

Os Tempos Livres e os Quotidianos na definição de Estilos de Vida de jovens Rurais e Urbanos: Influência da escolarização e dos recursos comunitários

Artur Gonçalves e Graça Simões de Carvalho, LIBEC-CIFPEC, Universidade do Minho

Estilo de vida (E.V.) é um conceito amplo que engloba a pessoa como um todo e em todos os aspectos da sua actividade, isto é “*forma como gere a sua existência*”, pelo que esses aspectos se combinam para influenciar todas as dimensões que compõem o conceito de saúde física, mental, social, emocional e espiritual, e traduzem-se por níveis de “*satisfação, de bem-estar, competência, capacitação, aceitação social e qualidade de vida*” (Rapley, 2003:93-99).

As ideologias pulverizam e normativizam as suas retóricas discursivas em relação à saúde com noções como “consumerismo”, “qualidade”, “comportamentos”, “prevenção” entre outras. Toda esta gama de conceitos pode encaixar no de estilo de vida (E.V.) entendendo-se este como a forma que o “*indivíduo gere a sua própria vida, se relaciona consigo próprio, com as outras pessoas e com o ambiente*” (Rapley, 2003:78-80).

Os E.V. concentrados em características particulares e modelos identificadores das sociedades e/ou dos seus sub-elementos constitutivos, são não só produto mas também produtores de cultura, definindo assim a actividade humana, seja ela “*cognitiva, afectiva, comportamental, conotativa ou mesmo sensorio-motora*” (Rocher, 1989:106). São por isso “*herança social*” (Sorokim, 1947; Taylor, 2002) ou seja, são tudo o que o indivíduo aprende a fazer para viver numa sociedade particular.

Do ponto de vista da ideologia, o Homem como ser “*social-gregário*” ao longo da vida passa por um longo processo de interiorização dos elementos sócio-culturais do meio, integrando-os nas estruturas da sua personalidade sob a influência de experiências e de agentes sociais significativos, que o conduzem à definição dos ambientes sociais, aos quais tem de se adaptar e nos quais tem de viver (Pearsons e Shils, 1995). A ideologia e a socialização são pois o processo de aquisição de modelos, valores, símbolos, em suma, da construção dos E.V. próprios aos grupos, às comunidades, às sociedades, à civilização em que o indivíduo vive.

A primeira infância é o período mais marcante e mais intenso no desenvolvimento dos E.V. não só porque se confronta com uma grande panóplia de conceitos, modelos e comportamentos sobre os quais tem de fazer opções de escolha, aprendizagens, desenvolvimentos e aplicações, mas também porque é o período mais plástico e em que há uma maior disponibilidade e aptidão para a aprendizagem, para a modificação, para a

aceitação do novo e do diferente (Sorokim, 1947; Darlington, 1974).

Os Tempos Livres e o Lazer na Definição dos Estilos de Vida.

O fenómeno social globalmente designado por “desporto” representam substantivas mais valias para a qualidade de vida das diferentes pessoas de uma comunidade, que retiram do “desporto” reais benefícios no combate ao “stress” e ao “sedentarismo” decorrentes da contemporaneidade.

De facto, a prática de ócio e lazer em equipa familiar, proporcionado pelos espaços verdes nos quais predominam os elementos naturais coadjuvados por elementos naturalizados ajudam a construir a educação da pessoa, marcando-a para toda a vida. O desporto assume deste modo uma importância tal que condiciona o desenvolvimento humano e cultural.

As vantagens na saúde do microsistema familiar são maiores (Bruer, 1995; Doly, 1999; Helford, 1998) quando este se encontra cativado pelo desporto de ócio /lazer realizado em envolvências aprazíveis e infra-estruturalmente equipadas visto receber destes contextos especiais, determinantes ganhos em saúde e bem-estar para as interrelações pessoais e superação das dificuldades do dia-a-dia.

A educação do corpo desenvolve o campo das possibilidades de interpretar o mundo, de exprimir o pensamento e de criar, mas as actividades de recreio e lazer ainda são vistas e tratadas como secundárias na formação dos alunos, ou como momentos de diversão para os seus praticantes. No entanto é certo que a prática do desporto recreativo e actividades expressivas, concorrem positivamente para o alcance do fim a que todos aspiramos, mas para o qual, por falta de vontade ou ausência de condições nem todos nos propomos, que é o de termos uma “mente sã num corpo sã”.

Os Quotidianos na Definição dos Estilos de Vida.

A reflexão sobre os E.V. tendo por base os quotidianos exprime-se muitas vezes por dicotómicas: ocidental-oriental; Norte-Sul; Minho-Trás-os-Montes, cidade-aldeia; urbano-rural etc.

Esta organização sócio-geográfica, conduz a uma estruturação social, visto traduzir o conjunto das preferências características de uma determinada condição ou classe social, e que se manifestam em domínios tão variados como a alimentação, o vestuário, a habitação decoração da casa, a música e a dança, a ocupação dos tempos livres, o recreio e lazer, as relações sociais e amizades, a linguagem, os interesses consumistas, a televisão, a política, a educação, a religião, a sexualidade, a saúde etc.

A acção quotidiana dos sujeitos, vista na sua dimensão microssitémica, conduz ao campo da “*etnicidade*” e esta ganha expressão tanto mais forte quanto mais acentuadas forem os contrastes sociais, comportamentais e culturais existentes entre a realidade urbana e a realidade rural, e que se traduzem por diferentes E.V.

Os E.V. e os quotidianos estão ligados ao sistema produtivo dos países e, Portugal tem um desenvolvimento não é homogéneo, pelo que o país apresenta um mosaico de E.V. e quotidianos em função dos mundos sociais que o compõem. Estas assimetrias que conduzem a quotidianos e E.V. característicos e definidores das realidades sócio-geográficas estão estritamente relacionados com os processos de “*litoralização*” e “*emigração*” (Almeida, et al. 1994) iniciado nos anos 40 e fortemente incrementados nos anos 60 do Século XX.

