

Valores e Representações Corporais:  
Saúde e Beleza  
Estudo Exploratório do Sistema de Valores  
e Representações sobre a Saúde e a Beleza  
em Alunos Universitários\*

Abel Correia\*\*

*Apresentação do problema*

Ultimamente tem havido um interesse crescente na abordagem dos valores e representações associados ao corpo. Exemplo desta situação são as preocupações com o fomento da saúde e a prevenção de doenças onde, normalmente, a prática desportiva é equacionada como factor determinante. Por outro lado, é corrente hoje afirmar-se que o império do «look» é uma realidade social. A este propósito basta lembrar-nos da moda, do culturismo e, no geral, das preocupações em parecer bem.

A este respeito Lipovetsky (1988) afirma que o corpo se torna hoje extraordinariamente importante, é a obsessão pela saúde e a procura da eternização da juventude. Estamos pois na presença do narcisismo contemporâneo, a hipermobilização sobre o eu.

Esta situação pode provocar situações de conflito interno geradoras de atitudes de atracção e repulsa para com o seu corpo. É de supor também que a auto-imagem corporal que, sendo fruto das atitudes, sentimentos e experiências que o indivíduo acumulou a propósito do seu corpo (Bruchon-Schweitzer, citado por Garcia 1989) seja, determinante nesta relação para consigo.

Pensamos que o essencial e necessário é a compreensão e determinação dos valores que se defendem e dos significados que lhes atribuem

---

\* Estudo realizado no âmbito do Mestrado em Gestão da Formação Desportiva sob orientação do Prof. Doutor Francisco Sobral.

\*\* Assistente Estagiário da Faculdade de Motricidade Humana em Gestão do Desporto. Boletim SPEF, n.º 7/8 Inverno/Primavera de 1993, pp. 61-76.

as diferentes pessoas. Desta forma se consegue obter indicadores explicativos e preditivos dos seus comportamentos. No plano social moldando as dimensões culturais da sociedade e no plano individual como sistema de disposições, preferências, opções, orientações interiorizadas pelos indivíduos e que, simultaneamente, sintetizam experiências anteriores e condicionam os seus futuros comportamentos.

Neste sentido, no âmbito dos valores e representações corporais interessa-nos compreender os significados, desejos e aspirações e consequentes comportamentos das pessoas.

### *Definição do problema e objectivos*

Pretendeu-se com este trabalho determinar em alunos de Ciências de Desporto da Faculdade de Motricidade Humana, qual o grau de importância atribuído aos valores corporais saúde e beleza e definir as características inerentes a um corpo saudável e a um corpo belo.

Pretendeu-se também analisar qual a percepção que os indivíduos têm de si no que respeita aos referidos valores e verificar em que medida existe ou não a convicção de poderem influenciar o seu corpo. Em caso positivo determinar quais os comportamentos julgados fundamentais.

Foi também objectivo deste trabalho o estudo das opções individuais face às representações corporais saúde e beleza em função da variável sexo.

### *Hipóteses*

O problema em estudo e os objectivos definidos conduziram-nos à formulação de um conjunto de questões:

Será que no plano individual a saúde e a beleza são consideradas valores fundamentais da vida?

Os jovens universitários consideram-se saudáveis e belos?

Será que cada pessoa se considera responsável pela saúde e beleza do seu corpo?

Existirão diferenças entre as posições assumidas face a cada um dos valores?

De acordo com as hipóteses de pesquisa formulámos as seguintes hipóteses nulas:

H01 — Não existem diferenças significativas nas opiniões expressas às várias questões formuladas sobre saúde e beleza entre alunos universitários, do sexo masculino, de Ciências do Desporto da Facul-

dade de Motricidade Humana (FMHMasc) e alunos da mesma Faculdade do sexo feminino (FMHFem).

H02 — Não existem diferenças significativas nas opiniões expressas às várias questões formuladas a alunos universitários, de Ciências do Desporto da Faculdade de Motricidade Humana, de ambos os sexos, entre os valores saúde e beleza.

## **Metodologia**

### *Caracterização da Amostra*

Foram inquiridos 83 alunos do 1.º ano da licenciatura em Ciências do Desporto da Faculdade de Motricidade Humana. Dos 83 alunos, 36 são do sexo feminino (FMHFem) e 47 do sexo masculino (FMHMasc).

A amostra foi ainda caracterizada quanto à idade e quanto à prática desportiva.

