Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro, v.12, 2025
ISSN 2178-6925
DOI: 10.61164/rmnm.v12i1.4193

ESTILO DE VIDA DE SKATISTAS DA MACRO REGIÃO DO CARIRI

LIFESTYLE OF SKATEBOARDERS IN THE CARIRI MACROREGION

Ítalo Albert Lopes da Silveira

Graduando em Bacharelado em Educação Física, Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, Brasil

E-mail: itaaloo83@gmail.com

Marcos Antonio Araújo Bezerra

Mestre em saúde da criança e do adolescente, Universidade Estadual do Ceará, Brasil

E-mail: marcosantonio@leaosampaio.edu.br

Cicero Idelvan de Morais

Especialista em Docência do Ensino Superior, Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, Brasil

E-mail: idelvan@leaosampaio.edu.br

Recebido: 10/06/2025 – Aceito: 26/06/2025

Resumo

Introdução: O estilo de vida, no contexto científico contemporâneo, configura-se como um constructo multifacetado composto por padrões comportamentais que expressam preferências individuais, identidade social e valores pessoais, os quais influenciam diretamente os níveis de saúde e bem-estar dos sujeitos. Em populações específicas, como praticantes de esportes urbanos, a investigação sobre esses padrões torna-se relevante para subsidiar ações de promoção à saúde e intervenções educativas direcionadas. **Objetivo:** O presente estudo teve como propósito analisar os padrões de estilo de vida de praticantes de skate da região do Cariri Cearense, com ênfase nas diferenças entre os sexos em domínios comportamentais específicos. **Métodos:** Trata-se de uma investigação de campo, descritiva, de abordagem quantitativa e delineamento transversal. A amostra foi composta por 47 skatistas, de ambos os sexos, residentes em municípios da região do Cariri, Ceará. Para a coleta dos dados, utilizou-se o instrumento Polígono da Saúde, validado para o contexto brasileiro, que avalia oito domínios do estilo de vida:

ISSN 2178-6925
DOI: 10.61164/rmnm.v12i1.4193

nutrição, atividade física, autoimagem, relacionamentos interpessoais, controle do estresse, situação financeira, comportamento preventivo e sono restaurador. A análise estatística foi conduzida com o software JAMOVI (versão 2.3.21.0), utilizando estatística descritiva e o teste t de Student para amostras independentes, com nível de significância estabelecido em 5% ($p < 0,05$). **Resultados:** A análise revelou que 89,4% dos participantes (n = 42) apresentaram indicadores considerados negativos de estilo de vida. Observou-se predominância do sexo masculino na amostra (n = 32; 76,6%). Foram identificadas diferenças estatisticamente significativas entre os sexos nos domínios de relacionamentos interpessoais ($p = 0,030$), controle do estresse ($p = 0,033$) e sono restaurador ($p = 0,049$), com médias superiores entre os participantes do sexo masculino. **Conclusão:** Os achados deste estudo indicam prevalência de comportamentos pouco saudáveis entre skatistas do Cariri Cearense, com diferenças significativas entre os sexos em domínios-chave relacionados à saúde mental e bem-estar. Os homens demonstraram maior equilíbrio nos aspectos de relações sociais, manejo do estresse e qualidade do sono. Tais resultados evidenciam a necessidade de estratégias intersetoriais de intervenção voltadas à promoção de estilos de vida saudáveis entre jovens praticantes de esportes urbanos, especialmente no que tange ao público feminino.

Palavras-chave: Estilo de Vida; Skate; Esporte.