A concentração populacional e industrialização desigual do país, propiciou o surgimento de quotidianos diferenciadores entre o litoral onde predominam o sector secundário e terciário, e o interior organizado em “*sistemas sociais de base rural e local*” ,grandemente desertificado, envelhecido e ainda com predominância do sector primário (Espanha, 1993:292).

A acção social/quotidiana é conceptualizada e mediatizada por um conjunto mais ou menos articulado de jogos com regras e mecanismos de regulação específicos, através dos quais geram e desenvolvem os modos de vida e as regras, jogos, convenções, normas e valores como construções sociais tornam-se produtores de uma ordem local, de um quotidiano e designam o grau de dependência das pessoas em relação às características de um contexto.

Meio rural e meio urbano

A sociedade portuguesa é altamente “*heterogénea*” (Santos, 1993:54) não só em termos político-ideológicos mas também em termos económico-sociais, pelo que os quotidianos portugueses são mitigados no “*papel social*”, no “*status*” e no “*ritual social*” (Ferrarotti, 1986:50) das pessoas e das comunidades.

Os quotidianos sociais do mundo rural passam predominantemente pelo conhecimento e estabelecimento de relações de trabalho, pelo comunitarismo, pelo convívio, pela entreajuda, pela amizade, pelo auxílio e defesa comuns e pelo desenvolvimento de “*ritos*”. Já os traços distintivos da sociedade urbana caracterizam-se pelo “*anonimato e transitoriedade das relações sociais*” emuitos dos contactos que se efectivam no decurso dos quotidianos urbanos “*são efémeros e dizem apenas respeito à faceta específica das pessoas com quem se contacta*” (Kemn e Close, 1995:94).

As sociedades rurais apresentam-se mais como “*estruturalistas*” Goldmann (1964), ou seja,

mantêm nos seus quotidianos, no seu “modus vivendus” homologias estruturais que se construíram no passado, isto é, semelhanças ou similitudes que se traduzem por estilos de vida das gerações antigas, cujo valor natural lhe é conferido pelo valor do uso num determinado espaço, tendo em vista reproduzir uma ordem estabelecida.

Por seu turno, os quotidianos urbanos enquadram-se mais no “*estruturalismo construtivista*” (Guiddens, 1987; Bordier, 1994), em que o indivíduo/ actor social faz interpretação da realidade e por conseguinte ganha autonomia para desenvolver estratégias de interferência e modificação no “habitus”, nos sistemas simbólicos, na linguagem e nos mitos.

Sendo que E.V saudáveis promovem uma vida com mais qualidade, é objectivo deste estudo, que tem como ponto de referência o viver ideal e o desenvolvimento de uma personalidade sadia, demonstrar se há diferenças significativas nos modelos de E.V. das populações jovens de meio rural (R) e meio urbano (U) e de que modo a educação formal e os recursos comunitários interferem na construção desses estilos de vida.

2. Metodologia

2.1. População e amostra.

A amostra foi constituída por 100 alunos de cada um dos seguintes anos: 1º, 4º, 6º e 9º, quer do meio rural (R) quer do meio urbano (U), perfazendo um total de 800 alunos. Para a obtenção deste número foi necessário contactar 25 estabelecimentos de ensino em meio R enquanto em meio urbano esse valor se ficou pelas 5 escolas.

2.2. Elaboração dos Instrumentos de Recolha de Dados.

Para a recolha de dados, optou-se pela construção de raiz de um questionário composto por 12 grandes eixos e 6 grandes temas de investigação. Na concepção do instrumento de recolha de dados, procurou-se definir dimensões sócio-comportamentais, valorativas e culturais consideradas como representativos e identificadores dos estilos de vida das populações jovens de meio rural e de meio urbano. Em torno de cada eixo e de cada tema foram agrupadas e estruturadas questões com as quis se pretendeu obter informação para validar as hipóteses formuladas acerca das eventuais diferenças de estilo de vida existentes entre as populações jovens dos dois meios em causa. Par este trabalho apresentam-se apenas os resultados obtidos em 2 grandes eixos (“Tempos livres” e “Quotidianos”) e 2 grandes temas (“Factores proporcionadores de boa saúde” e “Os aspectos e ambientes preferidos para comer”).

2.2.1. “Tempos livres” constituído por 11 variáveis (*Ver TV, Brincar com os amigos, Ócio, Praticar desporto, Ler, Tratar da imagem, Passear no jardim, NET/Computador, Frequentar*

C. Comerciais, Ir ao cinema e Receber explicações das matérias das aulas) com as categorias e “Muitas Vezes” “Raramente”.

Esta estrutura apresenta-se como ajustada na medida em que a prática do ócio e lazer em equipa familiar, equipa desportiva ou individualmente, proporcionado por espaços verdes, ambientes relaxantes ou de manifestação cultural, desde que adequados em termos de infra-estruturas, acessos, conservação, segurança e envolvências, ajudam à construção educativa da pessoa, na medida em que dessas dimensões advém para os sujeitos um conglomerado de benefícios físicos, psíquicos e emocionais (Cabeza, 2000; Coquet et al., 2000; Pereira et al., 2002).

2.2.2. “Quotidianos” composto por 19 variáveis com as categorias “Sim” e “Não”. Neste eixo, 7 variáveis são do domínio do conhecimento(K): *Conhecer e falar a toda a gente, Como se faz um filho, Função do preservativo, Significado de obesidade, Consultar regularmente o médico, Transmissão da SIDA, Função da pílula*; 5 variáveis do âmbito dos valores(V): *Acreditar no sobrenatural A pobreza é causa de doença, Ser belo e ser magro, Ser gordo é ter saúde, Falar de sexo e das IST*; sendo as restantes 7 variáveis da dimensão das práticas(P): *Lavar diariamente os dentes, Deitar às horas que apetece, Fazer 4 refeições diárias, Tomar banho todos os dias, Ver a validade dos produtos, Emprestar ferramentas a vizinhos, Sair de casa e deixas a chave na fechadura*.