### **Quadro 1**

Caracterização etária da amostra: valores médios

	Média	Desvio Padrão	Mínimo	Máximo
FMHFem	20,1	2,7	18	28
FMHMasc	21,3	4,2	18	40

No que se refere à caracterização da prática desportiva considerámos o número de praticantes, anos de prática o nível dessa prática e as respectivas modalidades praticadas .

### **Quadro 2**

Prática desportiva:  
percentagem de praticantes federados e não federados

	Federada	Não-Fed.	Total (%)
FMHFem	81	19	100
FMHMas	98	2	100

**Quadro 3**  
Anos de prática desportiva: valores médios

	Média	Desvio Padrão
FMHFem	8,5	3,3
FMHMasc	9,1	3,7

**Quadro 4**  
Nível de prática dos praticantes federados: percentagens

	Nacional	Internacional
FMHFem	55	45
FMHMasc	80	20

**Quadro 5**  
Desportos praticados: número de referências por modalidade

Modalidades	FMHFem	FMHMasc
Acrobática	3	2
Andebol	4	6
Atletismo	6	9
Badminton	—	1
Basquetebol	6	10
Canoagem	1	—
Corfebol	1	1
Full Contact	1	2
Futebol	4	17
Ginástica	11	3
Hóquei em Patins	—	2
Judo	3	5
Karate	—	1
Luta Greco-Romana	—	1
Motocross	—	1
Natação	6	6

### Quadro 5

Desportos praticados: número de referências por modalidade  
(continuação)

Modalidades	FMHFem	FMHMasc
Patinagem	1	—
Pólo Aquático	1	1
Remo	1	1
Ténis	2	3
Tiro	—	1
Trampolins	1	—
Triatlo	—	1
Voleibol	6	7

#### *Instrumento de Pesquisa*

De acordo com a natureza exploratória do estudo, e tendo como objectivo estudar os valores saúde e beleza associados ao corpo, utilizámos como instrumento de pesquisa o questionário com perguntas fechadas e abertas.

Elaborou-se um questionário composto por duas partes. A primeira dedicada à caracterização do indivíduo (sexo, idade, habilitação escolar e prática desportiva) e a segunda composta alternadamente por perguntas fechadas e abertas em conformidade com os objectivos deste trabalho.

Elaborámos as seguintes perguntas abertas: «Indique as características de um corpo saudável»; «Indique as características de um corpo belo»; «Indique o que pode fazer para ter o corpo saudável», «Indique o que pode fazer para ter o corpo belo». O questionário contém mais duas questões abertas onde se pede para justificar a opção realizada nas questões fechadas referentes à auto-imagem no que concerne à saúde e à beleza.

Nas perguntas fechadas, utilizando-se para o efeito uma escala ordinal com cinco estados (não concordo, concordo pouco, concordo, concordo muito e concordo completamente), pede-se aos inquiridos que expressem a sua opinião sobre as seguintes questões: «A saúde é um valor fundamental para a vida»; «A beleza é um valor fundamental para a vida»; «Cada pessoa é responsável pela saúde do seu corpo»; «Cada pessoa é responsável pela beleza do seu corpo». O questionário possui ainda mais duas questões fechadas onde se pede aos respondentes que formulem a sua opinião sobre o seu corpo no que se refere à saúde e à

beleza. Também aqui optámos pela utilização de uma escala ordinal com cinco estados.

### *Recolha dos Dados*

A aplicação dos questionários decorreu no mês de Maio de 1992 durante a frequência de aulas.

### *Apresentação e tratamento dos resultados*

Para podermos realizar um tratamento sistemático e quantitativo do conteúdo das respostas às perguntas abertas utilizámos a técnica de Análise de Conteúdo, pois a sua função heurística enriquece a intenção exploratória, aumentando a propensão à descoberta (Bardin, 1977).

Seguindo a proposta de Bardin (1977), após a leitura flutuante e face aos objectivos da análise, procedemos ao registo das unidades de registo utilizando para o efeito o critério semântico. Assim, visando a posterior categorização e contagem frequencial elaborou-se uma listagem das unidades de informação ou temas (Vala, 1990) encontrados nas respostas.

