

Apresentação

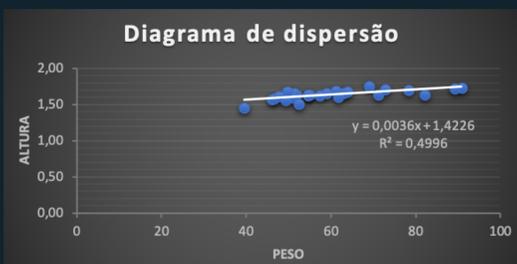
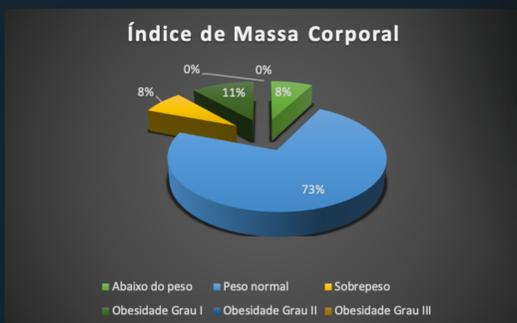
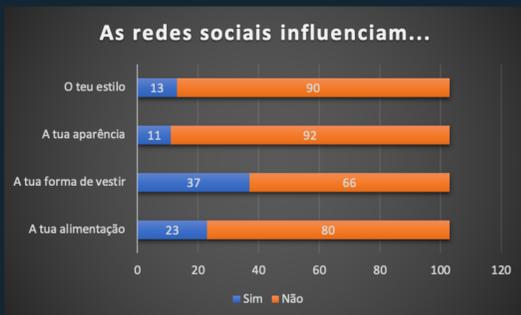
Este estudo tem como objetivo responder a questões ligadas ao padrão de beleza vigente e como este influencia o desenvolvimento físico e alimentar dos adolescentes bem como alertar para importância do pensamento crítico relativamente às redes sociais e influencers. Procura perceber os comportamentos adotados pelos alunos inquiridos no que toca a comportamentos saudáveis e em que medida as redes sociais os influenciam.

Metodologia

- Construção de dois questionário (um utilizando o Google Forms e outro utilizando o MsWord): Q1- Dados biográficos dos alunos e Q2- influência das redes sociais na alimentação e na relação com os outros;
- Realização de testes de aptidão física
- Pesagens e medições
- Análise dos dados através do Excel
- Estudo através de estatística descritiva

Resultados

	Teste vaiivém		Teste de abdominais		Teste de flexões de braço		Teste de impulsão horizontal		Teste de senta e alcança	
	Raparigas	Rapazes	Raparigas	Rapazes	Raparigas	Rapazes	Raparigas	Rapazes	Raparigas	Rapazes
	34	45	62	57	11	28	128	186	29	17
	49	26	80	44	20	5	168	127	31	8
	41	74	62	82	9	27	136	215	29	29
	60	66	63	76	20	24	195	203	28	32
	34	82	52	62	22	31	165	220	36	20
	29	67	52	59	5	30	153	235	32	27
	33	40	42	52	23	9	148	169	31	23
	30	86	49	71	7	12	129	180	22	33
	21	57	81	80	18	22	178	192	31	15
	33	73	40	82	13	30	155	257	36	32
	45		28		26		165		31	
	23		49		19		160		26	
	30		31		7		126		24	
	43		65		17		165		31	
	36		82		19		164		23	
	13		82		19		123		26	
Média	34,63	61,60	57,50	66,50	15,94	21,80	153,63	198,40	29,09	23,55



Valores_referência

Conclusões

- A média das idades dos alunos inquiridos é 15 anos. Dos alunos inquiridos, 63% são do sexo feminino e 37% são do sexo masculino.
- Relativamente aos testes de aptidão física realizados pelos alunos, em nenhum deles, nem rapazes nem raparigas se encontram no perfil atlético no entanto, encontram-se dentro da zona saudável ou acima da mesma, tendo por base os valores de referência de acordo com a média por idade e sexo.
- Ao analisarmos o gráfico de dispersão, verificamos que é possível traçar uma reta em que os pontos estejam próximos da mesma, o que nos leva a pensar que existe uma correlação entre as duas variáveis. A análise do gráfico de comportamento das duas variáveis revela que o comportamento de uma é acompanhado pelo comportamento da outra para muitos dos indivíduos, o que reforça a relação existente entre elas. Esta suspeita confirma-se analiticamente pois o coeficiente de correlação entre as variáveis é aproximadamente 0,71, pelo que a correlação linear entre estas duas variáveis é forte.
- Verifica-se também que a maioria dos alunos se encontra no peso normal.
- Conclui-se ainda que as redes sociais não têm influencia significativa nas atitudes e comportamentos estudados.

Construir-me

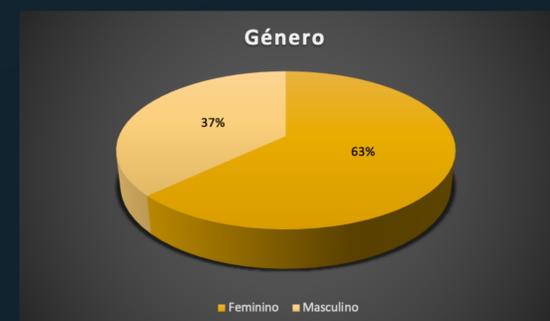
A influência social interfere na construção da identidade individual - do EU.

Para se sentirem integrados no meio social e perceber uma autoimagem positiva, os adolescentes optam pela mudança nos seus comportamento

Objetivos

- Pretende observar-se uma correlação positiva forte no que respeita ao Índice de massa corporal;
- Resultados dos testes de aptidão física dentro dos valores de referência de acordo com a idade e sexo.
- Pouca influencia das redes sociais na adoção de comportamentos

Caracterização da amostra



Recomendações

Trabalho multidisciplinar no tratamento desta população, com intervenções coesas e assertivas, bem como o papel fundamental da família. Mostram-se necessárias mais pesquisas empíricas que pautem o desenvolvimento de técnicas de intervenção baseadas em evidências

