

## 4 Resultados

Os resultados obtidos são analisados nas seções que seguem, de forma a responder às perguntas que foram levantadas no capítulo “Introdução”:

1. Como é a intenção de consumo dos tipos de atividades físicas?
2. A intenção de praticar atividades físicas diminui, com o avançar da idade?
3. A participação efetiva nas atividades físicas diminuiu, em frequência, com o avançar da idade?
4. A intenção de praticar cada tipo de atividade física apresenta diferença significativa, quando classificada por idade cronológica ou cognitiva? Qual é a diferença, em anos, entre a idade cronológica e a cognitiva?
5. Como as pessoas acima de 55 anos percebem as restrições intrapessoais?
6. A percepção das restrições diminui, com o avançar da idade?
7. As restrições apresentam diferença significativa, quando classificadas por idade cronológica ou cognitiva?
8. Há diferença na intenção de praticar atividades físicas, entre pessoas com renda familiar superior ou inferior a R\$ 1.700?
9. Há diferença na percepção das restrições intrapessoais, entre pessoas com renda familiar superior ou inferior a R\$ 1.700?

10. Há diferença na intenção de praticar atividades físicas, entre as pessoas que ainda trabalham e aquelas que não mais exercem atividade remunerada?
11. Há diferença na percepção das restrições intrapessoais, entre as pessoas que ainda trabalham e aquelas que não mais exercem atividade remunerada?
12. Há diferença na intenção de consumo de atividades físicas, entre homens e mulheres?
13. Há diferença na percepção das restrições intrapessoais, entre homens e mulheres? As mulheres são mais sujeitas a restrições, que os homens?

Os resultados dos testes são apresentados nas próximas seções. Na análise, utilizaram-se: a média aritmética, o desvio padrão e a distribuição de frequência das respostas. Buscou-se, também, verificar se há correlação entre algumas variáveis. Além disso, para testar se há indiferença nas respostas, utilizou-se o teste “t”, em torno do valor três.

#### 4.1.

#### **Análise da intenção de praticar atividades físicas**

##### 4.1.1.

##### **A intenção de consumo, por tipo de atividade física.**

A tabela abaixo apresenta as médias das respostas à primeira parte do questionário:

Amostra (N=231)		
	Média <sup>6</sup>	Desvio Padrão
Esforço Leve	5,39	1,20
Esforço Moderado	5,31	1,23
Muito Esforço	2,80	1,87

Tabela 6 - Média e desvio padrão, por tipo de atividades

As pessoas mais velhas já praticam, ou têm a intenção de praticar, alguma atividade física leve ou moderada. No caso das atividades físicas de muito esforço, esse público se mostra mais refratário, quanto à intenção de praticá-las.

Para verificar se esse público é indiferente, quanto à intenção de praticar atividades de muito esforço, foi aplicado o teste “t” bicaudal, para testar o valor igual a três (“não tenho certeza”). Verificou-se que, para a atividade de muito esforço, não há evidências que permitam rejeitar a hipótese de valor igual a três.

---

<sup>6</sup> Medida em uma escala de seis pontos, variando de “1” (Não aproveitaria a oportunidade, com certeza) a “6” (Já pratico uma dessas atividades).

Abaixo são apresentadas as distribuições das respostas por tipo de atividade. Esta distribuição permite que se responda à pergunta: “*Como é a intenção de consumo dos tipos de atividade física?*”

Item	Atividade Leve	Atividade Moderada	Atividade Pesada
1) Não aproveitaria a oportunidade, com certeza.	2%	3%	40%
2) É pouco provável que aproveitaria a oportunidade.	4%	4%	16%
3) Não tenho certeza.	3%	3%	7%
4) É muito provável que aproveitaria a oportunidade.	5%	5%	11%
5) Aproveitaria a oportunidade, com certeza.	14%	21%	14%
6) Já pratico uma dessas atividades.	71%	65%	12%

Tabela 7 - Distribuição de frequência das respostas em relação à intenção de consumo, por tipo de atividade física

Conforme se verifica nas linhas sombreadas da tabela acima, 90% dos respondentes já praticam ou têm a intenção de praticar pelo menos uma das atividades físicas consideradas leves, e, para as atividades consideradas moderadas, esse valor chega a 91%. No caso das atividades físicas de muito esforço, apenas 25% têm a intenção de praticá-las, e somente 12% já as praticam.