De seguida, procedemos à organização dos dados brutos em sistemas de categorias, utilizando também para o efeito o critério semântico. As unidades de registo foram agrupadas em conformidade com as suas especificidades. Tomando em consideração as várias respostas ao questionário procedemos à formação de categorias e à sua respectiva definição:

#### *Características de um corpo saudável:*

- ALEGRE (bem disposto, jovial)
- ALIMENTAÇÃO (equilibrada, racional)
- APARÊNCIA (elegante, belo, «boas cores»)
- CAPACIDADE DE ADAPTAÇÃO (apto para as exigências)
- CAPACIDADES MOTORAS (flexibilidade, resistência, agilidade,...)
- DEFICIÊNCIAS (deformações congénitas ou adquiridas)
- DESENVOLVIMENTO CORPORAL (musculado, dimensões, proporções)
- EXERCÍCIO FÍSICO (regular, adaptado)
- HARMONIA (bem estar, sentir-se bem consigo)
- HIGIENE (asseio, limpeza, cuidados)
- OBESIDADE (tecido adiposo em excesso)
- POSTURA (correcta, adequada)

- SAÚDE (ausência de doenças)
- VÍCIOS (evitar excessos: álcool, tabaco, droga)

*Características de um corpo belo:*

- ALEGRE (bem disposto, jovial)
- ALIMENTAÇÃO (equilibrada, racional)
- APARÊNCIA (elegante, agradável)
- CAPACIDADES MOTORAS (flexibilidade, resistência, agilidade,...)
- DEFICIÊNCIAS (deformações congênitas ou adquiridas)
- DESENVOLVIMENTO CORPORAL (musculado, dimensões, proporções)
- EXERCÍCIO FÍSICO (regular, adaptado)
- HARMONIA (bem estar, sentir-se bem consigo)
- HIGIENE (asseio, limpeza, cuidados)
- OBESIDADE (tecido adiposo em excesso)
- OS OUTROS (opinião dos outros, sociedade)
- PARTES DO CORPO (rosto, seios, cabelos, mãos, olhos, nariz, lábios)
- PELE (hidratada, cor, pilosidade, marcas)
- POSTURA (correcta, adequada)
- SAÚDE (ausência de doenças)

*O seu corpo é saudável? Características:*

- ALEGRE (bem disposto, jovial)
- ALIMENTAÇÃO (equilibrada, racional)
- APARÊNCIA (elegante, belo)
- CAPACIDADE DE ADAPTAÇÃO (apto para as exigências)
- CAPACIDADES MOTORAS (flexibilidade, resistência, agilidade,...)
- DEFICIÊNCIAS (deformações congênitas ou adquiridas)
- DESENVOLVIMENTO CORPORAL (musculado, dimensões, proporções)
- DORMIR (descanso, repouso)
- EXERCÍCIO FÍSICO (regular, adaptado)
- HARMONIA (bem estar, sentir-se bem consigo)
- HIGIENE (asseio, limpeza, cuidados)
- MÉDICO (visita regular, prevenção)
- OBESIDADE (tecido adiposo em excesso)
- SAÚDE (ausência de doenças)
- VÍCIOS (evitar excessos: álcool, tabaco, droga)

*O seu corpo é belo? Características:*

- ALEGRE (bem disposto, jovial)
- ALIMENTAÇÃO (equilibrada, racional)

- APARÊNCIA (elegante, agradável)
- CAPACIDADES MOTORAS (flexibilidade, resistência, agilidade,...)
- DEFICIÊNCIAS (deformações congénitas ou adquiridas)
- DESENVOLVIMENTO CORPORAL (musculado, dimensões, proporções)
- EXERCÍCIO FÍSICO (regular, adaptado)
- HARMONIA (bem estar, sentir-se bem consigo)
- HIGIENE (asseio, limpeza, cuidados)
- OBESIDADE (tecido adiposo em excesso)
- OS OUTROS (opinião dos outros, sociedade)
- PARTES DO CORPO ( cabelo, olhos)
- PELE (hidratada, cor, pilosidade, marcas)
- SAÚDE (ausência de doenças)

*Como manter o corpo saudável:*

- ALEGRE (bem disposto, jovial)
- ALIMENTAÇÃO (equilibrada, racional)
- DINHEIRO (capacidade monetária)
- DIVERSÃO («sair», vida social)
- DORMIR (descansar, repousar)
- EXERCÍCIO FÍSICO (regular, adaptado)
- HARMONIA (bem estar, sentir-se bem consigo)
- HIGIENE (asseio, limpeza, cuidados)
- MÉDICO (visita regular, prevenção)
- NATUREZA (vida ao ar livre)
- VÍCIOS (evitar excessos: álcool, tabaco, droga)

*Como manter o corpo belo:*

- ALEGRE (bem disposto, jovial)
- ALIMENTAÇÃO (equilibrada, racional)
- COSMÉTICA (produtos de beleza)
- DINHEIRO (capacidade monetária)
- EXERCÍCIO FÍSICO (regular, adaptado)
- HARMONIA (bem estar, sentir-se bem consigo)
- HIGIENE (asseio, limpeza, cuidados)
- POSTURA (correcta, adequada)
- SAÚDE (ausência de doenças)
- VIGILÂNCIA (estar atento, preocupar-se)
- VÍCIOS (evitar excessos: álcool, tabaco, droga)

Seguidamente realizámos a enumeração dos dados. Registámos o número de presenças em cada categoria e depois contabilizámos as respectivas frequências relativas.