A adequação da dimensão dos quotidianos sustenta-se no facto da atitude do indivíduo humano como sujeito activo das suas praxis vivenciais, com capacidade de reflexão sobre si mesmo, sobre o acontecer histórico e sobre o mundo onde é actor participante, proporcionar a esse indivíduo a construção dos seus estilos de vida . Estes resultam da estrutura funcional constantemente recriada por crenças compartilhadas, por práticas, por artefactos, por conhecimentos singulares, por linguarejares e outros cenários típicos com que se tenta interpretar, compreender e justificar quotidianos específicos de sociedades multifacetadas, complexas mas que se querem inclusivas e aglutinadas (Ballesteros, 1986; Moscovici, 1988).

Os 2 grandes temas de investigação traduzidos por 6 imagens que versam sobre:

2.2.3-Facores proporcionadores de boa “Saúde” (*três figuras de fármacos, alimentação e exercício físico*) que tiveram por base o propósito dos homens desde os mais remotos tempos pretenderem eliminar a doença e obter o mais completo bem-estar físico, psíquico e emocional. Para a construção deste super-homem nitchziano, socorreu-se de inúmeros factores como são os alimentares, desportivos, químicos, genéticos ecológico-ambientais, farmacológicos etc.



Os pressupostos que imperam em cada sujeito como factores potenciadores de saúde estão grandemente influenciados pela matriz cognitiva e de *empowerment* que vai para além da simples fórmula comportamentalista, facto que origina concepções distintas de saúde, pelo que pessoas com estilos de vida mais ou menos semelhantes, formando por conseguinte grupos com uma certa homogeneidade se enquadram na saúde curativa enquanto outros grupos alinham na saúde preventiva tenha ela um enfoque alimentar, desportivo ou outros (Rutherford e Lopes, 1993; Tompson, 1998; Terr, 2000).

2.2.4. Os aspectos e ambientes alimentares preferidos (três figuras de pizzeria, McDonald's e Restaurante típico) tiveram por génese a ideia de que a saúde do homem está em grande medida condicionada pela alimentação que pratica. Hoje em dia, assiste-se a um défice qualitativo nos regimes alimentares, a um exagero quantitativo e consequentemente a um desequilíbrio alimentar.



A par destes desequilíbrios e défices, por acção de acutilantes estratégias de *marketing*, da globalização de hábitos de consumo e massificação dos regimes alimentares resultantes de uma imposição cultural tida como “evoluída e de referência”, que levaram ao abandono dos regimes alimentares autóctones, construídos em milénios de conhecimento e tradição, e que proporcionam uma correcta adequação dos alimentos aos contextos físicos e climáticos, assiste-se ao alastramento das doenças de foro alimentar (Hartman, 1993; Matos et al., 1998; Stewart, 2001).

2.3. Tratamento estatístico

Para analisar os dados, recorreu-se ao programa “*Statistical Package for Social Sciences*”

(SPSS) – para Windows.

Em todas as situações o nível de significância assumido foi de 95% e o teste utilizado foi o “*Qui – Quadrado*” (χ^2). Para determinar a força da correlação ou grau de associação entre as variáveis em estudo, utilizou-se o “Phi” por se tratarem de tabelas 2x2. A relação é fraca quando $r < 0,40$; é moderada quando $0,40 < r < 0,60$ e é forte quando $r > 0,60$ (Field, 2000; Pestana e Gageiro, 2000).

3. Resultados

3.1. Caracterização da amostra

Pela análise estatística (teste χ^2) verifica-se que as duas amostras só se diferenciam – e fortemente – na sua proveniência geográfica ($p < 0,05$ e $r > 60$) e social ($p < 0,05$ e $r > 40$). Assim a amostra de meio rural é constituída na sua totalidade indivíduos residentes em meio rural uma vez que 82% residem na aldeia, 2% em lugar e de 17% em vila, não havendo representantes da cidade.

Por sua vez, a mostra de meio urbano é constituída na sua grande maioria (91%) por indivíduos de facto residentes na cidade, havendo apenas 6% residentes em lugar e 3% em vila, não tendo sido encontrados sujeitos residentes em aldeia.

No que concerne à profissão dos pais optou-se pelo seu agrupamento dentro de categorias socioprofissionais, utilizando a tabela de Almeida, Costa e Machado (1988): AG= agricultor; OC= operário do comércio; OS= operário dos serviços; OI= operário da indústria; I/C= intelectuais e cientistas; PL= profissões liberais; DP= desportistas; DT= directores e PP= patrões e proprietários. Acrescentou-se a categoria NS= não sei, a qual inclui não só as respostas dos inquiridos que seleccionaram “não sei” mas também as situações de desemprego, reforma, emigração e ausência de respostas à pergunta.

Constata-se deste modo que a grande categoria profissional que emerge em meio R é ainda a AG (45%) enquanto em meio U aparecem como categorias dominantes o operariado (56%): OS (23%), OC (17%), imediatamente depois surgem os I/C com 15% (Fig.1-A e 1-B).

Relativamente às profissões das mães dos sujeitos da amostra elas distribuem-se de forma análoga à dos pais.