## 4.1.2.

**A intenção na prática de atividades, por faixa etária**

A pergunta analisada nesta seção é “A intenção de praticar atividades físicas diminui, com o avançar da idade?”.

	Com intenção de praticar atividades de <b>Esforço Leve</b>		Com intenção de praticar atividades de <b>Esforço Moderado</b>		Com intenção de praticar atividades de <b>Muito Esforço</b>	
	Total de Respostas (N=44)	Distribuição de Frequência, por tipo de atividade	Total de Respostas (N=60)	Distribuição de Frequência, por tipo de atividade	Total de Respostas (N=58)	Distribuição de Frequência, por tipo de atividade
55-64	24	55%	30	50%	40	69%
65-74	15	34%	24	40%	12	21%
>=75	5	11%	6	10%	6	10%

Tabela 8 - Distribuição de frequência sobre o total de cada modalidade de atividade física, entre aqueles que possuem a intenção de praticar ou já praticam

	Com intenção de praticar atividades de <b>Esforço Leve</b>		Com intenção de praticar atividades de <b>Esforço Moderado</b>		Com intenção de praticar atividades de <b>Muito Esforço</b>	
	Total de Respostas	Distribuição de Frequência, sobre o total da faixa etária	Total de Respostas	Distribuição de Frequência, sobre o total da faixa etária	Total de Respostas	Distribuição de Frequência, sobre o total da faixa etária
<b>55-64 (N=122)</b>	24	20%	30	25%	40	33%
<b>65-74 (N=71)</b>	15	21%	24	34%	12	17%
<b>&gt;=75 (N=38)</b>	5	13%	6	16%	6	16%

Tabela 9 - Distribuição de frequência sobre o total dos respondentes de cada faixa etária, entre aqueles que possuem a intenção de praticar ou já praticam

Os dados acima mostram que há queda gradual na intenção de praticar atividades físicas de muito esforço. A faixa etária acima de 75 anos foi a que apresentou menor intenção de praticar atividades físicas, em qualquer modalidade.

Na tabela 8, o percentual foi calculado sobre o total de respondentes que apresentaram intenção de praticar ou já praticavam cada modalidade de atividade física (leve, moderada ou de muito esforço). Na tabela 9, com o intuito de retirar um possível viés causado pela menor quantidade de respondentes das faixas etárias superiores (65-74 e  $\geq 75$ ), o percentual foi calculado sobre o total de respondentes de cada faixa etária (55-64, 65-74 e  $\geq 75$ ), com intenção de praticar ou que já praticavam.

As mudanças biofísicas, sociais e psicológicas que afetam o estilo de vida e o comportamento do consumidor de mais idade, conforme apresentado no estudo de Moschis (1992), podem ser os motivadores dessa diminuição da intenção de praticar atividades físicas.

Outro possível motivador para a baixa intenção de praticar atividades, na faixa etária mais alta, pode ser devido ao fato de as pessoas mais velhas preferirem atividades que tragam menos riscos e que as façam se sentir mais seguras, conforme apresentado no estudo de Meredith & Schewe (1994).

A correlação entre os tipos de atividades (leve, moderada e de muito esforço) *versus* idades cognitiva e cronológica indica que há uma associação entre a idade das pessoas e a sua intenção de praticar determinados tipos de atividades físicas:

IDADES <i>versus</i> ATIVIDADES	Idade Cronológica	Idade Cognitiva
Esforço Leve	-0,03	-0,12
Esforço Moderado	-0,14	-0,23
Muito Esforço	-0,24	-0,38

Tabela 10 - Correlação de Pearson, entre as atividades e a idade cognitiva e cronológica

A correlação negativa entre a intenção de praticar as atividades físicas indica que, quanto mais velhas as pessoas se tornam, menor é a sua motivação para praticar atividades físicas, sendo esta correlação mais forte para a atividade de muito esforço.

A correlação mostra, também, que a idade cronológica é uma variável menos apropriada que a idade cognitiva, quando se quer avaliar a intenção de praticar qualquer tipo de atividade física.

No caso da idade cognitiva, há uma correlação significativa ( $p < 0,01$ ) entre a idade percebida pelo respondente e a intenção de praticar cada tipo de atividade e, quanto mais vigorosa é a atividade, mais negativa é essa correlação. Ou seja, quanto mais velhas são as pessoas, menor é sua vontade de praticar uma atividade que exija muito esforço; apenas para a atividade do tipo leve essa correlação não se mostra significativa (ao nível 0,01).