O tratamento estatístico das perguntas fechadas incluiu o cálculo de parâmetros descritivos (média —  $\bar{x}$  e desvio padrão —  $s$ ) e a aplicação de uma técnica de comparação (teste  $t$  de student). O nível de significância estatística escolhido foi de  $p < 0.05$ . Todos os procedimentos estatísticos foram realizados num microcomputador Apple Macintosh Classic, tendo sido utilizado o programa de estatística «Exstatix TM 1.01.».

**Quadro 6**  
Verificação da hipótese nula H01

	FMHMasc			FMHFem			T Test
	$\bar{x}$	$s$	Min Máx	$\bar{x}$	$s$	Min Máx	
1.1. A saúde é um valor fundamental da vida	4.70	0.58	3-5	4.50	0.73	3-5	1.39
1.2. A beleza é um valor fundamental da vida	2.53	0.97	1-5	2.94	0.95	1-5*	1.93
2.1. Considera o seu corpo saudável?	3.59	0.57	3-5	3.41	0.60	2-5	1.37
2.2. Considera o seu corpo belo?	2.89	0.56	1-5	2.77	0.17	2-3	1.04
3.1. Cada pessoa é responsável pela saúde do seu corpo	3.63	1.09	1-5	3.58	0.84	1-5	0.25
3.2. Cada pessoa é responsável pela beleza do seu corpo	2.57	1.03	1-5	2.91	0.96	1-5	0.32

**Quadro 7**  
Verificação da hipótese nula H02

	Saúde			Beleza			T Test
	$\bar{x}$	$s$	Min Máx	$\bar{x}$	$s$	Min Máx	
1.1. e 1.2. Valor fundamental da vida...	4.61	0.65	3-5	2.71	0.98	1-5	22.85*
2.1. e 2.2. Considera o seu corpo...	3.52	0.59	2-5	2.84	0.51	1-5	7.86*
3.1. e 3.2. Cada pessoa é responsável pela ... do seu corpo.	3.61	0.99	1-5	2.72	1.02	1-5	13.89*

(\*) Significativo:  $p < 0.05$

### *Interpretação e discussão dos resultados*

Como se pode verificar no Quadro 6 os valores médios para a totalidade da amostra, no que se refere aos resultados obtidos nas várias

questões, apontam para valores superiores a 2.52. Esta situação revela que, no geral, os elementos da amostra consideram a saúde e a beleza como valores fundamentais da vida. Acham-se possuidores de um corpo saudável e belo e são também da opinião de que cada pessoa tem responsabilidades na manutenção da saúde e beleza do seu corpo.

Da análise dos resultados em termos descritivos pode-se ainda verificar que os elementos do sexo feminino consideram a beleza um valor mais fundamental (2.94) do que os elementos do sexo masculino (2.53). Esta situação repete-se no que diz respeito à auto responsabilidade para com a beleza do corpo, isto é, os elementos do sexo feminino acham que cada pessoa é mais responsável por este processo (2.91) do que os elementos do sexo masculino (2.57).

Como resultado da aplicação da técnica estatística de comparação utilizada obtivemos uma grande similitude de valores. Neste grupo de alunos universitários, a diferença de sexo não parece influenciar significativamente as opiniões sobre os valores e representações corporais, saúde e beleza, nos vários domínios estudados.

De acordo com os resultados e em conformidade com o nível de significância definido ( $P < 0.05$ ) podemos afirmar que se aceita a hipótese nula — H01.

A análise do Quadro 7 revela-nos que estes alunos universitários consideram em termos médios a saúde como valor mais importante para a vida (4.61) do que a beleza (2.71).

Analizando os valores médios obtidos podemos igualmente verificar que os elementos da amostra se consideram mais saudáveis (3.52) do que belos (2.84).

