



Autodeterminação, Composição corporal e aptidões físicas relacionadas a saúde em adolescentes: uma análise em revisão integrativa.

Lucas Janssen Teixeira
Universidade La Salle

Ricardo Pedrozo Saldanha (Orientador)

Tipo do trabalho

Comunicação oral

Tema

Ciências Médicas e da Saúde

Palavras-chave

Teoria da Autodeterminação, aptidão física, composição corporal, comportamento.

RESUMO

O comportamento humano é resultante de uma série de fatores físicos e psicológicos, aos quais são fonte de pesquisa para diversos estudos na área da saúde. A Teoria da Autodeterminação (TAD) é uma ciência que estuda o comportamento humano a fim de compreender a energia e a direção de um comportamento motivado, ou seja, comportamento oriundo da interação da motivação intrínseca e extrínseca. O período da adolescência, por exemplo, é caracterizado por uma fase crítica de relações físicas e psicossociais. Compreender este comportamento pode ser um fator determinante para evitar obesidade e o sedentarismo nas fases seguintes da vida. Dessa forma a TAD pode ser uma ferramenta pertinente para compreender os aspectos que interferem as decisões para a aderência e permanência em práticas saudáveis no período da adolescência. Mas qual seria relação do comportamento autodeterminado sobre aspectos físicos em adolescentes? Será que estilos regulatórios (Motivações intrínsecas e extrínsecas) da TAD estão relacionados com uma melhor aptidão física e de composição corporal em adolescentes? O objetivo do estudo é verificar as evidências científicas acerca da associação dos estilos regulatórios da Teoria da Autodeterminação e os scores obtidos pelos testes de aptidões físicas relacionados à saúde e composição corporal em adolescentes. O estudo é caracterizado por uma revisão integrativa. Assim, foram estabelecidos alguns critérios de inclusão para escolha dos artigos para a revisão: (a) artigos em inglês; (b) publicados entre 2009 e 2019; (c) artigos originais realizados com adolescentes de 12 a 18 anos; (d) artigos que avaliaram os estilos regulatórios da TAD e relacionaram com alguma das variáveis em estudo (composição corporal ou aptidões físicas relacionadas à saúde). Os critérios de exclusão foram artigos que não possuíssem desenho de ensaio clínico ou de revisão. Foi utilizado os bancos de dados do



BIREME, LILACS e Pubmed, com os seguintes termos conforme DeCS: Self-determination Theory, Physical Fitness, Physical, cardiorespiratory fitness, Body Composition. A busca resultou em 38 artigos e, após análise detalhada seis artigos foram selecionados para os resultados do estudo. Segundo achados no estudo os fatores regulatórios podem estar relacionados com algumas variáveis de aptidões físicas relacionadas à saúde em adolescentes, sempre levando em consideração as diferenças dos públicos estudados, para maiores conhecimentos acerca dos assuntos novos estudos com novas intervenções devem ser realizados para demonstrar essas associações.