#### 4.1.3. Taxa de participação por faixa etária

Abaixo são apresentadas as distribuições de frequência apenas daqueles que já praticam atividades físicas, por tipo de atividade. Esta distribuição permite a análise da seguinte questão: “A participação efetiva nas atividades físicas diminuiu em frequência, com o avançar da idade ?”

	Praticantes de atividades de <b>Esforço Leve</b> (N=165)		Praticantes de atividades de <b>Esforço Moderado</b> (N=149)		Praticantes de atividades de <b>Muito Esforço</b> (N=28)	
	Total de Respostas	Distribuição de Frequência, por faixa etária	Total de Respostas	Distribuição de Frequência, por faixa etária	Total de Respostas	Distribuição de Frequência, por faixa etária
55-64	85	52%	80	54%	19	68%
65-74	53	32%	45	30%	8	29%
>=75	27	16%	24	16%	1	4%

Tabela 11 - Distribuição de frequência sobre o total dos respondentes de cada modalidade de atividade física, entre aqueles que já praticam

	Praticantes de atividades de Esforço Leve		Praticantes de atividades de Esforço Moderado		Praticantes de atividades de Muito Esforço	
	Total de Respostas	Distribuição de Frequência, sobre o total da faixa etária	Total de Respostas	Distribuição de Frequência, sobre o total da faixa etária	Total de Respostas	Distribuição de Frequência, sobre o total da faixa etária
<b>55-64 (N=122)</b>	85	70%	80	66%	19	16%
<b>65-74 (N=71)</b>	53	75%	45	63%	8	11%
<b>&gt;=75 (N=38)</b>	27	71%	24	63%	1	3%

Tabela 12 - Distribuição de frequência sobre o total dos respondentes de cada faixa etária, daqueles que já praticam

O percentual dos respondentes que já praticam atividades físicas diminui conforme a idade cronológica avança, para a atividade de muito esforço. Este resultado está coerente com os dados apresentados na seção anterior, para a faixa acima de 75 anos, pois, assim como a intenção, a real participação nas atividades também teve queda.

Na tabela 11, o percentual foi calculado sobre o total de respondentes que já praticavam cada modalidade de atividade física (leve, moderada ou de muito esforço). Na tabela 12, com o intuito de retirar um possível viés causado pela menor quantidade de respondentes das faixas etárias superiores (65-74 e >=75), o percentual foi calculado sobre o total de respondentes de cada faixa etária (55-64, 65-74 e >=75), que já praticavam.

#### 4.1.4. Diferença entre idade cognitiva e cronológica

Neste estudo, a diferença média entre a idade cronológica e a cognitiva fica em torno de 13 anos, sendo este valor coerente com o estudo de Mathur *et al.* (1998), em que essa diferença para atividades de lazer ficou em torno de 12 anos, para o segmento acima de 65 anos.

Assim, justifica-se uma segmentação pela idade cognitiva, em vez de se utilizar a tradicional segmentação por idade cronológica, visto que as pessoas mais velhas percebem sua idade como sendo muito abaixo da idade real (cronológica).

A seguir são analisadas as respostas quanto a prática de atividades, e a classificação é feita por idade cronológica e por idade cognitiva. O resultado apresentado na tabela abaixo permite a análise das respostas à pergunta “A intenção de praticar cada tipo de atividade física apresenta diferença significativa, quando classificada por idade cronológica ou cognitiva?”.

	Idade Cronológica			Idade Cognitiva		
	55-64 (N=122)	65+ (N=109)	Teste t	Nova Geração (N=148)	Tradicionais (N=83)	Teste t
Esforço Leve	5,35	5,44	Igual	5,48	5,24	Igual
Esforço Moderado	5,35	5,27	Igual	5,48	5,01	Diferente
Muito Esforço	3,19	2,36	Diferente	3,20	2,07	Diferente

Tabela 13 - Atividades físicas segmentadas por idade cronológica e cognitiva

A idade cognitiva mostra-se como uma forma mais adequada que a idade cronológica para segmentar o público com interesse em praticar atividades de esforço moderado, pois, nessa modalidade de atividade, encontra-se diferença nas respostas (teste t) entre os segmentos chamados de “Nova Geração” e “Tradicionais”, diferença que não é encontrada nos segmentos de faixas etárias caso se utilize a segmentação por idade cronológica.