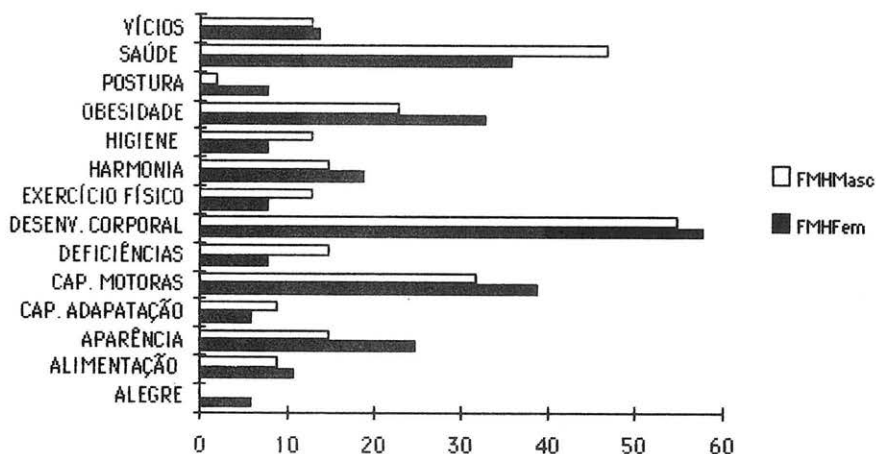
No que se refere à auto responsabilidade na manutenção da saúde e da beleza do corpo verifica-se que, em termos dos valores médios obtidos, os inquiridos consideram que cada pessoa tem maior responsabilidades na manutenção da sua saúde (3.61) do que terá em relação à beleza (2.72).

Este grupo de alunos universitários apresenta opiniões estatisticamente diferentes no que se refere às posições perante os valores saúde e beleza nas questões consideradas.

De acordo com os resultados e em conformidade com o nível de significância definido ( $P < 0.05$ ) podemos afirmar que se rejeita a hipótese nula — H02.

#### *Características de um corpo saudável e belo: comparação segundo o sexo*

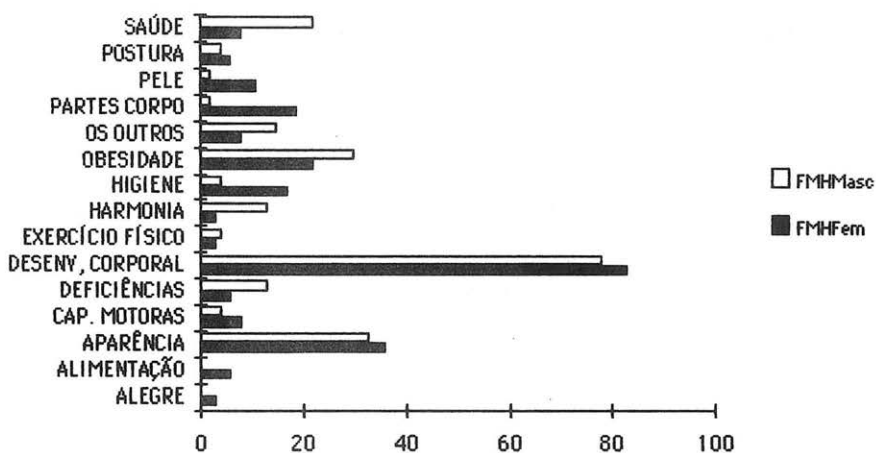
70 Da análise da Fig.1 pode-se concluir que um corpo saudável, segundo os inquiridos, é aquele que se caracteriza, essencialmente, por não ter



**Figura 1**  
Características de um corpo saudável

doenças, por ter um bom desenvolvimento corporal, por possuir boas capacidades motoras e pela ausência de obesidade.

O grupo FMHFem releva como características mais determinantes de um corpo saudável o desenvolvimento corporal, as capacidades motoras e a categoria saúde (58%, 39% e 36%). O grupo FMHMasc também releva para os três primeiros lugares as categorias desenvolvimento corporal, capacidades motoras e saúde mas com as seguintes percentagens, respectivamente: 55%, 47% e 32%.



