
BARREIRAS PARA A PRÁTICA DE ESPORTES POR SERVIDORES DE UMA UNIVERSIDADE FEDERAL – ESTUDO PILOTO

HORTÊNCIA MARIA SANTOS DE MELO (CRM-SE 1608)¹

DEBORAH LIMA RAMOS DE MELO¹

GRACIELLE COSTA REIS ¹

DAIANNE CARDINALLI RÉGO¹

AFRÂNIO DE ANDRADE BASTOS¹

¹Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, Brasil.
hortenciamelo@yahoo.com.br

INTRODUÇÃO: Os diversos benefícios advindos da prática de atividades físicas, especialmente dos esportes, têm sido estudados em especial nas áreas das ciências humanas e da saúde. Estas informações são acessíveis a muitos, porém, várias pesquisas mostram que o número de praticantes ainda é reduzido. Isto sugere a existência de barreiras, cujas magnitudes impedem o indivíduo de praticar uma atividade física. O conhecimento destas barreiras poderá facilitar a adesão à prática esportiva. **OBJETIVOS:** Identificar quais as principais barreiras para a prática de atividades esportivas citadas por servidores de uma universidade federal. **MÉTODOS:** Realizado estudo de levantamento do tipo descritivo e transversal. A população foi constituída por servidores ativos efetivos da UFS. Uma amostra de 36 indivíduos, com uma média de idade de 42 +/- 13,2 anos, foi selecionada para o estudo através de amostragem aleatória simples, destes apenas 19 participaram. Foi assinado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, e aplicado questionário com dados sociodemográficos e Questionário sobre Barreiras à Prática de Atividades Físicas para Idosos (Hirayama, 2006), adaptado para a população do estudo, composto por 20 questões em escala tipo Likert de cinco pontos sendo "5" para sempre e "1" para nunca. Os dados obtidos foram registrados em banco de dados do programa SPSS.Statistics.v20. A análise dos dados foi realizada através de estatística básica e comparação de médias, e a partir disto foram identificadas as três barreiras principais para a prática de esportes desta amostra. Considerados significativos valores de $p \leq 0,05$. **RESULTADOS:** As questões com os maiores valores de pontuação foram: Compromissos familiares (pais, cônjuge, filhos, etc.) ($\bar{x} = 3,2$); Tarefas domésticas (para com sua casa) ($\bar{x} = 2,9$); Jornada de trabalho extensa ($\bar{x} = 2,74$). Estas perguntas se referem às áreas de família e trabalho. As questões menos pontuadas foram: Falta de incentivo da família e/ou amigos ($\bar{x} = 1,53$); Medo de lesionar-se ($\bar{x} = 1,50$); Preocupação com a aparência durante a prática ($\bar{x} = 1,35$). Estes questionamentos podem ser incluídos nas áreas de família, de saúde, e de imagem corporal. **CONCLUSÃO:** Neste grupo de servidores, a prática de esportes encontra as maiores barreiras em fatores familiares e laborais.

Palavras-chave: psicologia do esporte; barreiras; empregados do governo; universidades.