Conforme definido por Boone & Kurtz (2002), o autoconceito é influenciado por muitos fatores internos, pessoais e interpessoais, que afetam o processo decisório dos consumidores. Portanto, a idade percebida pela pessoa é mais importante que a idade cronológica, durante o processo de escolha de uma atividade.

## 4.2. Análise das restrições

### 4.2.1. As restrições intrapessoais e as pessoas mais velhas

A tabela abaixo permite a análise da questão “*Como as pessoas acima de 55 anos percebem as restrições intrapessoais?*”.

	Amostra (N=231)	
	Média <sup>7</sup>	Desvio Padrão
Medo de ficar <b>ansiosas</b> ao praticar	2,04	1,40
Acham que a <b>aparência física</b> delas já não é adequada para praticar	2,25	1,46
Medo de <b>não se sentirem bem junto de outras pessoas</b> , ao praticar	2,55	1,51
Não se sentem suficientemente <b>motivadas</b> para praticar	3,55	1,48
Não têm <b>confiança</b> suficiente para praticar	3,22	1,46
Receio de não ter <b>energia suficiente</b> para praticar	3,27	1,46
A <b>saúde</b> já não permite que pratiquem	3,07	1,50
Receio de que <b>outras pessoas reprovem seu comportamento</b> , ao praticar	2,21	1,42
Acham que <b>estariam fazendo algo que não deveriam</b> , ao praticar	1,91	1,32
Pensam que a <b>idade</b> delas já não é apropriada para praticar	2,65	1,57
Medo de <b>ficar muito tempo fora de casa</b> , para praticar	2,26	1,50
Medo de <b>acontecer alguma coisa com elas</b> , ao praticar	3,00	1,49

Tabela 14 - Média e desvio padrão das respostas às restrições

Nota-se que, com exceção dos três itens sombreados na tabela acima, não são estas restrições os motivos pelos quais as pessoas acima de 55 anos deixam de praticar a atividade física de sua preferência, pois a grande maioria das respostas ficou em torno da opção “mais discordo do que concordo”, ou seja, abaixo do valor três.

<sup>7</sup> Medida em uma escala de cinco pontos, variando de “1” (Discordo totalmente) a “5” (Concordo plenamente).

Entre todos os itens, dois ficaram próximos da indiferença e, para confirmar esse indício, foi aplicado o teste t bicaudal, para testar o valor igual a três (‘não concordo, nem discordo’). O teste t não permite rejeitar que há indiferença no caso das restrições “a **saúde** já não permite que pratiquem” e “medo de **acontecer alguma coisa com elas**, ao praticar”. Assim, não se pode afirmar que o público considera que esses dois itens sejam restritivos, tampouco que não os consideram restritivos.

Os três itens sombreados na tabela anterior podem ser considerados os motivos pelos quais o público de mais idade não pratica a atividade de sua preferência: “não se sentem suficientemente **motivadas** para praticar”, “não tem **confiança** suficiente para praticar” e “receio de não ter **energia suficiente** para praticar”. Ou seja, nesses casos as respostas ficaram próximas da opção “mais concordo do que discordo”.

Já os sete demais itens apresentados não são considerados as causas pelas quais esse público não pratica a atividade de sua preferência. Nesses itens, as respostas ficaram próximas de “mais discordo do que concordo”, e isso indica que esse público já venceu as restrições intrapessoais, uma vez que 71% da amostra já pratica algum tipo de atividade leve e que 65% já pratica alguma atividade moderada (vide tabela 7). Esse fato corrobora o estudo sobre restrições de Crawford *et al.* (1991), que afirmam que a restrição intrapessoal é o primeiro obstáculo a ser vencido, dentro da hierarquia das restrições, para se chegar à prática efetiva de uma atividade de lazer. Ou seja, uma vez que já se pratica uma determinada atividade, é porque não havia restrições intrapessoais, ou, então, porque seus efeitos foram confrontados com a vontade do indivíduo e superados.

## 4.2.2.

## A percepção das restrições por faixa etária

A tabela abaixo permite a análise da questão “A percepção das restrições diminui, com o avançar da idade?”.