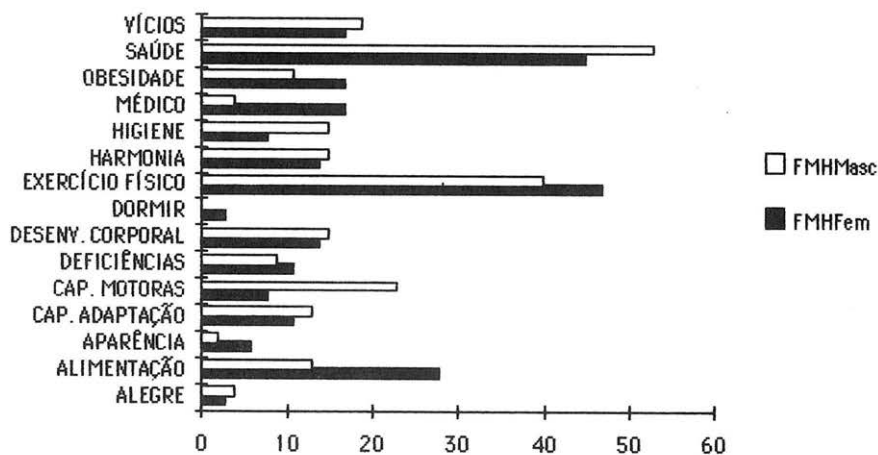
**Figura 2**  
Características de um corpo belo

Da análise da Fig. 2 pode-se concluir que, para a amostra em causa, um corpo belo se caracteriza fundamentalmente por ter um excelente desenvolvimento corporal (83% e 78%), isto é, um corpo musculado possuindo as dimensões e as proporções do dito corpo atlético: alto, forte e bem constituído.

Apesar de percentualmente se situarem longe do valor obtido pela categoria desenvolvimento corporal, a aparência (36% e 33%) e a ausência de obesidade (22% e 30%) aparecem-nos também como características tipificadoras de um corpo belo.

Comparando os resultados obtidos pelos dois grupos pode-se concluir que o grupo FMHMasc atribui menor importância às categorias higiene, partes do corpo e pele (4%, 2%, 2%) do que o grupo «feminino» (17%, 11%, 19%).

*Características do «seu» corpo referentes à saúde e à beleza: comparação segundo o sexo*

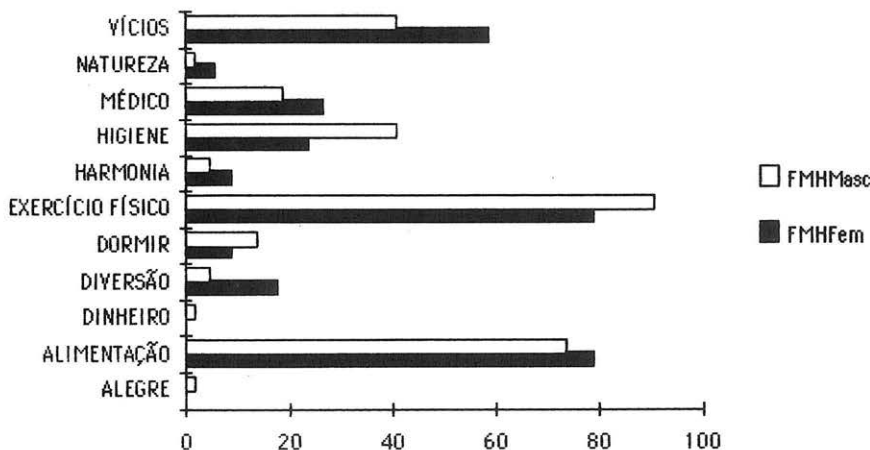


**Figura 3**  
Características do «seu» corpo referentes à saúde

A análise da Fig. 3 leva-nos a afirmar que os elementos constituintes da amostra associam a saúde do seu corpo, essencialmente, à ausência de doenças (45% e 53%), ao exercício físico (47% e 40%), à alimentação (28% e 13%) e à ausência de vícios, de excessos (17% e 19%).

Comparando os resultados obtidos pelos dois grupos queremos salientar os valores obtidos na categoria médico (17% e 4%) respectivamente FMHFem e FMHMasc.

A análise da Fig. 4 permite concluir que, para esta amostra, a beleza do corpo passa obrigatoriamente por um bom desenvolvimento corporal

