

9.2. ESTUDO 2

O estudo 2 corresponde ao resultado da aplicação dos questionários à amostra 2, formada por 200 professores licenciados em Educação Física.

9.2.1. CARACTERIZAÇÃO DA POPULAÇÃO INQUIRIDA

Tendo em conta Tabela n.º 40 apresentada, verifica-se que as faixas etárias predominantes dos profissionais inquiridos são as de 46 a 50 anos e 26 a 30 anos, apresentando-se ainda bastantes profissionais com idades aproximadas a essas duas faixas (51 e mais anos e 31 a 35 anos), dados que confirmam que as idades dos profissionais dividem-se de forma equitativa (cerca de 50 % têm idades até aos 40 anos).

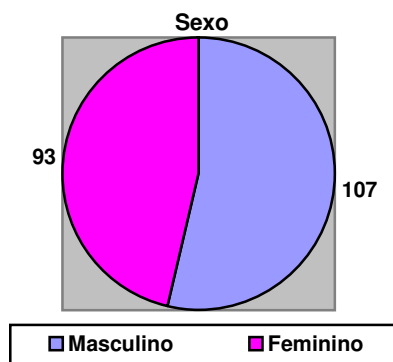
Salienta-se ainda que a média de idade dos profissionais é equivalente a 39 anos, dos quais a idade mínima é 21 anos e a idade máxima corresponde aos 58 anos. A idade que mais se repete são os 50 anos, isto é, existe um maior número de profissionais com 50 anos.

TABELA 40 – Distribuição dos profissionais por faixas etárias

Anos	Frequência	%	Anos	Frequência	%
20 - 25	15	7,5	41 - 45	23	11,5
26 - 30	34	17,0	46 - 50	36	18,0
31 - 35	31	15,5	51 e +	32	16,0
36 - 40	29	14,5	Total	200	100,0

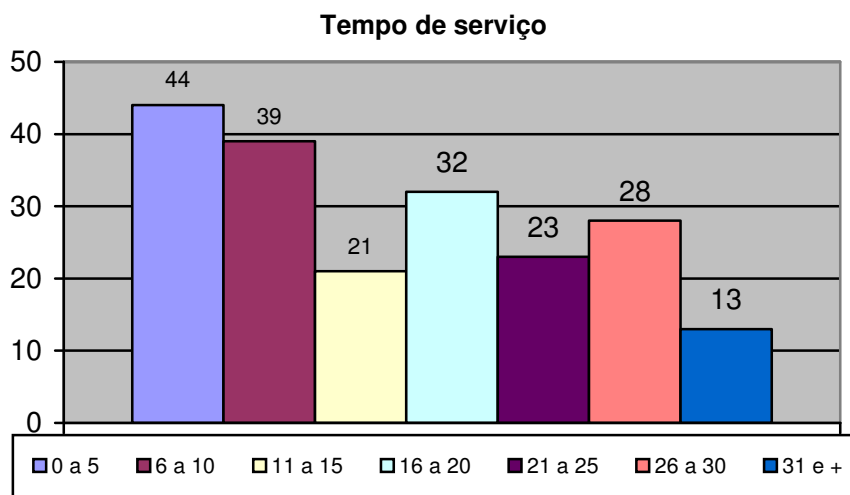
No que se refere ao sexo, Gráfico n.º 14, constata-se uma pequena diferença entre homens e mulheres, já que foram inquiridos 107 homens e 93 mulheres.

GRÁFICO N.º 14 – Distribuição dos profissionais por sexo



Pela observação do Gráfico n.º 15, tempo de serviço desses profissionais, demonstra-se que foram inquiridos maioritariamente profissionais com menor tempo de serviço (até 5 anos ou entre 6 a 10 anos de serviço), existindo ainda bastantes inquiridos com tempo de serviço compreendido entre 16 e 20 anos ou 26 a 30 anos. Este facto deveu-se à maior disponibilidade manifestada pelos profissionais com menos tempo de serviço.

GRÁFICO N.º 15 – Distribuição dos profissionais por tempo de serviço



Quanto às habilitações próprias para o trabalho específico com a população idosa, a tabela seguinte demonstra, no imediato, que a grande maioria não possui qualificações adequadas à respectiva intervenção junto dos senescentes (134 inquiridos), embora existam inquiridos com frequência de acções de formação (14), cursos especializados (9) ou monitores desportivos (8) com noções nessa área.

Neste sentido, podemos referir que o profissional é um técnico que não adquiriu a sua formação numa só etapa ou em etapas sucessivas, encontrando-se num processo de formação contínuo, onde se desenvolve profissionalmente, dotando-se de capacidade de resposta para as várias ocorrências profissionais que vão surgindo ao longo da execução da sua profissão.

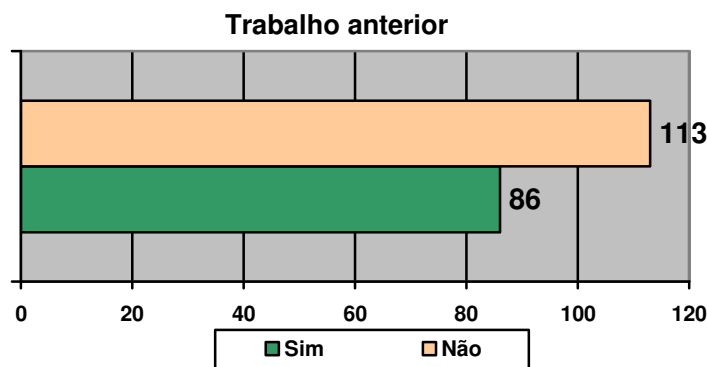
TABELA N.º 41 – Distribuição dos profissionais pelas habilitações próprias para a população sénior