	55-64 (N=122)		65-74 (N=71)		75+ (N=38)	
	Total de Respostas	Frequência	Total de Respostas	Frequência	Total de Respostas	Frequência
Medo de ficar muito <b>ansiosas</b> ao praticar	20	16%	19	27%	9	24%
Acham que a <b>aparência física</b> delas já não é adequada para praticar	26	21%	22	31%	14	37%
Medo de <b>não se sentirem bem junto de outras pessoas</b> ao praticar	41	34%	29	41%	12	32%
Não se sentem suficientemente <b>motivadas</b> para praticar	81	66%	46	65%	25	66%
Não tem <b>confiança</b> suficiente para praticar	60	49%	45	63%	25	66%
Receio de não ter <b>energia suficiente</b> para praticar	76	62%	39	55%	20	53%
A <b>saúde</b> já não permite que pratiquem	52	43%	29	41%	24	63%
Receio de que <b>outras pessoas reprovem seu comportamento</b> ao praticar	25	20%	23	32%	11	29%
Acham que <b>estariam fazendo algo que não deveriam</b> ao praticar	16	13%	16	23%	8	21%
Pensam que a <b>idade</b> delas já não é apropriada para praticar	41	34%	27	38%	19	50%
Medo de <b>ficar muito tempo fora de casa</b> para praticar	24	20%	21	30%	15	39%
Medo de <b>acontecer alguma coisa com elas</b> ao praticar	54	44%	35	49%	20	53%

Tabela 15 - Distribuição de frequência das restrições sobre o total dos respondentes de cada faixa etária

Os resultados acima indicam que a percepção de muitas restrições aumentam conforme a idade avança. Assim, a faixa etária acima de 75 anos foi a que apresentou as maiores percepções de restrições que as impediriam de praticar uma atividade de sua preferência.

Este resultado está coerente com a análise da seção 4.1.2 (“A intenção na prática de atividades, por faixa etária”), pois a intenção de praticar atividades físicas é menor para a faixa de pessoas acima de 75 anos. Ou seja, o público acima de 75 anos percebe muitas restrições intrapessoais como barreiras à prática de atividades físicas, manifestando menos interesse por essas atividades, se comparado com o público das demais faixas etárias.

### 4.2.3. As restrições divididas por segmento

A tabela abaixo permite a análise da questão “As restrições apresentam diferença significativa, quando classificadas por idade cronológica ou cognitiva?”.

	Idade Cronológica			Idade Cognitiva		
	55-64 (N=122)	65+ (N=109)	Teste t	Nova Geração (N=148)	Tradicionais (N=83)	Teste t
Medo de ficar <b>ansiosas</b> , ao praticar	1,88	2,23	Igual	2,05	2,04	Igual
Acham que a <b>aparência física</b> já não é adequada para praticar	2,07	2,45	Igual	2,20	2,35	Igual
Medo de <b>não se sentirem bem junto de outras pessoas</b> , ao praticar	2,48	2,63	Igual	2,59	2,48	Igual
Não se sentem suficientemente <b>motivadas</b> para praticar	3,47	3,63	Igual	3,53	3,57	Igual
Não têm <b>confiança</b> suficiente para praticar	3,03	3,43	Igual	3,14	3,37	Igual
Receio de não ter <b>energia suficiente</b> para praticar	3,35	3,17	Igual	3,25	3,30	Igual
A <b>saúde</b> já não permite que pratiquem	3,00	3,15	Igual	2,86	3,45	Diferente
Receio de que <b>outras pessoas reprovem seu comportamento</b> , ao praticar	2,12	2,31	Igual	2,16	2,31	Igual
Acham que <b>estariam fazendo algo que não deveriam</b> , ao praticar	1,80	2,04	Igual	1,87	1,99	Igual
Pensam que a <b>idade</b> delas já não é apropriada para praticar	2,50	2,83	Igual	2,55	2,84	Igual
Medo de <b>ficar muito tempo fora de casa</b> , para praticar	2,08	2,46	Igual	2,19	2,39	Igual
Medo de <b>acontecer alguma coisa com elas</b> , ao praticar	2,90	3,11	Igual	2,91	3,16	Igual

Tabela 16 - Restrições segmentadas por idade cronológica e cognitiva

Verifica-se diferença, nas respostas para o segmento classificado por idade cognitiva, para a restrição “a **saúde** já não permite que pratiquem”. Portanto, a segmentação por idade cognitiva mostra-se interessante para distinguir entre a “Nova Geração” e os “Tradicionais”, quando o tema é a restrição intrapessoal “saúde”.