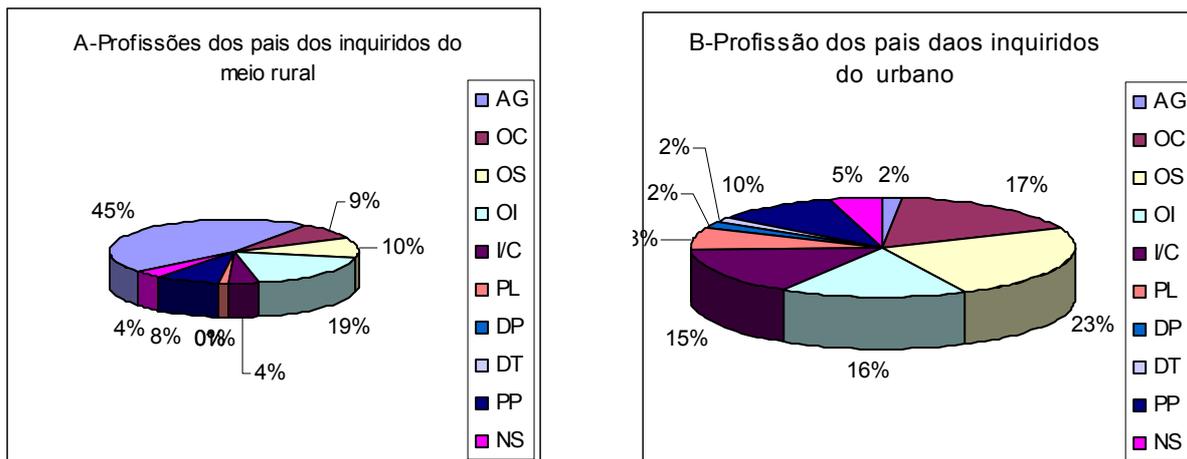


Fig.1. Profissão dos pais dos inquiridos da amostra rural (A) e da amostra urbana (B).

A ocupação dos tempos livres na definição dos estilos de vida.

Os tempos livres como dimensão importante na definição dos estilos de vida, apresentam-se globalmente como um eixo bastante discriminante entre o meio **R** e o meio **U** (Fig.2).

Verifica-se que os jovens **R** ocupam predominantemente o seu tempo livre a ver “televisão” (82%), a interagir com os “amigos” (71%) e no “ócio” (56%). Por seu turno, os **U** dominam em todas as restantes variáveis onde sobressaem o “computador e à Internet” (75%), a “TV” (66%), o “desporto” (56%), a “imagem” (51%) e o passear em “centros comerciais”(49%).

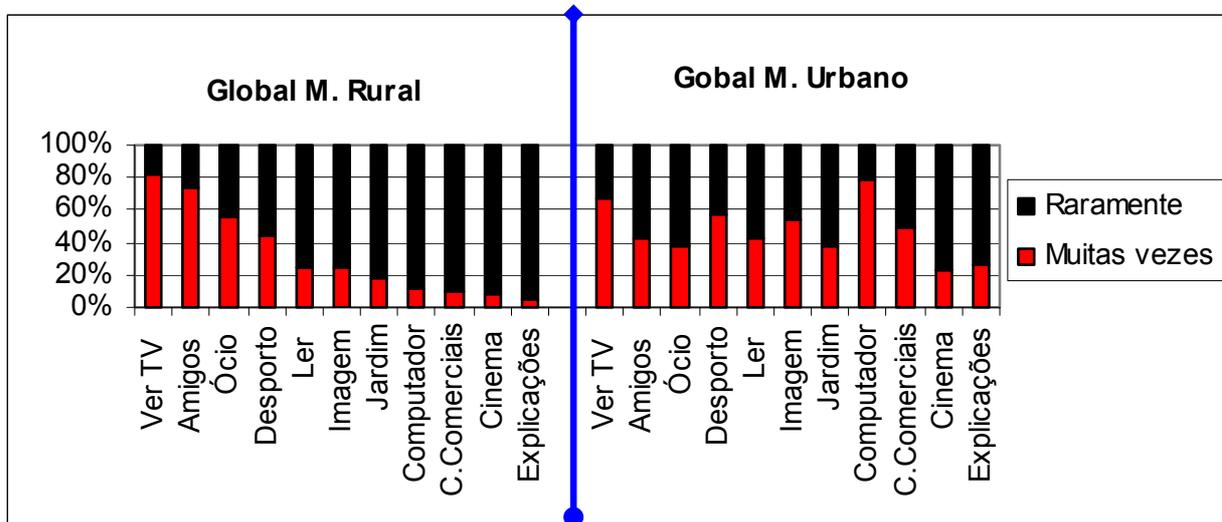


Fig.2. Análise global dos “Tempos Livres” Rurais e Urbanos

Da confrontação global entre meio **R** meio **U** (Fig.3), todas as variáveis em estudo apresentam diferenças significativas ($p < 0,05$), sendo que nas que se prendem com “computador e Internet”, “jogar com colegas e amigos”, “ver televisão”, “passear nos centros comerciais”, “cuidar da imagem e da beleza”, “receber explicações da matéria” e “passear no jardim” a força da correlação entre o meio e as variáveis é moderada ($r > 0,40$). Nas restantes variáveis a

correlação é fraca ($r < 40$).