	Frequência	%
Não tem	134	67,0
Disciplinas	7	3,5
Acções de formação	14	7,0
Curso especializado	9	4,5
Monitor desportivo	8	4,0
Pós-graduação	1	,5
Mestrado	5	2,5
Total	178	89,0
NR	22	11,0
Total	200	100,0

Pela análise do Gráfico n.º 16 constatámos que a maioria dos profissionais (113 inquiridos) nunca trabalhou com a população idosa, aspecto que poderá estar

relacionada com a falta de habilitações próprias que poucos detêm. No entanto, existiam, no momento de aplicação dos inquéritos, 53 profissionais que trabalhavam com senescentes (cerca de 25 % do total da amostra).

GRÁFICO N.º 16 – Trabalho com este grupo etário



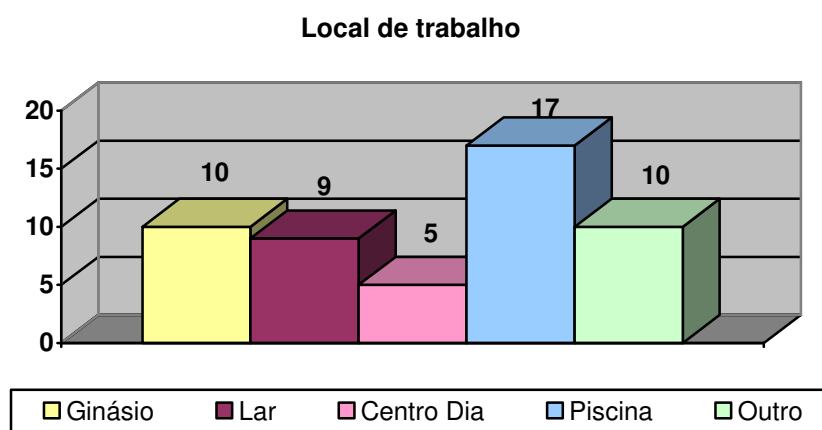
A maioria dos profissionais ocupava 2 de horas semanais de trabalho com a população idosa, existindo ainda alguns deles com 10 e 6 horas de trabalho semanal. De salientar ainda que a média de horas semanais de trabalho com os senescentes era correspondente a 10 (Tabela n.º 42).

TABELA N.º 42 – Distribuição dos profissionais pelo trabalho actual e pela carga horária semanal

Trabalho actual			Horas semanais								
	Frequência	%	Horas	Frequência	%	Horas	Frequência	%	Horas	Frequência	%
Sim	53	26,5	1	2	1,0	16	2	1,0	6	7	3,5
Não	147	73,5	10	7	3,5	2	13	6,5	8	3	1,5
Total	200	100,0	11	1	,5	3	1	,5	NA	147	73,5
			12	2	1,0	35	2	1,0	Total	197	98,5
			14	1	,5	4	4	2,0	NR	3	1,5
			15	4	2,0	5	1	,5	Total	200	100,0

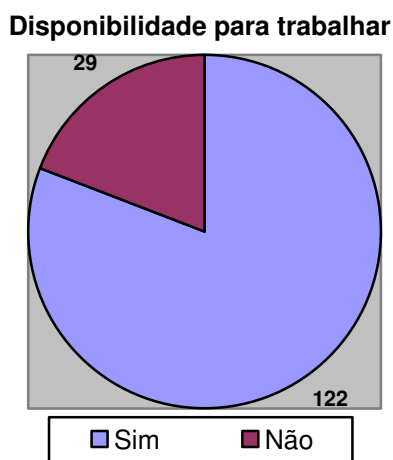
Esse trabalho, com a população idosa, conforme Gráfico n.º 17, era maioritariamente realizado na piscina, embora outros locais adequados à prática de actividades físicas (como é o caso do ginásio) ou equipamentos sociais com valências de apoio à terceira idade (lar e centro de dia). Ainda foram referidos outros locais, embora sem expressão significativa, tais como Câmara Municipal, Casa do Povo, Clube Desportivo, Colectividade, Ensino Recorrente ou Junta de Freguesia.

GRÁFICO N.º 17 – Local de Trabalho



Quando questionados sobre a sua disponibilidade para trabalhar junto da população idosa, Gráfico n.º 18, larga maioria de profissionais referiu estar disponível (122 casos), havendo, no entanto, 29 profissionais sem essa disponibilidade. Aspecto a salientar é o de existir por parte de 57,5 % dos inquiridos a consciência de uma preparação efectiva, mesmo sem habilitações específicas da maioria (54 inquiridos), para intervir junto desse público-alvo, contra os 42,5 % que não se consideram preparados para tal.

GRÁFICO N.º 18 – Disponibilidade para trabalhar com a população sénior



Os profissionais salientam ainda que essa falta de preparação resulta de vários factores, tais como pouca formação, falta de actualização de conhecimentos, características dos senescentes, falta de tempo para obter formação, falta de experiência e motivação ou falta de interesse pela área.

É importante que os profissionais estejam dotados de conhecimentos que lhe permitam evitar ocorrências críticas, através de uma correcta avaliação do equilíbrio biopsicossocial dos formandos e de uma avaliação contínua da maneira como eles se relacionam com o meio em que se encontram inseridos.

