

AUTOEFICÁCIA E O COMPORTAMENTO DE ATIVIDADE FÍSICA EM ESCOLARES DE 10 A 14 ANOS DE IGUATU-CE

Jayane Rodrigues de Lima¹

Universidade Regional do Cariri / Educação Física / Iguatu – CE, Brasil /
jayane.rodrigues@urca.br

Vitória Jady Oliveira Campos²

Thais da Silva Couras³

Ana Livia do Nascimento Oliveira⁴

Samuel Aparecido Oliveira Silva⁵

Thaynã Alves Bezerra⁶

Anastácio Neco de Souza Filho⁷

RESUMO

INTRODUÇÃO: a prática regular de atividade física (AF) durante a adolescência é fundamental para a promoção da saúde, prevenção de doenças e desenvolvimento físico e psicossocial. Entretanto, observa-se que muitos adolescentes apresentam baixos níveis de AF, influenciados por fatores individuais, sociais e ambientais. Entre os fatores que podem explicar a variação no nível de prática de AF entre escolares, destacam-se o sexo, por sua relação com aspectos culturais e comportamentais, e a autoeficácia, entendida como a crença do indivíduo na própria capacidade de realizar determinada tarefa mesmo diante de dificuldades. Compreender como esses fatores interferem no comportamento ativo é essencial para promover ações de promoção da saúde no ambiente escolar. **OBJETIVO:** analisar a relação entre a autoeficácia e a prática de atividade física de escolares de 10 a 14 anos da Cidade de Iguatu-Ce. **METODOLOGIA:** trata-se de uma pesquisa de caráter observacional do tipo transversal. A prática da atividade física dos adolescentes foi avaliada mediante entrevista com a utilização do Questionário de Atividade Física para Adolescentes (QAFA). A autoeficácia foi avaliada por uma escala através de entrevista face a face com os escolares. Os dados sociodemográficos foram avaliados através de uma entrevista com os escolares. Para analisar a associação entre variáveis independentes (sexo e autoeficácia) com a variável dependente (tempo semanal de atividade física), utilizou-se os Modelos Lineares Generalizados (GzLM), por meio da Regressão Linear. Foi adotado um nível de significância de $p < 0,05$. **RESULTADOS:** os resultados demonstraram que o sexo apresentou associação significativa com o tempo de prática de AF, onde os escolares do sexo masculino realizaram, em média, 85,1 minutos a mais de atividade física semanal quando comparados às escolares do sexo feminino. Para a relação entre a autoeficácia e prática de AF, estudantes que relataram ser capazes de praticar atividades físicas mesmo sem locais adequados próximos à residência apresentaram, em média, 96,4 minutos a mais de atividade física semanal, do que aqueles que afirmaram não conseguir praticar nessas condições. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** Adolescentes do sexo masculino e a se percebem capazes de praticar atividade física



03 a 07 de novembro
de 2025

REALIZAÇÃO



frente a alguns desafios, praticaram mais tempo de atividade física. Esses achados, reforça a necessidade de promover estratégias educativas que incentivem a participação feminina em contextos esportivos, e que estimulem a autoconfiança e a autonomia, aliadas à criação de ambientes escolares atrativos e inclusivos, podem contribuir para ampliar os níveis de atividade física entre adolescentes e promover um estilo de vida mais saudável.

Palavras-chave: Atividade física. Autoeficácia. Escolares. Sexo. Comportamento ativo.