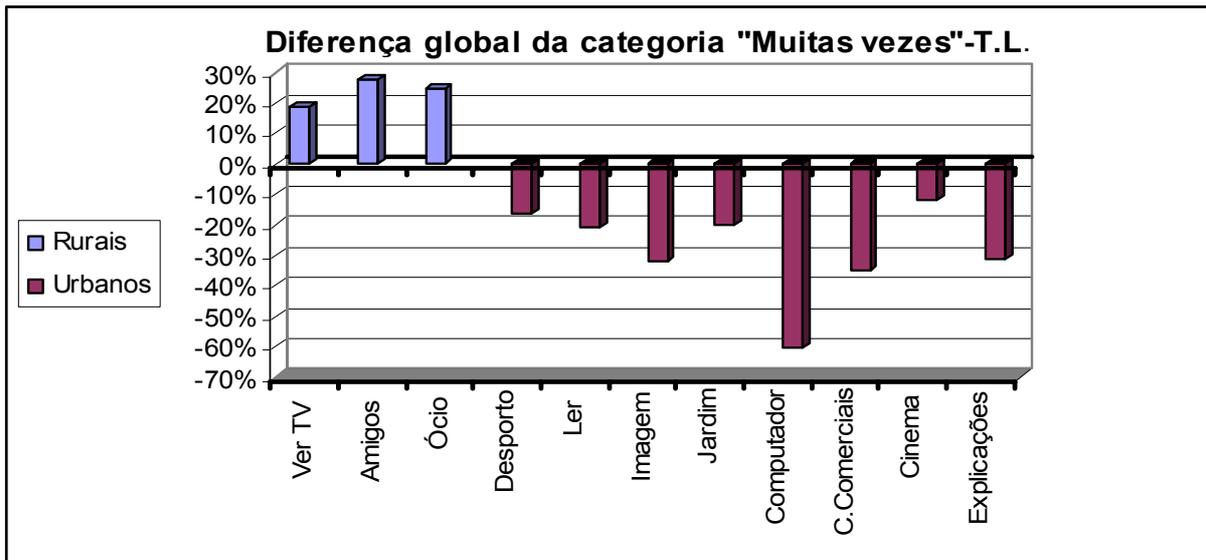


Fig.3. Diferenças globais entre meio Rural e meio Urbano

No plano horizontal ou de comparação entre anos sobressai o facto de ser nos estádios etários mais baixos que se registam as maiores diferenças. Constata-se ainda que na generalidade dos tópicos analisados os diferenciais de forma lenta se vão estreitando à medida que se avança no processo de escolarização formal, sem contudo se atingir a colinearidade com o término do ensino básico, havendo mesmo nos factores que envolvem maiores recursos financeiros ou estruturais uma fraca atenuação dos diferenciais(Fig.4).

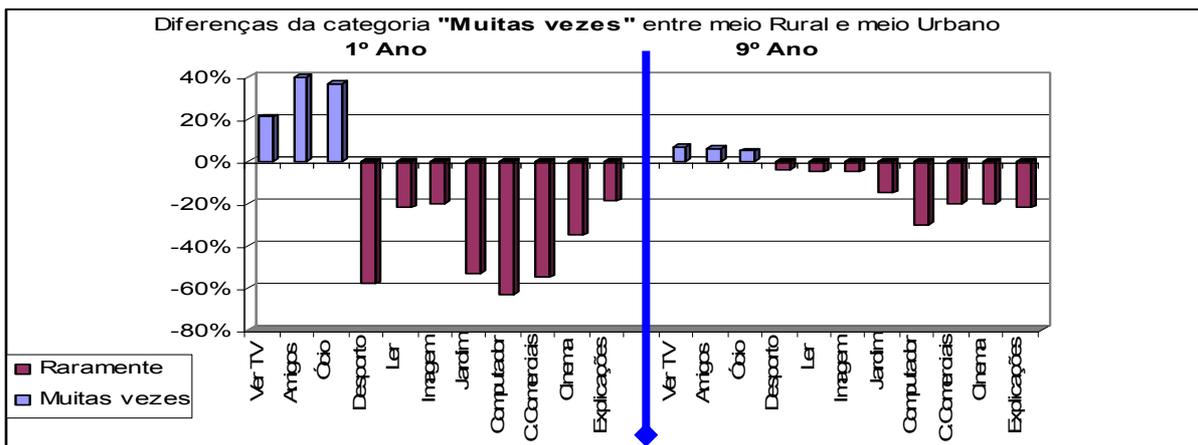


Fig.4. Análise comparativa entre os 1º e 9 anos de meio Rural e de meio Urbano em relação aos "Tempos livres".

No ano terminal do ensino básico a matriz do "Ser/Social" mantém-se em meio R e a vertente do "Parecer/Individual" continua mais vincada nos jovens U, todavia verifica-se uma aproximação com diferenças não significativas entre os dois meios nas áreas de influência da acção educativa. No entanto este nível de escolaridade/etário põe a descoberto as diferenças

económico-sociais das populações dos dois meios no domínio dos recursos que estão disponibilizados aos para os jovens R e jovens U.

A vivência do quotidiano na definição dos estilos de vida.

Globalmente a densidade idiossincrática da ruralidade e da urbanidade traduz-se numa forte diferenciação entre os jovens deste dois ambientes (Fig.5 e Fig.6). Em 18 das 19 variáveis que constituem o eixo doas “Quotidianos” registaram-se diferenças estatisticamente significativas ($p < 0,05$) em todos os planos (KVP), sendo as populações dos estádios etários mais baixos aquelas que apresentam os valores mais discrepantes para os mesmas realidades quotidianas.