TABELA N.º 43 – Falta de preparação profissional para trabalhar com a população sénior

	Frequência	%		Frequência	%
88 – Não aplicável	115	57,5	Falta interesse pela área	1	,5
Características senescentes	2	1,0	Falta motivação procura formação	1	,5
Falta actualização conhecimentos	10	5,0	Falta tempo obter formação	2	1,0
Falta experiência e motivação	1	,5	Pouca formação	13	6,5
Falta formação na área	54	27,0	Pouca formação (fisiológica e anatómica)	1	,5
Total				200	100,0

9.2.2. SÍNTESE DA 1ª PARTE DO QUESTIONÁRIO

Poder-se-ia definir um perfil associado aos profissionais inquiridos, baseado nos dados predominantes nas respostas dadas pela maioria da amostra. Assim sendo, o profissional teria entre 46 e 50 anos de idade, seria do sexo masculino, com tempo de serviço até aos 5 anos, sem habilitações específicas próprias e experiência de trabalho junto da população senescente, embora com disponibilidade para esse trabalho e considerando-se preparado para tal.

9.2.3. ANÁLISE DESCRITIVA DA 2ª PARTE DO QUESTIONÁRIO

No que diz respeito à segunda parte do questionário aplicado, é apresentada a análise individual de 30 itens que reflectem uma escala de opinião (Não Concordo, Concordo Pouco, Concordo Muito, Concordo MUITÍSSIMO) onde avaliamos as atitudes relacionais dos profissionais em relação à população sénior e a formação destes profissionais em relação à mesma população.

Deste modo, quando questionados sobre a explicação dos exercícios ou conceitos de forma clara aos senescentes, Tabela n.º 44, a grande maioria (73 %) concordou muitíssimo dessa necessidade.

Inerente a qualquer processo formativo encontra-se a boa comunicação, dado que interfere de forma decisiva nas necessidades dos intervenientes e nos seus comportamentos.

TABELA N.º 44 - A explicação dos exercícios ou conceitos deve ser feita de forma clara – Item 1

	Frequência	%
Concordo pouco	2	1,0
Concordo muito	52	26,0
Concordo muitíssimo	146	73,0
Total	200	100,0

“A prática de actividades físicas não é uma forma de ocupação de tempos livres” era outro aspecto a ser avaliado, Tabela n.º 45, tendo existido maior discrepância em

termos de opinião traduzida. Deste modo, a maioria dos inquiridos (116 profissionais) não concorda com a frase, existindo, no entanto, 3 deles com uma opinião totalmente contrária (concordo muitíssimo).

Tempo livre é o espaço onde podemos realizar actividades com as quais conquistamos recompensas, realização, sem existir obrigação, imposição ou rotina. Estas actividades têm origem numa necessidade de realização pessoal, onde são utilizadas acções e interesses livres de inconvenientes ou limites.

TABELA N.º 45 - A prática de actividades físicas não é uma forma de ocupação de
tempos livres – Item 2

	Frequência	%
Não concordo	116	58,0
Concordo pouco	52	26,0
Concordo muito	27	13,5
Concordo muitíssimo	3	1,5
Total	198	99,0

Relativamente ao terceiro item apresentado (a opinião do senescente deve ser considerada na prática de actividades físicas), 119 profissionais concordam muito, havendo 66 deles que concordam muitíssimo (Tabela n.º 46).

Em qualquer actividade, a opinião do senescente, ou de outro indivíduo de qualquer idade, deve ser considerada. O senescente tem necessidade de agir de acordo com as suas crenças e valor, executando acções e gestos de acordo com a sua noção pessoal do bem, do mal e da justiça.

TABELA N.º 46 - A opinião do senescente deve ser considerada na prática de
actividades físicas – Item 3

	Frequência	%
Concordo pouco	13	6,5
Concordo muito	119	59,5
Concordo muitíssimo	66	33,0
Total	198	99,0

Quando se diz “A boa disposição e humor na prática de actividades físicas não facilita a socialização e a integração dos senescentes”, quase a totalidade dos profissionais refuta a ideia, conforme Tabela n.º 47, na medida em que 97 % não concordam com a expressão.

Neste intento, podemos referir que a actividade físico/motora é procedência de comunicação e conhecimento, de sentimentos e emoções, de prazer ético, de factor de desenvolvimento filogénico e ontológico.

TABELA N.º 47 - A boa disposição, e humor na prática de actividades físicas não
facilita a socialização e a integração dos senescentes – Item 4

	Frequência	%
Não concordo	194	97,0
Concordo pouco	4	2,0
Concordo muito	1	,5
Concordo muitíssimo	1	,5
Total	200	100,0

Pela análise da Tabela n.º 48 verificámos que agregado a uma preparação adequada à intervenção com o senescente, surge o facto de uma ampla maioria de profissionais

concordar pouco (89 indivíduos) ou não concordar (86 indivíduos) com a ideia de não estarem suficientemente preparados para ajudar emocionalmente o senescente e a sua família.

Na opinião de Barbosa (2000) o profissional deve ser portador de laços familiares potentes, compreender o verdadeiro sentido de família, ser delicado, popular, aplicado, paciente, produtivo e acessível a novas experiências.

TABELA N.º 48 - Não estou suficientemente preparado para ajudar emocionalmente o senescente e a sua família – Item 5

	Frequência	%
Não concordo	86	43,0
Concordo pouco	89	44,5
Concordo muito	23	11,5
Concordo muitíssimo	2	1,0
Total	200	100,0

O item 6, referido na Tabela n.º 49, faz referência à ausência de dificuldade dos profissionais em falar sobre os estilos de vida dos senescentes, pelo que 61 % concorda com essa ideia e 17,5 % concorda muitíssimo, ou seja, apesar da falta de formação específica para trabalhar com senescentes, cerca de 80 % dos profissionais inquiridos não tem dificuldades nessa área.