Abstract

Introduction: Lifestyle, in the contemporary scientific context, is understood as a multifaceted construct composed of behavioral patterns that reflect individual preferences, social identity, and personal values, which directly influence levels of health and well-being. In specific populations, such as urban sports practitioners, the investigation of these patterns becomes relevant to support health promotion actions and targeted educational interventions. **Objective:** This study aimed to analyze the lifestyle patterns of skateboarders from the Cariri region in the state of Ceará, Brazil, with an emphasis on sex-related differences across specific behavioral domains. **Methods**: This is a field research study, descriptive in nature, with a quantitative approach and a cross-sectional design. The sample consisted of 47 skateboarders, of both sexes, residing in municipalities of the Cariri region. Data collection was performed using the Health Polygon instrument, validated for the Brazilian context, which evaluates eight lifestyle domains: nutrition, physical activity, self-image, interpersonal relationships, stress control, financial situation, preventive behavior, and restorative sleep. Statistical analysis was performed using JAMOVI software (version 2.3.21.0), through descriptive statistics and the Student's t-test for independent samples, with a significance level set at 5% ($p < 0.05$). **Results:** The analysis showed that 89.4% of participants (n = 42) presented indicators classified as negative lifestyle behaviors. There was a predominance of male participants in the sample (n = 32; 76.6%). Statistically significant differences between sexes were identified in the domains of interpersonal relationships ($p = 0.030$), stress control ($p = 0.033$), and restorative sleep ($p = 0.049$), with higher averages among male participants. **Conclusion:** The findings of this study indicate a high prevalence of unhealthy behaviors among skateboarders in the Cariri region, with significant

ISSN 2178-6925
DOI: 10.61164/rmnm.v12i1.4193

differences between sexes in key domains related to mental health and well-being. Men showed better outcomes in aspects related to social relationships, stress management, and sleep quality. These results highlight the need for intersectoral intervention strategies aimed at promoting healthy lifestyles among young urban sports practitioners, particularly targeting the female population.

Keywords: Lifestyle; Skateboarding; Sport.

1. Introdução

O estilo de vida é um elemento de significativa relevância para a saúde e frequentemente serve como alvo de investigação epidemiológica. Este conceito engloba um conjunto de padrões e comportamentos, abrangendo a utilização de substâncias como álcool, tabaco, chá ou café, práticas dietéticas, hábitos cotidianos e atividade física. Sua conformação é moldada, adaptada, incentivada ou restringida ao longo do ciclo de vida sob a influência do processo de socialização (WHO, 2004).

A cultura do skate, que abrange a prática do skateboarding como uma atividade esportiva e também como uma forma de expressão artística e cultural, tem se difundido consideravelmente no Brasil. Em 2019, o país contava com aproximadamente 8,5 milhões de praticantes de skate (Gonçalo, 2021). No contexto do Cariri, essa cultura também se enraizou, em grande parte devido ao seu desenvolvimento histórico ao longo do século passado.

Desde 1997, na cidade do Crato-CE, houve uma persistente iniciativa de fomento e difusão do skateboarding, notavelmente marcada pela inauguração da primeira loja especializada na modalidade. Inicialmente direcionado para atrair entusiastas do estilo de vida vinculado ao streetwear como uma expressão de moda distintiva, o enfoque evoluiu com a crescente comercialização de produtos relacionados ao skate. Esse desenvolvimento destacou o impacto substancial desse esporte na região e culminou na realização do "Fashion Tribal World", o pioneiro evento dedicado ao skate na área, notório pela integração de moda, música e esporte (da Rocha & Justo, 2013).

A prática do skate proporciona benefícios significativos para a saúde dos praticantes, uma vez que a execução de habilidades fundamentais nessa

ISSN 2178-6925
DOI: 10.61164/rmnm.v12i1.4193

modalidade, como saltar, realizar curvas e executar manobras, requer que o indivíduo esteja em um estado de saúde adequado (da Silva, 2009). Consequentemente, a prática do skate contribui para o desenvolvimento de habilidades como estabilidade, equilíbrio, força muscular e aprimoramento dos reflexos, fatores essenciais para aqueles que almejam uma vida mais longa e uma melhor qualidade de vida.

De acordo com Ferrari *et al.* (2017), as mudanças substanciais no estilo de vida, que vão além dos comportamentos dos skatistas, têm sido influenciadas por diversos fatores, como alterações demográficas, epidemiológicas, no contexto laboral, nas atividades de lazer e nos hábitos alimentares, entre outros. Essas mudanças têm aumentado a exposição a fatores de risco que podem contribuir para o desenvolvimento de doenças, sendo possível a modificação desses riscos por meio de alterações comportamentais e políticas governamentais (Brasil, 2020).