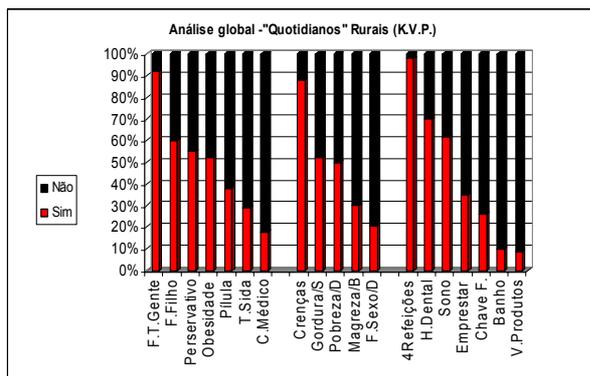


Fig.5. Quotidianos Rurais

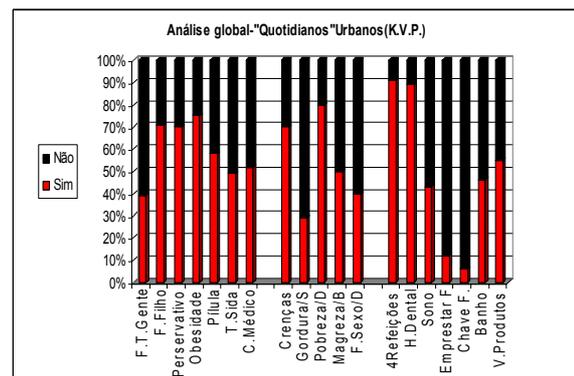


Fig.6. Quotidianos Urbanos

Com o decurso da escolarização a discrepância tende ao esbatimento progressivo, para no final do ensino básico se registar forte proximidade de resultados. Este fenómeno é contudo contrariado por duas variáveis sociais do domínio prático (P) “Emprestas ferramentas aos vizinhos” e “Conheces e falas a toda a gente”, em que o “Sim” domina claramente em meio R e o “Não” em meio U, mas cujos valores vão afastando as duas populações à medida que se avança na idade.

Na análise transversal comparativa, é constatável a influência da condição socioeconómica de onde provêm a amostra, principalmente ao nível do 1º e do 4º anos de escolaridade, aspecto que tende a não sobressair ou a ser camuflado no 9º ano (Fig.7).

No domínio do conhecimento (K) os U aparentam estar mais informados esclarecidos pois apresentam valores superiores na generalidade das variáveis. O plano das práticas (P) fornece indicadores robustos de que a construção dos quotidianos é fortemente influenciada pela condição económica e o campo dos valores (V) mostra existir por parte dos jovens U uma maior aderência e permeabilidade aos valores emergentes, construídos com base no condicionamento, adaptação e informação. Em contraste, os jovens R apresentam uma maior rigidez e fidelidade à herança social.

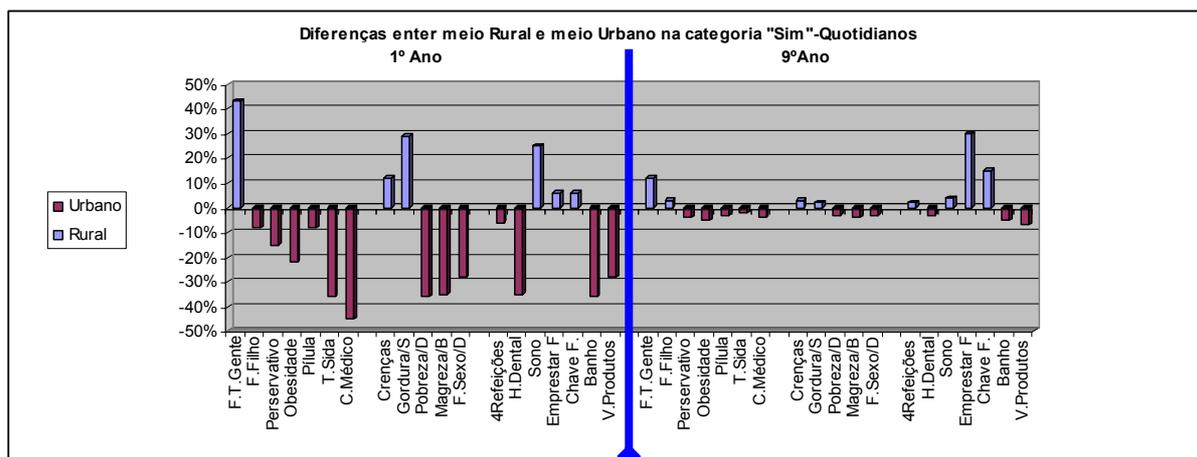


Fig.7. Análise comparativa entre os 1º e 9º anos de meio Rural e de meio Urbano relativamente aos “Quotidianos”.

Os fármacos, a alimentação e o exercício físico na representação dos estilos de vida.

Neste tema verifica-se que a “saúde curativa” (fármacos) é discriminante entre meios e prevalece no meio **R** (42%) sobre a “saúde preventiva”(Fig.8). Por seu turno, em meio **U** a situação inverte-se, sendo a “saúde preventiva” nomeadamente o exercício físico (40%) a mais valorizada. Assim, a dimensão que mais distingue as duas amostras é a “prática do exercício físico” e a menos discriminante são os “aspectos alimentares”(Fig.9).

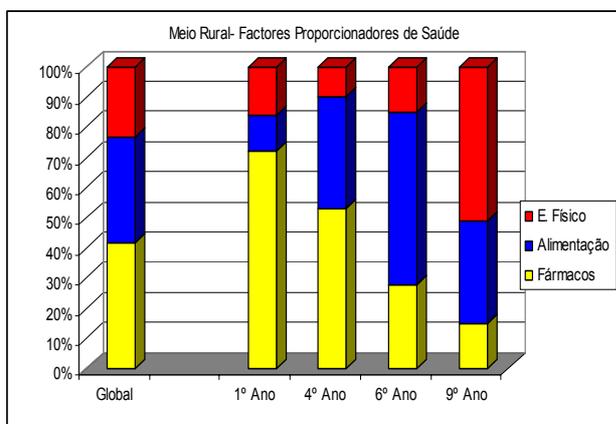


Fig.8.A representação da saúde em jovens Rurais.

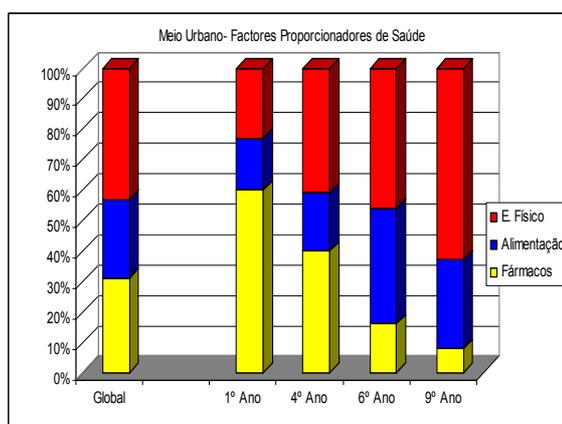


Fig.9. A representação da saúde em jovens Urbanos.