Em relação a este grupo populacional Berger e Mailloux-Poirier (1995: 5) opinam que “(...) *representam um grupo heterogéneo com estilos de vida e necessidades variadas*” devendo o profissional ser conhecedor das suas crenças, valores ou interesses, das suas capacidades e das suas histórias de vida.

TABELA N.º 49 - Não tenho dificuldade em falar com senescente sobre o seu estilo de vida – Item 6

	Frequência	%
Não concordo	10	5,0
Concordo pouco	32	16,0
Concordo muito	123	61,5
Concordo muitíssimo	35	17,5
Total	200	100,0

Associado à ideia anterior existe o facto dos profissionais deverem procurar compreender o estado emocional do senescente. Deste modo, na Tabela n.º 50 verificámos também que ampla maioria (99 %) concordam muitíssimo (134 profissionais) ou concordam muito (64 indivíduos).

Em relação ao estado emocional, Berger (1995) opina que a prática regular de actividades físicas provoca também uma melhoria significativa nesta área, tal como no auto-conceito e na auto-estima, ocorre uma diminuição do stress, dos níveis de ansiedade e depressão e possibilita a vivência de momentos de prazer. Estes efeitos são de grande significado para qualquer sujeito, mas gozam de grande importância para a população idosa, sendo importante que os profissionais procurem compreender os domínios que perturbam, de forma negativa, a saúde e consequentemente o bem-estar na população sénior.

TABELA N.º 50 - Os profissionais devem procurar compreender o estado emocional do
senescente - Item 7

	Frequência	%
Concordo pouco	2	1,0
Concordo muito	64	32,0
Concordo muitíssimo	134	67,0
Total	200	100,0

“Não praticar actividades de ocupação de tempos livres interfere negativamente na qualidade de vida do senescente” foi uma ideia que obteve uma avaliação positiva por parte dos profissionais inquiridos (96 %), em que a maioria deles concordaram muitíssimo (61%) ou concordaram muito (34,5 %).

A ocupação dos tempos livres tem efeitos positivos na qualidade de vida dos senescentes contudo, é da máxima importância que estas actividades sejam preparadas com cuidado e apropriadas às capacidades, necessidades e estilo de vida dos mesmos.

TABELA N.º 51 - Não praticar actividades de ocupação de tempos livres interfere
negativamente na qualidade de vida do senescente – Item 8

	Frequência	%
Não concordo	5	2,5
Concordo pouco	3	1,5
Concordo muito	69	34,5
Concordo muitíssimo	122	61,0
Total	199	99,5

A linguagem utilizada com o senescente, Tabela n.º 52, é considerada importante por quase todos os inquiridos (175 profissionais).

Quando realizamos actividades físicas, uma parte da comunicação faz-se sem palavras, o que é de realçar, pois algumas vezes a população idosa tem dificuldades em se exprimir oralmente, ocorrendo dificuldades de expressão e compreensão. Deve pois o formador utilizar uma linguagem acessível tendo em conta o grupo de formandos e o seu próprio contexto.

TABELA N.º 52 - Não utilizar linguagem acessível para senescente não é importante –

Item 9

	Frequência	%
Não concordo	175	87,5
Concordo pouco	10	5,0
Concordo muito	8	4,0
Concordo muitíssimo	4	2,0
Total	197	98,5

Outro factor que reúne um consenso global por parte dos profissionais (197) diz respeito à importância de dar a atenção necessária ao senescente, havendo 106 inquiridos que concordam muitíssimo e 91 que concordam muito (Tabela n.º 53).

O senescente é alguém capaz de desenvolver actividades, transmitir o seu saber acumulado ao longo dos anos, ao qual é importante proporcionar a atenção necessária. A desvalorização, a nível social, destes indivíduos, contradiz com a abundância de informação e de conhecimento que eles foram acumulando ao longo da sua existência. São portadores de uma extraordinária grandeza de vivências e saberes, mas se não obtiverem a atenção necessária sentem-se, por vezes, abandonados e supérfluos.

TABELA N.º 53 - É importante dar a atenção necessária ao senescente – Item 10

	Frequência	%
Concordo pouco	2	1,0
Concordo muito	91	45,5
Concordo muitíssimo	106	53,0
Total	199	99,5

Com a observação da Tabela n.º 54 constatámos que a larga maioria dos profissionais (99 %) salienta a importância de partilhar experiências e sentimentos com outros colegas que já tenham trabalhado com senescentes. Este aspecto poderá estar relacionado com a falta de preparação própria para o trabalho com senescentes e essa mesma percepção por parte dos inquiridos.

É sempre importante a partilha de experiências e de sentimentos com outros colegas, pois através desta partilha aumentamos os nossos conhecimentos e ficamos mais despertos para determinadas situações.

TABELA N.º 54 - Não é importante partilhar experiências e sentimentos com outros colegas que já tenham trabalhado com senescentes – Item 11

	Frequência	%
Não concordo	185	92,5
Concordo pouco	13	6,5
Concordo muito	2	1,0
Total	200	100,0

“Promover um clima de confiança no diálogo com o senescente não é importante” é outra ideia negligenciada pelos inquiridos, dado que de acordo com a Tabela n.º 55, 93 % deles refuta (não concorda) a ideia.

Importantes valores como a confiança, a vontade, a coragem, a capacidade de aprender e a capacidade relacional encontram-se relacionados com a personalidade e o desenvolvimento psicológico, caracterizando as conquistas positivas deste grupo populacional.