Diante dessas considerações, o presente artigo tem como objetivo analisar o estilo de vida de skatistas do Cariri Cearense, com foco na identificação de possíveis influências de fatores correlatos.

2. Método

Trata-se de um estudo de campo, de natureza descritiva, com abordagem quantitativa e delineamento transversal. A população investigada foi composta por praticantes de skate da Macrorregião do Cariri, no estado do Ceará. Foram incluídos na amostra indivíduos de ambos os sexos com idade igual ou superior a 18 anos, sendo excluídos aqueles que, no momento da coleta de dados, não se encontravam presentes nos locais de prática. O projeto foi previamente submetido à apreciação do Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio (UNILEÃO) e aprovado conforme os preceitos éticos estabelecidos pela Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde. Todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) após serem devidamente informados sobre os objetivos e procedimentos da pesquisa.

A coleta de dados foi realizada nos locais habituais de prática dos participantes. Inicialmente, aplicou-se um questionário elaborado pelo pesquisador com o objetivo de caracterizar o perfil sociodemográfico da amostra. As variáveis

ISSN 2178-6925
DOI: 10.61164/rmnm.v12i1.4193

analisadas incluíram: escolaridade dos pais (não alfabetizado; alfabetizado), renda familiar (até um salário mínimo; acima de um salário mínimo), ocupação dos pais (sem atividade laboral; com atividade laboral), estado civil dos pais (sem cônjuge; com cônjuge), sexo (masculino; feminino), cor da pele (pardos; não pardos) e idade (em anos).

Em seguida, utilizou-se um instrumento adaptado do Pentáculo do Bem-Estar, proposto por Nahas (2000) e posteriormente modificado por Castro (2017) para o Polígono da Saúde. Esse questionário avalia múltiplos domínios relacionados ao estilo de vida, incluindo nutrição, prática de atividade física, autoimagem, relações interpessoais, controle do estresse, situação financeira, comportamentos preventivos e qualidade do sono. A escala utilizada foi do tipo Likert de quatro pontos, sendo: (0) nunca, (1) às vezes, (2) quase sempre e (3) sempre. Os escores de 0 a 1 foram interpretados como indicativos de estilo de vida negativo, enquanto os escores de 2 a 3 foram associados a um estilo de vida saudável.

O tratamento preliminar dos dados incluiu a tabulação e digitação no software Microsoft Excel® (versão 2013). As análises estatísticas foram realizadas no software JAMOVI (versão 2.3.21.0), utilizando estatística descritiva e o teste t de Student para amostras independentes, com nível de significância estabelecido em 5% ($p < 0,05$).

3. Resultados e Discussão

A pesquisa englobou a participação de 47 skatistas, sendo predominantemente representada pelo sexo masculino (42; 89,4%), com uma média de idade de 23,7±8,69 anos. Destacou-se que a maioria dos participantes autodeclarou a cor de pele como parda (26; 55,2%), a grande maioria são escolarizados (45; 95,7%), não fazem uso de bebidas alcoólicas (25; 53,2%), não fazem uso de cigarro (34; 72,3%), e relatou uma boa percepção de saúde (145; 95,7%), apresentou uma renda familiar superior a um salário-mínimo (26; 55,3%), todos pertencem à classe baixa, detinha a propriedade de suas residências (27;

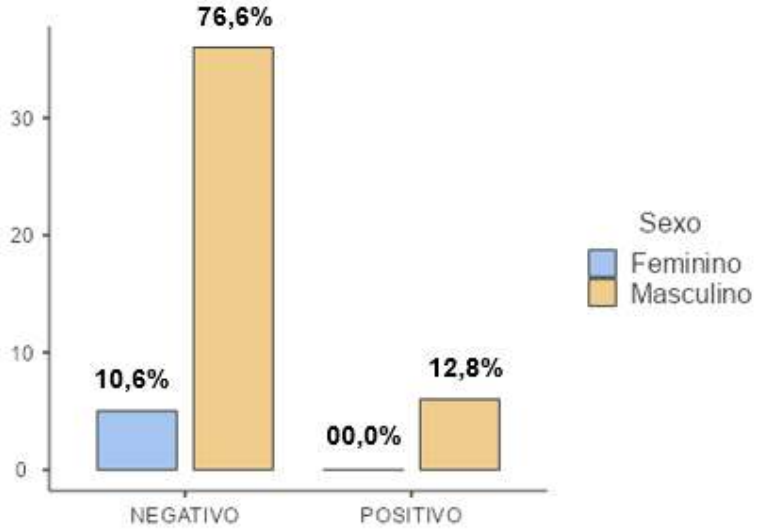
Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro, v.12, 2025
ISSN 2178-6925
DOI: 10.61164/rmnm.v12i1.4193