Comparativamente, nota-se que os “fármacos” predominam fortemente ao nível do 1º ano tanto **R** (75%) como **U** (63%) para progressivamente a sua influência ir decrescendo.

Já os aspectos da alimentação são considerados os menos influentes pelos jovens do 1º ano (10% **R** , 15% **U**), ganham realce no 4ºano dos dois meios e tornam-se preponderantes nos 6º anos **U** e **R**. O “exercício físico” é o aspecto menos valorizado em meio **R** e também 1º ano **U**, mas é fortemente considerado pelo 4º ano **U** e torna-se dominante nos 6º 9º anos **U** e também no 9º ano **R**.

Estatisticamente existem diferenças significativas entre as duas populações, mas com uma relação fraca ($p < 0,05$; $r < 0,40$).

Os aspectos alimentares na representação dos estilos de vida.

O local favorito para comer fora de casa, é marcante na diferenciação entre ruralidade e urbanidade. Os três espaços considerados apresentam valores significativos em termos de discriminação dos dois meios. O espaço “Restaurante Português”, muito valorizado pelos R (59%) mas que vai perdendo a preferência à medida que se avança na idade, não tem a mesma correspondência nos U (34%), elegendo estes para comer os “McDonald’s” (51%) e a “Pizzaria” (15%).

Globalmente, o teste χ^2 mostra que há diferenças significativas ($p < 0,05$ e $r > 0,40$) entre cada população e as suas preferências de uso para locais de pasto (Fig.10 e Fig.11).

Na análise horizontal constata-se que no 1º ano, a “pizzaria” é o ambiente menos referenciado pelos dois meios, em contraste, o “restaurante tradicional” (88%) no meio R e o “McDonald’s” (45%) no campo U apresentam-se como os ambientes predilectos.

Em ambos os meios, no 4º e 6º anos mantem-se a tipologia do 1º ano, verificando-se todavia decréscimo de interesse pelo restaurante típico e aumento das preferências pelos ambientes exógenos e, no 9º ano, assiste-se à convergência de valores entre R e U.

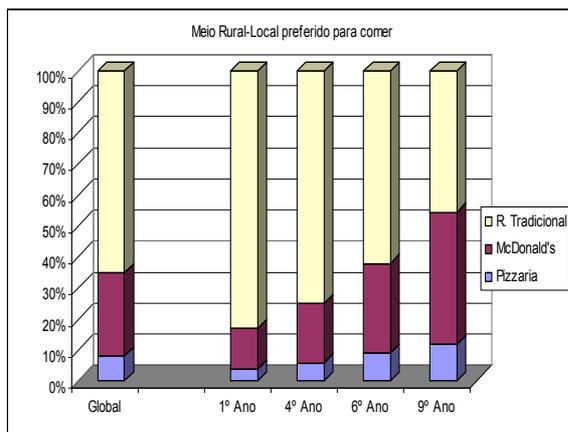


Fig.10. Preferências Rurais para comer.

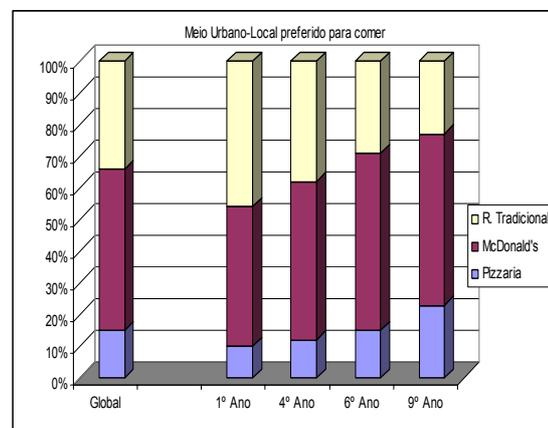


Fig.11. Preferências Urbanas para comer.

4. Conclusão

Pela análise dos resultados obtidos constata-se que os tempos livres são uma dimensão fortemente diferenciadora dos estilos vida R e U e que jovens U se encontram mais fortemente agregados a actividades de maior exigência económica e recursos infra-estruturais, enquanto os dos jovens R passam essencialmente por actividades espontâneas e não estruturadas.

No mesmo sentido, os quotidianos dos jovens **R** são na generalidade bastante diferentes das dos seus pares **U**, verificando-se neste âmbito uma maior ligação dos jovens **R** a actividades do sector primário, são bastante marcados por uma cultura comunitária e inserem-se num ambiente natural. Por seu turno, os quotidianos **U** pautam-se mais pelo individualismo, desenvolvem-se em ambiente específicos onde os aspectos económicos e os espaços lúdico-recreativos têm papel importante.

O estudo mostra ainda que os valores obtidos nas quadro dimensões em análise são mais discrepantes nas idades mais baixas onde os jovens têm menos tempo de exposição à escolaridade formal e que esse diferencial tende a esbater-se á medida se avança no processo de escolarização.

Os estilos de vida resultantes da ocupação dos “tempos livres”, dos “quotidianos” dos “factores de saúde “ e dos “aspectos alimentares” encontram-se em função do conhecimento traduzido em metacognição, literacia, capacitação, empowerment (**K**), valores entendidos como princípios e normas tidos como bons pelo conjunto da sociedade ou por comunidades particulares e restritas e que regem a conduta (**V**) e das práticas como processo de aplicação a vida social, profissional, condutual, física, psicoafectiva e emocional de todo o background granjeado pelo indivíduo, redundando na fórmula $E.V. = f(K.V.P)$ proposta por Clément (1998) e esquematicamente adaptado na figura 12.