Assim, caso o profissional de marketing pretenda aumentar o mercado para um serviço relacionado à prática de atividades físicas para as pessoas classificadas como “tradicionais”, ele deve mostrar, por exemplo, que, caso os praticantes tenham algum problema de saúde durante a prática da atividade, eles terão o primeiro atendimento no próprio local. Dessa forma, a restrição ligada ao item “saúde” poderia deixar de ser uma barreira, e mais consumidores passariam a considerar aquela empresa (e a atividade oferecida por ela) no seu “evoked set”, durante o processo decisório.

As médias baixas às respostas reforçam a idéia de que os respondentes desta amostra já venceram a barreira das restrições intrapessoais, conforme citado anteriormente.

### 4.3.

#### Análise conforme a renda familiar

##### 4.3.1.

#### Atividades físicas versus renda familiar

A tabela abaixo permite a análise da questão: “*Há diferença na intenção de praticar atividades físicas, entre pessoas com renda familiar superior ou inferior a R\$ 1.700?*”.

	Renda <R\$1.700 (N=59)		Renda >R\$1.700 (N=172)		Teste t
	Média	% que já praticam	Média	% que já praticam	
Esforço Leve	5,61	83%	5,32	67%	Igual
Esforço Moderado	5,19	61%	5,35	66%	Igual
Muito Esforço	2,61	7%	2,86	14%	Igual

Tabela 17 - Análise dos praticantes de atividades físicas, por renda

A renda familiar dos respondentes não apresenta diferenças significativas (teste t) na média da intenção de praticar as atividades físicas.

Entretanto, observando a distribuição de frequência daqueles que já praticam atividades de esforço moderado, pode-se supor que a renda seja uma barreira estrutural, nesse caso, pois o percentual dos respondentes com renda acima de R\$1.700 que já praticam é maior que o percentual daqueles com renda inferior. Isso confirma o estudo de Crawford *et al.* (1991), que concluíram que as barreiras estruturais (como recursos financeiros) são os principais motivos que impedem que as pessoas com intenção de praticar, cheguem à prática realmente (quando são vencidas as demais restrições).

Já para as atividades de esforço leve, a renda não pode ser considerada uma barreira estrutural, e isso tem explicação no fato de que a prática dessa modalidade pode ser realizada com custos baixos, como é o caso de caminhadas em parques públicos ou exercícios físicos feitos em casa.

### 4.3.2. Restrições *versus* renda familiar

A tabela abaixo permite a análise da questão “*Há diferença na percepção das restrições intrapessoais, entre pessoas com renda familiar superior ou inferior a R\$1.700?*”.

	Renda <R\$1.700 (N=59)		Renda >R\$1.700 (N=172)		Teste t
	Média	% sem restrição	Média	% sem restrição	
Medo de ficar <b>ansiosas</b> ao praticar	2,05	71%	2,04	69%	Igual
Acham que a <b>aparência física</b> delas já não é adequada para praticar	1,95	73%	2,35	60%	Igual
Medo de <b>não se sentirem bem junto de outras pessoas</b> , ao praticar	2,29	63%	2,65	49%	Igual
Não se sentem suficientemente <b>motivadas</b> para praticar	2,88	49%	3,77	20%	Diferente
Não têm <b>confiança</b> suficiente para praticar	3,07	39%	3,27	32%	Igual
Receio de não ter <b>energia suficiente</b> para praticar	3,27	36%	3,27	33%	Igual
A <b>saúde</b> já não permite que pratiquem	2,93	46%	3,12	37%	Igual
Receio de que <b>outras pessoas reprovem seu comportamento</b> , ao praticar	2,14	69%	2,24	65%	Igual
Acham que <b>estariam fazendo algo que não deveriam</b> , ao praticar	1,95	69%	1,90	76%	Igual
Pensam que a <b>idade</b> delas já não é apropriada para praticar	2,56	56%	2,69	52%	Igual
Medo de <b>ficar muito tempo fora de casa</b> , para praticar	2,36	61%	2,23	66%	Igual
Medo de <b>acontecer alguma coisa com elas</b> , ao praticar	2,90	46%	3,03	39%	Igual

Tabela 18 - Análise dos respondentes sem restrições, por renda

A renda familiar dos respondentes não apresenta diferenças significativas, nas médias dos dois segmentos, com exceção do item “não se sentem suficientemente **motivadas** para praticar”.