TABELA N.º 55 - Promover um clima de confiança no diálogo com o senescente não é importante – Item 12

	Frequência	%
Não concordo	186	93,0
Concordo pouco	11	5,5
Concordo muito	1	,5
Concordo muitíssimo	1	,5
Total	199	99,5

Com a Tabela n.º 56, verificámos que metade dos profissionais inquiridos concorda muito com o facto da componente afectiva ser considerada tão importante como a técnica, havendo também 41 % que concordam muito com a respectiva ideia.

A qualidade de vida abarca diferentes áreas, que em reunião formam um todo, composto por: satisfação pessoal, auto-estima, desempenho, comparação com outros, experiência e conhecimento prévios, situação económica, saúde geral e estado emocional, elementos que contribuem para uma qualidade de vida plena. Assim podemos referir que a componente afectiva é bastante importante para os longevos.

TABELA N.º 56 - A componente afectiva é tão importante como a técnica – Item 13

	Frequência	%
Não concordo	1	,5
Concordo pouco	16	8,0
Concordo muito	100	50,0
Concordo muitíssimo	82	41,0
Total	199	99,5

Apesar da afectividade que possa ser estabelecida entre o profissional e o senescente, pela análise da Tabela n.º 57, apurámos que 194 inquiridos concordam muitíssimo ou muito no facto da intimidade do senescente dever ser preservada.

Esta fase da vida constitui um período semelhante às outras etapas da vida, apesar do indivíduo exibir certas reduções, que aumentam com o decorrer da idade, com maior relevo nos últimos anos de vida, ele continua a possuir potencialidades. Apesar destas limitações a sua intimidade deve ser sempre preservada.

TABELA N.º 57 - A intimidade do senescente deve ser preservada – Item 14

	Frequência	%
Não concordo	1	,5
Concordo pouco	5	2,5
Concordo muito	81	40,5
Concordo muitíssimo	113	56,5
Total	200	100,0

Mais variável é a opinião dos inquiridos referente à importância do formador na prática de actividades físicas por parte dos senescentes, ou seja, cerca de metade (49 %) dos profissionais não concordam com uma relação de dependência da prática de actividades

físicas. No entanto, 35,5 % concordam pouco com a respectiva ideia, havendo ainda 11,5 % que concordam muito (Tabela n.º 58).

O profissional deverá possuir competências, instrumentos e estratégias metodológicas que estimulem os senescentes a reconhecerem e valorizarem a sua biografia, a promoção do seu bem-estar global e a prática de actividades físicas.

TABELA N.º 58 - A prática de actividades físicas pelos senescentes não depende do formador – Item 15

	Frequência	%
Não concordo	98	49,0
Concordo pouco	71	35,5
Concordo muito	23	11,5
Concordo muitíssimo	5	2,5
Total	197	98,5

“Os senescentes devem ser respeitados” é uma consensual por parte dos profissionais, na medida em que 199 indivíduos do total da amostra concordam muitíssimo (163) ou concordam muito (36).

O respeito é um dos conceitos que poderá ser inculcado e fomentado através da prática de actividades físicas. Ele é a base para um conjunto de relações assertivas fundamentais.

TABELA N.º 59 - Os senescentes devem ser respeitados – Item 16

	Frequência	%
Não concordo	1	,5
Concordo muito	36	18,0
Concordo muitíssimo	163	81,5
Total	200	100,0

A falta de informação actualmente não é considerada plausível, Tabela n.º 60. O mesmo é encarado pelos inquiridos que não concordam (95 %) com a ideia vantajosa de não transmitir aos senescentes a importância da prática de actividades físicas para a promoção da sua saúde.

Na população sénior, é fundamental que a prática regular de actividades físicas (andar, dançar, nadar...) seja desenvolvida de acordo com a aptidão de cada sujeito, melhorando a aptidão físico motora, aumentando a tonicidade e resistências musculares e cardiorespiratórias. O conhecimento do valor da prática de actividades físicas por parte dos idosos reveste-se de importância. Conhecedores das vantagens desta prática os senescentes podem orientar as suas acções para o desenvolvimento de actividades físicas próprias promovendo o seu bem-estar global.

TABELA N.º 60 - Não transmitir aos senescentes a importância da prática de actividades físicas para a promoção da sua saúde é vantajoso – Item 17

	Frequência	%
Não concordo	190	95,0
Concordo pouco	7	3,5
Concordo muito	1	,5
Concordo muitíssimo	2	1,0
Total	200	100,0

Também a quase totalidade dos inquiridos (199), conforme Tabela n.º 61, estão em concordância quanto ao facto das actividades e conceitos transmitidos aos senescentes deverem ser os mais adequados tendo em conta o seu bem-estar.

A actividade físico/motora tem por base uma série de entendimentos científicos e normas elementares, que dão o seu contributo para bons resultados, sendo os princípios gerais o tipo de actividade, a frequência, a duração, a intensidade, a regularidade, a progressividade, a personalidade dos praticantes e o perfil do formador. Estes factores coadjuvados contribuem para o bem-estar na população sénior.

TABELA N.º 61 - As actividades e conceitos transmitidos aos senescentes devem ser os mais adequados tendo em conta o seu bem estar – Item 18

	Frequência	%
Concordo pouco	1	,5
Concordo muito	76	38,0
Concordo muitíssimo	123	61,5
Total	200	100,0

A Tabela n.º 62, refere a importância de prestar atenção aos senescentes quando falam dos seus problemas, sendo outro aspecto que reúne consenso entre a larga maioria dos inquiridos profissionais (99 %), em que cerca de metade da amostra concorda muito com essa questão.