57,4%). Quantos aos pais, foi relatado que a maioria encontra-se com conjunge (24; 51,1%), são escolarizados (32; 68,1%) e ocupam funções laborais (37; 78,7%).

A maioria dos participantes não estuda (53,2%) e não trabalhava quando começou a praticar skate (68,1%), mas acredita que o estudo (63,0%) e o trabalho (85,1%) não interferem na prática do esporte. A maioria tem amigos que andam de skate (74,5%) e considera o esporte importante (72,3%). Além disso, 83,0% realizam tarefas domésticas, mas essas atividades também não impactam a prática do skate. Quanto à gestão financeira, 68,1% pagam contas, mas 78,7% afirmam que isso não afeta o esporte.

A maioria dos indivíduos apresentou indicadores negativos de estilo de vida (42; 89,4 %). Quando comparados entre os sexos, observa-se uma predominância do sexo Masculino (32; 76,6%) (Figura 1).

Figura 1 – Distribuição do estilo de vida de skatistas



Os dados apresentados na Tabela 1 indicam diferenças estatisticamente significativas entre os domínios de relacionamento (p=0,030), controle do estresse (p=0,033) e sono restaurador (p=0,049) em relação ao sexo dos participantes. No domínio de relacionamento, a média dos indivíduos do sexo masculino (2,25±0,733) foi superior à dos indivíduos do sexo feminino. Um padrão similar foi observado nos domínios de controle do estresse (1,88±0,033) e sono restaurador (1,42±0,049), com médias mais altas para os participantes do sexo masculino.

Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro, v.12, 2025
ISSN 2178-6925
DOI: 10.61164/rmnm.v12i1.4193

Tabela 1 – Descrição e comparação dos domínios do estilo de vida, estratificada por sexo. Juazeiro do Norte, CE, 2024.

Componentes do Estilo de Vida	**Descritiva**				**Comparativa**	
	Feminino		**Masculino**			
	Média	**Dp**	**Média**	**dp**	***t***	***P***
Nutrição	1.00	0.624	1.35	0.679	-1.095	0.279
Atividade Física	1.33	0.667	1.86	0.899	-1.276	0.208
Autoimagem	1.33	0.471	1.67	0.798	-0.931	0.357
Relacionamento	1.47	0.767	2.25	0.733	-2.239	0.030*
Controle do Estresse	1.13	0.650	1.88	0.724	-2.201	0.033*
Finanças	1.40	1.038	1.15	0.643	0.767	0.447
Comportamento Preventivo	1.07	0.641	1.29	0.774	-0.607	0.547
Sono Restaurador	0.73	0.830	1.42	0.706	-2.023	0.049*

Fonte: Dados da pesquisa, 2024.
*p=0,05 significativo

A maioria dos participantes apresentou indicadores negativos relacionados ao estilo de vida. Ao se comparar os resultados entre os sexos, observou-se uma predominância de indivíduos do sexo masculino. Foram identificadas diferenças estatisticamente significativas entre os sexos nos domínios de relacionamento interpessoal, controle do estresse e sono restaurador. No domínio de relacionamento interpessoal, a média dos escores foi significativamente maior entre os homens em comparação às mulheres. Esse padrão também foi observado nos domínios de controle do estresse e sono restaurador, nos quais os participantes do sexo masculino apresentaram médias superiores às do sexo feminino.