Os dados mostram que apenas 20% das pessoas com renda superior a R\$1.700 não consideram esse item como restritivo, na prática da atividade física de sua preferência.

O modelo alternativo de Crawford *et al.* (1991) propõe que somente após superação da restrição intrapessoal e interpessoal é possível chegar à real participação, caso o indivíduo também supere as restrições estruturais, como tempo e dinheiro. Ou seja, este estudo mostra que o item “motivação” deve ser mais bem analisado pelo profissional de marketing, de forma que as pessoas mais velhas possam vencer essa barreira intrapessoal. Assim, novas oportunidades podem surgir para esse segmento composto por pessoas de renda familiar maior, uma vez que elas não devem apresentar, posteriormente, a restrição estrutural “problema financeiro”, a qual poderia impedi-las de efetivamente praticar a atividade de sua preferência.

#### 4.4. Análise conforme a ocupação

##### 4.4.1. Atividades físicas versus ocupação

A tabela abaixo permite a análise da questão “*Há diferença na intenção de praticar atividades físicas, entre as pessoas que ainda trabalham e aquelas que não mais exercem atividade remunerada?*”.

	Trabalha (N=102)		Não Trabalha (N=129)		Teste t
	Média	% que já praticam	Média	% que já praticam	
Esforço Leve	5,44	73%	5,36	71%	Igual
Esforço Moderado	5,49	71%	5,17	60%	Diferente
Muito Esforço	3,09	14%	2,57	11%	Diferente

Tabela 19 - Análise dos praticantes de atividades físicas, por ocupação

Analisando os dados segundo a ocupação dos respondentes, não se verificam diferenças significativas nas médias, quanto à intenção de praticar atividades físicas de esforço leve. Já para a atividade de esforço moderado ou muito esforço, a diferença na média das respostas é representativa ( $p < 0,05$ ), e pode-se supor que o perfil do consumidor mais velho, quanto à intenção de praticar atividades de muito esforço, varia conforme ele exerça ou não uma atividade remunerada.

Entretanto, para todas as modalidades de atividades, tanto a média da intenção de praticar, quanto a frequência daqueles que já as praticam, são superiores para aqueles que ainda trabalham. Isso pode ser explicado pelo fato de que as pessoas mais velhas que ainda trabalham se sentem mais capacitadas fisicamente e que não percebem a saúde como uma restrição à prática de atividades físicas.

#### 4.4.2. Restrições *versus* ocupação

A tabela abaixo permite a análise da questão “*Há diferença na percepção das restrições intrapessoais entre as pessoas que ainda trabalham e aquelas que não mais exercem atividade remunerada?*”.

	Trabalha (N=102)		Não Trabalha (N=129)		Teste t
	Média	% sem restrição	Média	% sem restrição	
Medo de ficar <b>ansiosas</b> ao praticar	1,92	74%	2,14	67%	Igual
Acham que a <b>aparência física</b> delas já não é adequada para praticar	2,30	63%	2,21	64%	Igual
Medo de <b>não se sentirem bem junto de outras pessoas</b> , ao praticar	2,70	49%	2,44	56%	Igual
Não se sentem suficientemente <b>motivadas</b> para praticar	3,53	28%	3,56	27%	Igual
Não têm <b>confiança</b> suficiente para praticar	3,20	33%	3,24	34%	Igual
Receio de não ter <b>energia suficiente</b> para praticar	3,23	34%	3,30	33%	Igual
A <b>saúde</b> já não permite que pratiquem	2,84	47%	3,25	33%	Diferente
Receio de que <b>outras pessoas reprovem seu comportamento</b> , ao praticar	2,25	65%	2,19	67%	Igual
Acham que <b>estariam fazendo algo que não deveriam</b> , ao praticar	1,92	75%	1,91	73%	Igual
Pensam que a <b>idade</b> delas já não é apropriada para praticar	2,75	49%	2,58	57%	Igual
Medo de <b>ficar muito tempo fora de casa</b> , para praticar	2,19	64%	2,32	66%	Igual
Medo de <b>acontecer alguma coisa com elas</b> , ao praticar	2,99	39%	3,01	42%	Igual

Tabela 20 - Análise dos respondentes sem restrições, por ocupação

No caso das restrições, não há diferença em termos de ocupação, excetuando-se o item “a **saúde** já não permite que pratiquem”, que apresentou diferenças significativas. A média da resposta deste item, para aqueles que não trabalham, é superior à média daqueles que ainda trabalham, ou seja, as pessoas mais velhas que trabalham sentem menos a saúde como uma barreira que as impeça de praticar atividades físicas, se comparadas às que não trabalham.