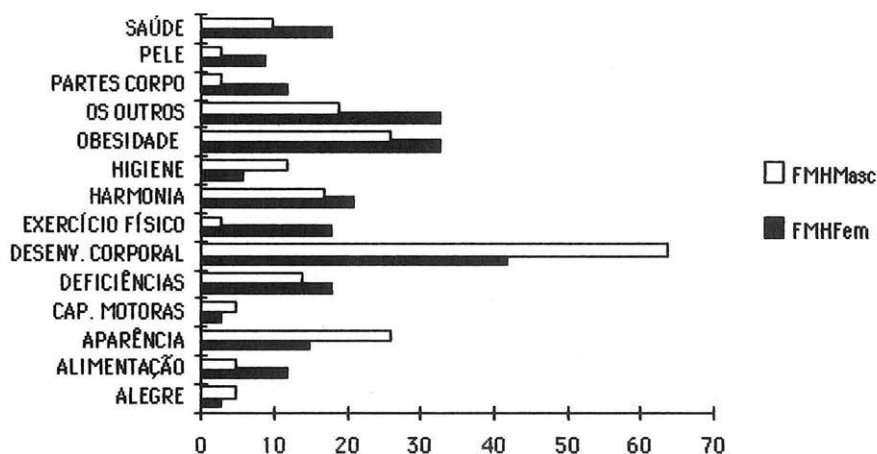


**Figura 4**  
Características do «seu» corpo referentes à beleza

(42% e 64%), pela ausência de obesidade (33% e 26%) e por se sentirem bem, pelo bem estar para consigo, isto é, pela harmonia (21% e 17%).

Curioso é o aparecimento da categoria «os outros» (33% e 19%) para justificar a beleza do «seu» corpo. Neste sentido a beleza é aquilo que os outros consideram, aquilo que a sociedade impõe como norma.

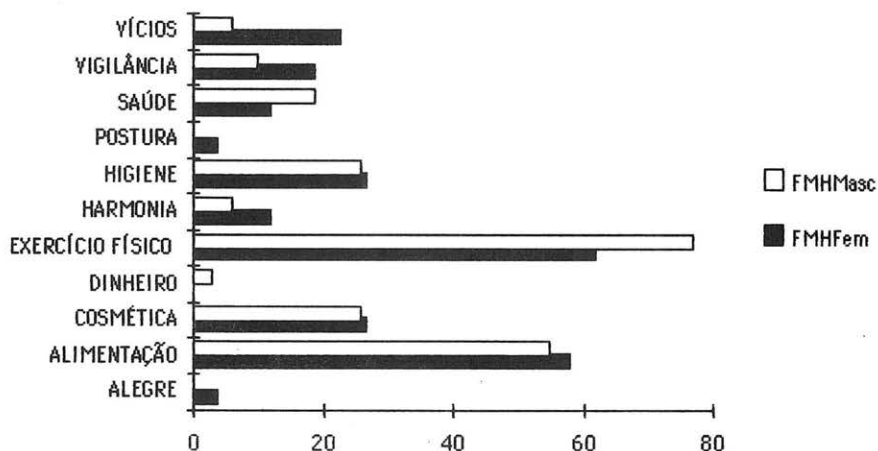
*Como manter o corpo saudável e belo: comparação segundo o sexo*



**Figura 5**  
Como manter o corpo saudável

A observação da Fig. 5 permite afirmar que os elementos inquiridos consideram como fundamental para manter o corpo saudável comer equilibradamente (79% e 74%), fazer exercício físico (79% e 91%), não ter vícios nocivos (59% e 41%), ir ao médico regularmente (27% e 19%) e ter cuidados de higiene para com o seu corpo (24% e 41%).

Queremos ainda salientar o valor obtido para a categoria diversão no grupo FMHFem (18%) e os valores na categoria dormir nos dois grupos (9% e 12%).



**Figura 6**  
Como manter o corpo belo

A observação da Fig. 6 leva-nos a concluir que, para os elementos em causa, a receita para manter o corpo belo passa fundamentalmente por uma alimentação equilibrada e racional (58% e 55%), pelo exercício físico (62% e 77%), pela higiene corporal (27% e 26%), pela ausência de vícios (23% e 6%) e pela utilização de cosméticos (27% e 26%).

### Conclusões

Este estudo, ao ter como objectivo a determinação da importância atribuída aos valores corporais saúde e beleza por parte de alunos universitários, a análise da auto percepção no que respeita aos referidos valores e verificar em que medida acreditam que podem influenciar o seu corpo, contribuiu para melhor compreendermos as opções, significados e aspirações destes alunos associados às representações corporais.

Como resultado da aplicação das técnicas estatísticas escolhidas obtivemos valores muito semelhantes. Neste grupo de alunos univer-

sitários, o sexo não parece influenciar as opiniões sobre os valores e representações corporais nos vários domínios estudados.

Contudo, o mesmo não se passa quando comparamos as posições deste grupo de alunos universitários, de ambos os sexos, face à saúde e à beleza. Existem diferenças estatisticamente significativas entre as posições assumidas perante os valores saúde e beleza nas várias questões consideradas.