O estudo de Rodríguez-Rivadulla et al. (2020), intitulado *"Skateboarding Injuries in Spain: A Web-Based Survey Approach"*, apresentou resultados que corroboram a presença de um padrão de estilo de vida negativo entre os praticantes de skate analisados. Tal padrão é caracterizado por comportamentos de risco, ausência de práticas voltadas à promoção da saúde e negligência em relação ao autocuidado. Os achados sugerem que esses indivíduos adotam rotinas incompatíveis com a manutenção do bem-estar físico e mental, refletindo uma baixa adesão a orientações e condutas que favoreçam um estilo de vida saudável.

ISSN 2178-6925
DOI: 10.61164/rmnm.v12i1.4193

Esse fenômeno pode estar relacionado à prática do skate de forma não estruturada e desvinculada de rotinas saudáveis, o que favorece a adoção de um estilo de vida negativo. A hipótese foi corroborada pelo estudo de Choi *et al.* (2019), intitulado *"Lifestyle Behaviors and Physical and Mental Health of Adolescents Who Engage in Action Sports"*, que revelou padrões irregulares de sono, alimentação inadequada e consumo de substâncias. Esses resultados fortalecem a ideia de que, em contextos nos quais há ausência de orientação e estrutura, a prática do skate pode estar associada a um estilo de vida negativo, caracterizado por escolhas prejudiciais à saúde física e mental.

A predominância de indicadores negativos de estilo de vida entre skatistas do sexo masculino pode estar associada a fatores socioculturais vinculados à construção da masculinidade, como a maior tolerância a comportamentos de risco e a forte influência dos grupos de pares. Normas sociais que enfatizam características como coragem e resistência à dor podem incentivar práticas imprudentes, incluindo o consumo de substâncias e a negligência com a saúde. Courtenay (2000) argumenta que essas construções sociais de masculinidade podem comprometer a saúde masculina ao promover a negação da vulnerabilidade e a aversão a cuidados preventivos, resultando em comportamentos que prejudicam o bem-estar físico e mental dos indivíduos.

As diferenças estatisticamente significativas entre os sexos no domínio do relacionamento interpessoal podem ser explicadas por normas socioculturais associadas à masculinidade, que valorizam comportamentos individualistas, competitivos e a evitação da expressão emocional. Tais padrões contribuem para a formação de redes de apoio social mais limitadas entre homens, impactando negativamente seu bem-estar emocional e social. O estudo de Barker *et al.* (2021) corrobora essa relação ao demonstrar que a adesão a normas masculinas tradicionais está associada à menor qualidade nos vínculos interpessoais. No contexto dos praticantes de skate, esses fatores podem dificultar a construção de relações interpessoais saudáveis, refletindo negativamente na saúde social desse grupo.

A diferença entre o controle do estresse entre skatistas pode estar relacionada à valorização de comportamentos impulsivos e de risco, típicos de esportes radicais,

ISSN 2178-6925
DOI: 10.61164/rmnm.v12i1.4193

que incentivam o enfrentamento de desafios sem preparo mental adequado. O estudo de Smith *et al.* (2020) corrobora essa hipótese ao evidenciar que atletas desses esportes, como o skate, frequentemente enfrentam altos níveis de estresse e ansiedade, mas recorrem a estratégias inadequadas de enfrentamento, como o uso de substâncias e comportamentos impulsivos, em vez de técnicas saudáveis de regulação emocional. Esses achados indicam que, em contextos desestruturados e sem suporte, skatistas tendem a apresentar dificuldades no manejo eficaz do estresse.

A prática do skate, frequentemente realizada em horários irregulares e com elevada demanda física e mental, pode comprometer a qualidade do sono, especialmente entre os homens, devido à ausência de hábitos saudáveis e à prática noturna do esporte. Essa hipótese é sustentada pelo estudo de Minges e Redeker (2022), que identificou, entre os praticantes de esportes radicais, dificuldades em manter uma rotina de sono regular e restauradora. Os autores destacam que a intensidade da atividade física e os hábitos inadequados associados ao estilo de vida desses praticantes contribuem para distúrbios do sono, afetando negativamente a recuperação física e a saúde mental.