Portanto, para oferecer um serviço ligado a atividades físicas, para pessoas acima de 55 anos que não trabalham, deve-se estar atento ao item “saúde”, que pode ser percebido como uma barreira, por essas pessoas, e levá-las a não praticar uma determinada atividade.

## 4.5. Análise conforme o sexo do respondente

### 4.5.1. Atividades físicas *versus* sexo do respondente

A tabela abaixo permite a análise da questão “*Há diferença na intenção de consumo de atividades físicas, entre homens e mulheres?*”.

	Homens (N=96)		Mulheres (N=135)		Teste t
	Média	% que já praticam	Média	% que já praticam	
Esforço Leve	5,44	75%	5,36	69%	Igual
Esforço Moderado	5,49	69%	5,17	61%	Igual
Muito Esforço	3,09	23%	2,57	4%	Diferente

Tabela 21 - Análise dos praticantes de atividades físicas, por gênero

A média das respostas das mulheres, com relação à intenção, é menor que a média masculina, bem como a porcentagem daqueles que já praticam alguma atividade é sempre maior entre os homens. Ou seja, os homens têm mais desejo de praticar, e efetivamente praticam, mais atividades físicas que as mulheres.

Entretanto, encontraram-se diferenças significativas (teste t), quanto ao sexo dos respondentes, somente no caso de atividades de muito esforço. As mulheres não apresentaram vontade de praticar esse tipo de atividade, enquanto as respostas dos homens ficaram entre a indiferença e a intenção de praticá-las.

#### 4.5.2. Restrições *versus* sexo do respondente

A tabela abaixo permite a análise da questão “*Há diferença na percepção das restrições intrapessoais, entre homens e mulheres?*”

	Homens (N=96)		Mulheres (N=135)		Teste t
	Média	% sem restrição	Média	% sem restrição	
Medo de ficar <b>ansiosas</b> ao praticar	1,95	74%	2,11	67%	Igual
Acham que a <b>aparência física</b> delas já não é adequada para praticar	2,20	67%	2,29	61%	Igual
Medo de <b>não se sentirem bem junto de outras pessoas</b> , ao praticar	2,49	55%	2,60	51%	Igual
Não se sentem suficientemente <b>motivadas</b> para praticar	3,30	35%	3,72	22%	Diferente
Não têm <b>confiança</b> suficiente para praticar	2,99	41%	3,39	29%	Diferente
Receio de não ter <b>energia suficiente</b> para praticar	2,95	43%	3,50	27%	Diferente
A <b>saúde</b> já não permite que pratiquem	2,89	44%	3,20	36%	Igual
Receio de que <b>outras pessoas reprovem seu comportamento</b> , ao praticar	2,10	69%	2,29	64%	Igual
Acham que <b>estariam fazendo algo que não deveriam</b> , ao praticar	1,73	79%	2,04	70%	Igual
Pensam que a <b>idade</b> delas já não é apropriada para praticar	2,58	55%	2,70	52%	Igual
Medo de <b>ficar muito tempo fora de casa</b> , para praticar	1,95	73%	2,48	59%	Diferente
Medo de <b>acontecer alguma coisa com elas</b> , ao praticar	2,86	44%	3,10	39%	Igual

Tabela 22 - Análise dos respondentes sem restrições, por gênero

No caso das restrições, há diferença (teste t) na média das respostas masculinas, quando comparada com a média das respostas femininas, para os seguintes itens: “não se sentem suficientemente **motivadas**”; “não tem **confiança** suficiente”; “receio de não ter **energia suficiente**” e “medo de **ficar muito tempo fora de casa**”.

Também é possível notar que a média das respostas masculinas é inferior à média das respostas femininas para todas as restrições, o que permite responder à pergunta “*As mulheres são mais sujeitas a restrições que os homens?*”.

As mulheres respondentes mostraram-se mais sujeitas às restrições intrapessoais que os homens, para todas as assertivas apresentadas. Portanto, esta constatação está de acordo com uma das conclusões do estudo de Alexandris & Carrol (1997a), realizado na Grécia, onde as mulheres experimentaram mais restrições intrapessoais que os homens, na prática de esportes.