestrado em Ciência do Movimento Humano. Universidade federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre. 2006.
- 4-Célis-Merchán, A. G. Adaptación al español de la escala revisada de motivos para la actividad física (MPAR) y cuestionario de clima deportivo (SCQ). *Avances em mediación*. Vol. 4. p.73-90. 2006.
- 5-Deci, E. L.; Ryan, R. M. *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum, 1985.
- 6-Dias, J. C.; Ferreira, R. E. B.; Menezes, L. C. Relação entre atividade física e síndrome metabólica em agentes penitenciários de BH, MG. *Revista brasileira de atividade física e saúde*. Vol. 17. Núm. 1. p.57-63. 2012.
- 7-Fernandes, R. C. P.; Neto, A. M. S.; Sena, G. M.; Leal, A. S.; Carneiro, C. A. P.; Costa, F. P. M. Trabalho e cárcere: um estudo com agentes penitenciários da região metropolitana de salvador, Brasil. *Cad. Saúde publica*. Vol. 18. Núm. 3. p.807-816. 2002.
- 8-Frederick, C.; Schuster, H. Competition and intrinsic motivation in physical activity: a comparison of two groups. *Journal of sport behavior*. Vol. 26. Núm. 3. p.240-253. 2003.
- 9-Gaya, A.; Cardoso, M. Os fatores motivacionais para a prática desportiva e suas relações com o sexo, idade e níveis de desempenho desportivo. *Revista Perfil*. Porto Alegre. Ano 2. Núm. 2. 1998.
- 10-Gonçalves, M. P.; Alchieri, J. C. Motivação à prática de atividade física em não atletas. *Psico-USF*. Vol. 15. Núm. 1. p.125-134. 2010.
- 11-Hellín, P.; Moreno, J. A.; Rodríguez, P. L. Motivos de práctica físico-desportiva em la región de Murcia. *Cuadernos de psicología del deporte*. Vol. 4. Núm. 2. p.101-116. 2004.
- 12-Juchem, L. Motivação à prática regular de atividades físicas: Um estudo sobre tenistas brasileiros infante-juvenis. 101p. Dissertação Mestrado em Ciência do Movimento Humano. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre. 2006.
- 13-Legnani, R. F. S. Fatores motivacionais associados à prática do exercício físico em universitários. 139p. Dissertação Mestrado em Educação Física). Universidade estadual de Londrina, Londrina. 2009.
- 14-Lopes, G. A. C. Motivação no trabalho. TCC de pós-graduação em docência do ensino superior. Rio de Janeiro: Universidade Candido Mendes. 2003. 45p.
- 15-Miragaya, A. Promoção da saúde através da atividade física. Atlas do esporte no Brasil: atlas do esporte, educação física e atividade física de saúde e lazer no Brasil, 16-28, Rio de Janeiro: CONFEF. 2006.
- 16-Organização Mundial de Saúde. Benefits of physical activity. 2006. Disponível em: <http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_benefits/en/index.html>. Acessado em: 10 de abril de 2013.
- 17-Paim, M. C. C.; Pereira, E. F. Fatores motivacionais em adolescentes para prática de jazz. *Revista da educação física/UEM*. Vol. 16. Núm. 1. p.59-66. 2005.

Revista Brasileira de Futsal e Futebol

ISSN 1984-4956 *versão eletrônica*

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

www.ibpex.com.br / www.rbff.com.br

18-Paim, M. C. C.; Pereira, E. F. Fatores motivacionais dos adolescentes para prática de capoeira na escola. *Motriz*. Vol. 10. Núm. 3. p.159-166. 2004.

19-Reichert, F. F.; Lopes, M.; Loch, M. R.; Romanzini, M. Atividade física e outros aspectos relacionados a saúde de agentes penitenciários de Londrina – PR. *Revista brasileira de atividade física e saúde*. Vol. 12. Núm. 3. 2007.

20-Saldanha, R. P. Motivação à prática regular de atividade física: Um estudo com atletas de basquetebol infanto-juvenis (13 a 16 anos). 118p. Dissertação Mestrado em Ciências do Movimento Humano. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre. 2008.

21-Samulski, D. *Psicologia do esporte*. Manole. 2002.

22-Samulski, D. *Psicologia do esporte: um manual para educação física, psicologia e fisioterapia*. 2ª edição. Manole. 2009.

23-Vissoci, J. R. N.; Vieira, R. F.; Oliveira, L. P.; Vieira, J. L. P. Motivação e atributos morais no esporte. *Revista da educação física/UEM*. Vol. 19. Núm. 2. p.173-182. 2008.

Recebido para publicação em 11/09/2013

Aceito em 20/10/2013