O profissional deverá ser um técnico capacitado com grande poder de escuta, para poder ouvir a população sénior nos seus inúmeros momentos de desabafo.

TABELA N.º 62 - É importante prestar atenção aos senescentes quando falam dos seus problemas - Item19

	Frequência	%
Concordo pouco	2	1,0
Concordo muito	102	51,0
Concordo muitíssimo	96	48,0
Total	200	100,0

A autonomia do senescente deve ser promovida. Esta é uma ideia, referida na Tabela n.º 63, que a grande maioria dos profissionais concordam muitíssimo (112 indivíduos) ou concordam muito (81 indivíduos).

A prática de actividades físicas poderá proporcionar uma maior autonomia e retardar o período de dependência na idade mais avançada, fomentando a qualidade de vida, principalmente no período posterior à aposentação dos cidadãos. Assim, podemos referir que um estilo de vida mais activo permite à população sénior manter ou melhorar as suas capacidades funcionais, a sua independência e qualidade de vida. A prática de actividades físicas contribui para a autonomia dos senescentes, pois promove melhorias na saúde física e mental e na manutenção da funcionalidade indispensável para a autonomia nas tarefas diárias.

TABELA N.º 63 - Deve ser promovida a autonomia do senescente – Item 20

	Frequência	%
Concordo pouco	7	3,5
Concordo muito	81	40,5
Concordo muitíssimo	112	56,0
Total	200	100,0

O processo de avaliação é considerado importante no trabalho com os senescentes. Assim, 88 % dos inquiridos concorda muitíssimo ou muito com o facto de não dever ocorrer prática de actividades físicas sem os senescentes serem avaliados (Tabela n.º 64).

A prática de actividades físicas deve ser recomendada para todos os indivíduos contudo, para evitar que os portadores de determinadas patologias sejam colocados em risco durante a sua realização é necessário proceder à avaliação dos formandos.

TABELA N.º 64 - Não deve ocorrer prática de actividades físicas sem os senescentes serem avaliados - Item 21

	Frequência	%
Não concordo	12	6,0
Concordo pouco	12	6,0
Concordo muito	52	26,0
Concordo muitíssimo	124	62,0
Total	200	100,0

Com a análise da Tabela n.º 65, verificámos que a tomada de decisões por parte do senescente sem a influência de terceiros é tida pelos profissionais como importante, já que 138 inquiridos concordam muito com a ideia e 54 concordam muitíssimo.

É bastante importante que o senescente seja ajudado a tomar decisões sem receber influência de terceiros. O senescente é um indivíduo que possui vastos conhecimentos e experiências, que possui opinião própria e que necessita, por vezes, ajuda para tomar decisões.

TABELA N.º 65 - É importante ajudar o senescente a tomar decisões sem o influenciar

– Item 22

	Frequência	%
Concordo pouco	8	4,0
Concordo muito	138	69,0
Concordo muitíssimo	54	27,0
Total	200	100,0

Afirmar que não deve ser estabelecida uma relação além da profissional com os senescentes não é considerado pela maioria dos inquiridos (58 %), havendo, no entanto, profissionais que concordam pouco com a ideia (37 %) e 5 % que concordam muito e muitíssimo (Tabela n.º 66).

Donaldson (2000: 409) refere que a prática de actividades físicas proporciona também melhoria nos aspectos psicológicos e sociais dos indivíduos que a praticam com regularidade. As expectativas dos longevos, bem como as suas aprendizagens pessoais e profissionais e ainda as aprendizagens formais e informais traduzidas nas suas histórias de vida, constituem o ponto de partida de qualquer intervenção formativa, devendo a relação que se mantém entre o formador e os formandos ser entendida como um processo portador de uma determinada mensagem.

TABELA N.º 66 - Não deve ser estabelecida uma relação além da profissional com os senescentes – Item 23

	Frequência	%
Não concordo	116	58,0
Concordo pouco	74	37,0
Concordo muito	6	3,0
Concordo muitíssimo	4	2,0
Total	200	100,0

O respeito pelo senescente como pessoa humana e ser único é tido como relevante no processo de trabalho entre os profissionais e os senescentes, Tabela n.º 67, na medida em que 121 inquiridos concordam muitíssimo com esse aspecto, assim como os 76 que concordam muito.

A prática de actividades físicas nasce de uma necessidade de realização pessoal, onde a população idosa utiliza os seus próprios interesses e acções sem quaisquer impedimentos ou limites, ocorrendo valorização pessoal onde o indivíduo é respeitado como pessoa humana.

TABELA N.º 67 - Reconheço que o senescente é um ser único, que deve ser respeitado como pessoa humana – Item 24

	Frequência	%
Não concordo	1	,5
Concordo pouco	2	1,0
Concordo muito	76	38,0
Concordo muitíssimo	121	60,5
Total	200	100,0

Quando os profissionais são questionados sobre as relações de ajuda interpessoal como base das actividades físicas por parte dos senescentes, como podemos ver pela Tabela n.º 68, a maioria não concorda com a ideia (57,5 %), existindo 29 % dos inquiridos que concordam pouco, 10,5 % que concordam muito e 2,5 % que concordam muitíssimo.

Relativamente às relações de ajuda interpessoais elas devem basear-se no bom relacionamento interpessoal pois são de grande importância para a promoção do bem-estar global na população sénior. A actividade física contribui para promover as relações de ajuda interpessoais, que por sua vez contribuem para a autonomia e conservação das competências dos senescentes.