Considerando os valores médios obtidos podemos afirmar que os elementos inquiridos concordam completamente que a saúde e a beleza são valores fundamentais para a vida. Afirmam que um corpo saudável é aquele que se caracteriza, essencialmente, por não ter doenças, por ter um bom desenvolvimento corporal e por possuir boas capacidades motoras e que um corpo belo se caracteriza por ter um excelente desenvolvimento corporal, isto é, um corpo musculado possuindo as dimensões e as proporções do dito corpo atlético: alto, forte e bem constituído.

Baseando-nos nos valores médios obtidos podemos igualmente afirmar que os alunos em causa se consideram saudáveis e belos. Associam a saúde do seu corpo, essencialmente, à ausência de doenças, à prática do exercício físico, à alimentação racional e equilibrada e à ausência de vícios, de excessos, tais como o álcool e o tabaco. A beleza do corpo passa obrigatoriamente por um corpo bem constituído, forte, atlético, pela ausência de obesidade e pela harmonia, pelo bem-estar.

Ainda considerando os valores médios obtidos, podemos dizer que, no geral, estes alunos acham que as pessoas têm responsabilidades na manutenção do corpo saudável e belo. Para tal, no caso da saúde, deve-se comer equilibradamente, fazer exercício físico, não ter vícios nocivos, ir ao médico regularmente e ter cuidados de higiene para com o seu corpo. Em relação à beleza deve-se ter uma alimentação equilibrada e racional, realizar exercício físico, ter cuidado com a higiene corporal, não ter vícios nocivos e utilizar cosméticos.

## **Bibliografia**

- ALMEIDA, João (1990). «Valores e Representações Sociais» («Portugal — os próximos 20 anos», VIII vol.) Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.
- BARDIN, Laurence (1977). *Análise de Conteúdo*. Lisboa: Edições 70.
- BENTO, Jorge e GRAÇA, Amândio (1991). *Educação da Saúde e Conceito de Corpo. Desenvolvimento Somato-Motor e Factores de Excelência Desportiva na População Escolar Portuguesa*. Coord. Francisco Sobral, Lisboa: Gab. Coord. Desporto Escolar — ME, pp. 81-100.
- BOUET, Michel (1969). *Les Motivations des Sportifs*. Paris: Éditions Universitaires.
- CORREIA, Abel (1992). *Praticante Desportivo e Valores: Estudo Exploratório do Sistema de Valores de Praticantes*. Actas do II Congresso da Educação Pluridimensional e da Escola Cultural, Évora.

- ESTEVES, António (1990). *Investigação-Ação, Metodologia das Ciências Sociais*. In Augusto Silva e José Madureira, Lisboa: Edições Afrontamento, pp. 251-278.
- FIGUEIREDO, Eurico (1998). «Conflito de Gerações, Conflito de Valores» («Portugal — os próximos 20 anos», II vol.), Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.
- GARCIA, Teresa (1989). Metamorfoses do Corpo ou um Estudo sobre a Imagem Corporal. *Horizonte*, Nov./Dez., VI (34), pp. 127-131.
- GHIGLIONE, Rodolphe e MATALON, Benjamin (1992). *O Inquérito*. Oeiras: Celta Editora.
- KRAWCZYK, Zbigniew (1988). Physical Culture from the Perspective of Values. *International Review for Sociology of Sport*, 23 (2), pp. 97-06.
- LIPOVETSKY, Gilles (1989). *A Era do Vazio*. Lisboa: Relógio de Água Editores.
- SERPA, Sidónio (1991). *Motivação para a Prática Desportiva, Desenvolvimento Somato-Motor e Factores de Excelência Desportiva na População Escolar Portuguesa*, Coord. Francisco Sobral, Lisboa: Gab. Coord. Desporto Escolar — ME, pp. 101-111.
- SOBRAL, Francisco (1990). *Para uma Crítica Axiológica do Desporto e da Educação Corporal*. Actas do Forum Desporto, Ética, Sociedade, Porto: FCDEF — UP, pp. 133-141.
- SOBRAL, Francisco (1991). *Performance, Maturação e Prontidão Desportiva Desenvolvimento Somato-Motor e Factores de Excelência Desportiva na População Escolar Portuguesa*, Coord. Francisco Sobral, Lisboa: Gab. Coord. Desporto Escolar — ME, pp. 11-20.
- VALA, Jorge (1990). *A Análise de Conteúdo, Metodologia das Ciências Sociais*. In Augusto Silva e José Madureira, Lisboa: Edições Afrontamento, pp. 101-128.