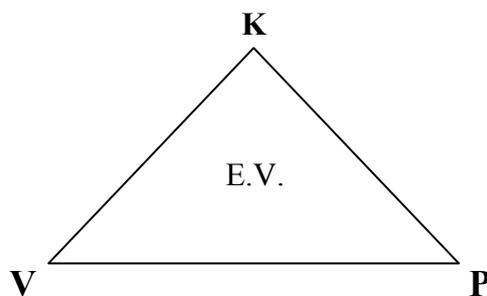


Fig.12. Os estilos de vida em função dos valores, do conhecimento e das práticas.

Este estudo evidencia que o meio ecossistémico de acção e a origem sócioeconómica constituem entidades potenciadores de conhecimentos, valores e práticas que conduzem à heterogeneidade dos estilos de vida. Pelo contrário, também se torna evidente que a educação formal como elemento regulador da “democratização” social tende a fazer diluir essas diferenças e a fazer convergir os valores, os conhecimento e as práticas para um padrão comum, sem contudo conseguir eliminar especificidades idiossincráticas.

Bibliografia

- Almeida, J. F., Machado, F. L., Capucha, L. e Torres, A.C. (1994) *Introdução à Sociologia*. Lisboa: Universidade Aberta.
- Ballestros, G. A. (1986) *Teoria de la Geografía*. Madrid: Alhambra Universidad.
- Bordier, P. (1994) *Raisons Pratiques: Sur la Théorie de L'action*. Paris: Seuil.
- Bruer, J.T. (1995) *Escuelas para Pensar : una ciencia del aprendizaje en la aula*. Madrid: Paidós.
- Cabeza, M.C. (2000) *Ocio Humanista: Dimensiones e Manifestaciones Actuales del Ocio*. Bilbao: Universidade de Duesto.
- Clément, P. (1998). La Biologie et sa didactique, dix ans de recherche. *Aster*, 27, p.56-93.
- Coquet, E., Laranjeiro, H. e Pereira, B. (2000) Estudo Descritivo dos Espaços Culturais na Sub-Região de Trás-os-Montes. In Pereira, B. (Coord), *Espaços de Lazer para a Infância na Região Norte: Minho – Lima e Alto Trás – os -Montes*. Porto: Comissão de Coordenação da Região Norte (CCRN) e Ministério das Cidades, Ordenamento do Território e Ambiente.
- Darlington, C. D. (1974) *Evolucion del Hombre y de la Sociedad*. Madrid: Aguilar.
- Doly, A. (1999) Metacognição e Mediação na escola. In Gargeate, M. (eds.) *A Metacognição, um Apoio ao Trabalho dos Alunos*. Porto: Porto Editora.
- Espanha, P. (1993) Das Palavras aos Actos: Para uma Elegia do Amor Camponês à Terra. In Santos, B. S. (org.) *Portugal: Um Retrato Singular*. Porto: Edições Afrontamento.
- Ferrarotti, F. (1986) *Sociologia*. Lisboa: Edições Teorema.
- Field, A. (2000) *Discovering Statistics. Using SPSS for Windows*. London: SAGE Publications.
- Kemn, J. e Close, A. (1995) *Health Promotion: The Theory & Practice*. London: McMillan Press LTD.
- Goldman, L. (1964) *Por une Sociologie du Roman*. Paris :Gallimard.
- Guiddens, A. (1987) *La Constrution de la Socièté. Éléments de la Théorie de la Struturation*. Paris: Presses Universitaires de France.
- Halford, P. (1998) *100% Health*. London: Judy Piatekus.
- Hartman, D. (1993) Effect on dietary fat absorption of orlistat, administered at different times relative to meal intake, *Clin Pharmacol*, 266: 36-70.
- Matos, M. G., Simões, C., Carvalhosa, S. F. e Reis, C. (1998) A Saúde dos Adolescentes Portugueses: *Estudo Nacional da Rede Europeia HBSC/OMS*: Faculdade de Motricidade Humana/Programa de Educação para Todos -Saúde.
- Moscovici, S. (1988) *Psicologia Social: Influencia e Cambio de Atitudes Individuos e Grupos*. Barcelona: Ediciones Paidós.
- Pearson, T. e Shils, E. (1995) *Toward e General Theorie of Action*. Cambridge: Harvard University Press.
- Pestana, M. A. e Gageiro, J. N. (2000) *Análise de Dados Para Ciências Sociais: A complementaridade do SPSS* (2ª Ed.). Lisboa: Edições Sílabo.
- Rapley, M. (2003) *Quality of Life Research: a critical introduction*. London: SAGE Publications.
- Rocher, G. (1989) *Sociologia Geral. Acção social*. Lisboa: Editorial Presença.
- Rutherford, R. e Lopes, J. (1993) *Problemas de Comportamento na Sala de Aula: identificação, avaliação e modificação*. Porto: Porto Editora.
- Santos, B.S. (1993) O Estado, as Relações Sociais e o Bem-Estar Social na Semi-Periferia. In Santos, B. S. org. *Portugal: Um Retrato Singular*. Porto: Edições Afrontamento.
- Sorokin, P. (1947) *Society, Culture and Personality: Their Struture and Dinamics*. Nova Iorque: Harper.
- Stewart, A. (2001) Distúrbios Alimentares na Adolescência, *UPDATE*: 140:58-60.
- Taylor, S. (2002) *Etnographiq Research: A Reader*. London: SAGE.
- Terr, L. (2000) *El Juego: Por qué los adultos necesitan de jugar*. Barcelona: Paidós.
- Tompson, J. M. (1998) *Nutritional Requirements of Infants and Young Children: Pratical Guidelines*. Oxford: Blackwel Science LTD.