TABELA N.º 68 - As actividades físicas não se baseiam em relações de ajuda interpessoais - Item25

	Frequência	%
Não concordo	115	57,5
Concordo pouco	58	29,0
Concordo muito	21	10,5
Concordo muitíssimo	5	2,5
Total	199	99,5

“O respeito pelos senescentes é base fundamental para estabelecer uma boa relação” é outra das ideias que maior consenso reúne entre os profissionais inquiridos, Tabela n.º 69, já que 99 % concordam muitíssimo (120 indivíduos) ou concordam muito (78 indivíduos).

O respeito é transmitido através da forma como os indivíduos se relacionam, neste sentido, pois tal como nos refere Lazure, (1994) o respeito não é uma particularidade da relação de ajuda é sim um atributo básico, uma valia, uma maneira que encontra representação nas condutas dos indivíduos.

TABELA N.º 69 - O respeito pelos senescentes é base fundamental para estabelecer
uma boa relação – Item 26

	Frequência	%
Concordo pouco	2	1,0
Concordo muito	78	39,0
Concordo muitíssimo	120	60,0
Total	200	100,0

Se observarmos a Tabela n.º 70 damos-nos conta que factor concordante entre os profissionais, em cerca de 99 %, é a importância dos profissionais terem conhecimentos do estado de saúde dos senescentes, no sentido de melhor adequar as actividades físicas ao senescente.

É da máxima importância que os profissionais possuam dados informativos sobre o estado de saúde dos senescentes, pois só desta forma poderão promover a melhoria desse estado de saúde e promover o bem-estar global na população sénior.

TABELA N.º 70 - É importante ter conhecimentos do estado de saúde dos senescentes –
Item 27

	Frequência	%
Concordo pouco	2	1,0
Concordo muito	57	28,5
Concordo muitíssimo	141	70,5
Total	200	100,0

A expressão das expectativas por parte do senescente, Tabela n.º 71, é tida como importante para 173 profissionais, havendo, no entanto, inquiridos que não reflectem essa postura (27).

Os senescentes são sujeitos que necessitam muito transmitir as suas expectativas, que poderão ser concretizadas através da forma verbal e não verbal. É importante que o profissional seja uma pessoa aberta permitindo ao senescente expor as suas expectativas.

TABELA N.º 71 - O senescente expressar as suas expectativas não é importante – Item

28

	Frequência	%
Não concordo	173	86,5
Concordo pouco	26	13,0
Concordo muitíssimo	1	,5
Total	200	100,0

Outro aspecto que vai de encontro ao referido anteriormente é a não importância de ajudar o senescente a exprimir os seus problemas e a procura motivá-lo para a procura de soluções, uma vez que 87 % dos profissionais não concorda com essa ideia e 11,5 % que concordam pouco, conforme Tabela n.º 72.

A actividade física poderá ser uma actividade facilitadora da expressão, por parte dos senescentes, dos seus problemas. O profissional deverá estar desperto para essas formas de expressão e encaminhar os longevos para a procura de soluções

TABELA N.º 72 - Não é importante ajudar o senescente a exprimir os seus problemas e procurar motivá-lo para a procura de soluções - Item29

	Frequência	%
Não concordo	174	87,0
Concordo pouco	23	11,5
Concordo muito	1	,5
Concordo muitíssimo	2	1,0
Total	200	100,0

Do total da amostra, 199 profissionais concordaram muitíssimo (59,5 %) e concordaram muito (40 %), como podemos aferir pela Tabela n.º 73, com a afirmação “As experiências dos senescentes devem ser valorizadas”, aspecto associado à própria valorização do senescente enquanto pessoa.

É importante partilhar, com a partilha ocorre o conhecimento e com o conhecimento as experiências são valorizadas, valorizando-se também o senescente como pessoa única que é, e como elemento de um conjunto que faz parte da sociedade.

TABELA N.º 73 - As experiências dos senescentes devem ser valorizadas – Item 30

	Frequência	%
Concordo pouco	1	,5
Concordo muito	80	40,0
Concordo muitíssimo	119	59,5
Total	200	100,0

Relativamente às associações que se podem constatar a partir da amostra, existem algumas que importam ser referidas e que estão relacionadas com os próprios objectivos do trabalho.

9.2.4. CRUZAMENTO DE VARIÁVEIS

Tendo em conta a elevada falta de habilitações próprias relacionadas com os senescentes (67 %) e o sentimento de falta de preparação profissional para trabalhar com os senescentes por parte de 42,5 % dos profissionais, ao cruzarmos ambas as variáveis verifica-se existir uma associação, uma vez que o valor de significância é inferior a 0,05 sendo possível a sua aceitação e com um grau de relação de cerca de 38 % de profissionais que não se sente preparado por falta de habilitações específicas.

Também associada (com valor de significância inferior a 0,05) à preparação dos profissionais encontramos a variável do trabalho desenvolvido anteriormente, isto é, cerca de 40 % dos profissionais sente que pelo facto de ter já trabalhado com senescentes terão mais preparação para intervir junto desse público-alvo.

Outra associação verificada, equivalente a 54 %, foi a que se refere ao trabalho realizado anteriormente com senescentes e a disponibilidade actual para esse trabalho, ou seja, existe uma relação com um valor de significância de 0,04 entre os profissionais com experiência anterior e a disponibilidade para continuar a trabalhar com senescentes.

Ao procedermos à análise de uma possível relação entre o sexo e essa mesma disponibilidade, percebe-se claramente que não existe associação entre as duas variáveis, com um valor de significância extremamente elevado (0,745).

Confirma-se ainda uma associação de 65 % entre o tempo de serviço dos profissionais e a disponibilidade para trabalhar com os senescentes, cujo valor de significância é inferior a 0,05.

Os valores de coeficiente de associação (75 %) e o valor de significância inferior a 0,05 demonstram existir associação entre a falta de habilitações próprias para trabalhar com senescentes e a opinião dos profissionais relativa ao item 5 (não estou suficientemente preparado para ajudar emocionalmente o senescente e a sua família).

No que se refere ao item 1 (a explicação dos exercícios ou conceitos deve ser feita de forma clara) e o item 18 (as actividades e conceitos transmitidos aos senescentes devem ser os mais adequados tendo em conta o seu bem-estar), verifica-se uma associação entre as duas variáveis, na medida em que o valor de associação é de 75 % e o valor de significância é de 0,01.

Esta ideia acresce outro tipo de informação relevante: os profissionais acreditam na valorização do senescente, no seu respeito como ser humano e nas experiências que os mesmos podem transmitir e que são válidas na melhoria da sua integração social, bem-estar global e autonomia.

9.2.5. FIABILIDADE INTERNA DO QUESTIONÁRIO

No que diz respeito à fiabilidade interna do questionário, e quando utilizado o método de coeficiente de *alpha*, no que se refere aos itens apresentados na segunda parte do questionário, verifica-se um valor médio de consistência interna (.62), não existindo uma competência relacional elevada entre os diversos itens (carácter técnico, relacional ou de opinião).

QUADRO N.º 5 – Estudo dos Itens

	Média	Variância	Correlação	Alpha		Média	Variância	Correlação	Alpha
ITEM 1	75,1684	22,3101	,3008	,6031	ITEM 16	75,0737	22,6189	,2993	,6057
ITEM 2	77,3105	23,1676	,0139	,6362	ITEM 17	77,8211	23,7244	,0071	,6247
ITEM 3	75,6105	22,5459	,1838	,6125	ITEM 18	75,2684	21,9223	,3667	,5966
ITEM 4	77,8421	23,7845	,0015	,6240	ITEM 19	75,4053	22,1788	,2901	,6028
ITEM 5	77,1947	22,5703	,1232	,6203	ITEM 20	75,3421	22,3109	,2434	,6068
ITEM 6	75,9474	22,2089	,1755	,6140	ITEM 21	75,4526	21,5507	,2029	,6119
ITEM 7	75,2263	22,2289	,2999	,6026	ITEM 22	75,6579	22,4062	,2483	,6068
ITEM 8	75,3211	21,9969	,2469	,6055	ITEM 23	77,4105	22,8888	,0887	,6234
ITEM 9	77,7000	23,1000	,0735	,6238	ITEM 24	75,3158	22,1326	,2810	,6032
ITEM 10	75,3526	21,7110	,4005	,5930	ITEM 25	77,3105	22,5750	,0920	,6262
ITEM 11	77,8053	24,1047	-,1059	,6300	ITEM 26	75,3105	21,4110	,4606	,5870
ITEM 12	77,8053	23,6709	,0255	,6235	ITEM 27	75,2053	21,7830	,4071	,5934
ITEM 13	75,5579	22,2374	,2066	,6101	ITEM 28	77,7579	23,6025	,0484	,6220
ITEM 14	75,3474	22,1327	,2654	,6043	ITEM 29	77,7368	23,0944	,1331	,6169
ITEM 15	77,2368	23,3986	-,0148	,6394	ITEM 30	75,3000	22,7190	,1882	,6123

9.2.6. MATRIZ DAS CORRELAÇÕES

A análise da matriz de correlações permite constatar um número diminuto de coeficiente de correlação que não apresenta um valor superior a .49, aspecto que confirma a consistência interna apresentada por *alpha*.

Os itens que apresentam maior correlação são o item 27 com o 26 (.49), verificando-se que é importante conhecer o estado de saúde dos senescentes, tal como é importante o respeito pelos senescentes sendo a base fundamental para que se estabeleça uma boa relação.

O item 12 tem correlação com o item 11 (.42), comprovando que o clima de confiança no diálogo com o senescente é importante tal como é importante partilhar experiências e sentimentos com outros docentes que já trabalharam com senescentes.

Os restantes itens relevantes do questionário apresentam um índice de correlação situado entre os .30 e .40:

- Item 7 com itens 1 (.30) e 3 (.31);
- Item 14 com item 13 (.32);
- Item 17 com item 12 (.33);
- Item 18 com item 14 (.33);
- Item 19 com itens 10 (.36) e 18 (.38);
- Item 20 com item 14 (.33);
- Item 21 com item 14 (.35);
- Item 24 com item 16 (.32);
- Item 25 com itens 15 (.33) e 23 (.38);
- Item 26 com itens 10 (.38), 16 (.32) e 24 (.35);
- Item 28 com item 23 (.38) e
- Item 29 com itens 11 (.35) e 28 (.35).

Saliente-se ainda o número de itens que não se correlacionam entre si, apresentando-se mesmo com valores negativos.

A matriz de correlações permite constatar que nem todas são positivas e que, para além disso, abundam valores indiciadores de relações entre os itens tendencialmente fracos. As estatísticas revelam valores de correlação inferiores a .50 e, até mesmo, de sinal negativo, por isso indiciam que há itens que avaliam dimensões diferentes das restantes e cuja consistência interna é baixa entre os itens. Outro aspecto a salientar é que esses itens cujo valor é negativo são também alguns dos que foram introduzidos na escala para controlar o enviesamento de resposta e que por isso foram sujeitos a formulação negativa. Por outro lado, com uma eventual reformulação/eliminação deverá obedecer a critérios teóricos que presidiram à construção da escala.