A prática do skate, frequentemente realizada em horários irregulares e com elevada demanda física e mental, pode comprometer a qualidade do sono, especialmente entre os homens, devido à ausência de hábitos saudáveis e à prática noturna do esporte. Essa hipótese é sustentada pelo estudo de Minges e Redeker (2022), que identificou, entre adolescentes praticantes de esportes radicais, dificuldades em manter uma rotina de sono regular e restauradora. Os autores destacam que a intensidade da atividade física e os hábitos inadequados associados ao estilo de vida desses atletas contribuem para distúrbios do sono, afetando negativamente a recuperação física e a saúde mental.

Os domínios de relacionamento interpessoal, controle do estresse e sono restaurador apresentam interdependência significativa e podem ser negativamente impactados por fatores culturais, comportamentais e estruturais, especialmente entre praticantes do sexo masculino em esportes como o skate. Courtenay (2000) argumenta que normas tradicionais de masculinidade incentivam a negação da vulnerabilidade, a evitação de cuidados com a saúde e a adoção de comportamentos

ISSN 2178-6925
DOI: 10.61164/rmnm.v12i1.4193

de risco, afetando diretamente o bem-estar físico, emocional e social dos homens. Nesse sentido, Barker *et al.* (2021) reforçam que tais normas também limitam a construção de redes de apoio social, ao valorizar a independência emocional e desencorajar a busca por suporte, prejudicando o desenvolvimento de relacionamentos interpessoais saudáveis.

Além disso, a forma como o skate é praticado — muitas vezes de maneira não estruturada e sem orientação profissional — pode intensificar esses efeitos. Smith *et al.* (2020) demonstram que atletas de esportes radicais tendem a utilizar estratégias de enfrentamento do estresse inadequadas, como impulsividade e uso de substâncias, ao invés de técnicas de regulação emocional. Esse padrão também interfere nos hábitos de sono, como evidenciado por Minges e Redeker (2022), que identificaram distúrbios de sono em jovens praticantes de esportes intensos, vinculados à prática noturna e à ausência de rotinas saudáveis. Esses achados apontam para uma dinâmica complexa em que os comportamentos associados à masculinidade e ao contexto esportivo se entrelaçam, contribuindo para um estilo de vida negativo que afeta múltiplas dimensões da saúde.

A adoção de um estilo de vida positivo é fundamental para os praticantes de skate, uma vez que práticas saudáveis estão diretamente associadas à melhora no desempenho, na prevenção de lesões e na saúde física e mental desses indivíduos. Segundo o estudo de Caine *et al.* (2021)**,** publicado no *British Journal of Sports Medicine*, esportistas que mantêm hábitos saudáveis — como alimentação equilibrada, sono adequado, suporte social e estratégias eficazes de controle do estresse — apresentam menor incidência de lesões e melhor recuperação física, aspectos essenciais em modalidades de alto impacto como o skate.

Além disso, Choi et al. (2019)**,** em seu estudo *"Lifestyle Behaviors and Physical and Mental Health of Adolescents Who Engage in Action Sports"*, demonstraram que skatistas que adotam rotinas estruturadas e positivas (como participação em programas de treinamento, prática regular de autocuidado e vínculos sociais saudáveis) relatam menor prevalência de sintomas de ansiedade e depressão, além de melhor percepção de qualidade de vida. Tais evidências reforçam que, embora o skate seja uma atividade de natureza livre e criativa, a integração de práticas saudáveis é essencial para promover um equilíbrio entre

ISSN 2178-6925
DOI: 10.61164/rmnm.v12i1.4193

desempenho esportivo e bem-estar integral, especialmente entre os jovens, que são mais vulneráveis a comportamentos de risco.

Os resultados do estudo indicam que a prática do skate, para a maioria dos participantes, não é influenciada por fatores como estudo, trabalho ou gestão financeira, sugerindo uma desconexão entre essas responsabilidades e o esporte. A pesquisa de Choi et al. (2019) reforça essa ideia, mostrando que para muitos praticantes de esportes radicais, a atividade física funciona como uma prioridade emocional e social, servindo como uma forma de escape das demandas diárias, permitindo que continuem praticando o esporte independentemente das obrigações externas.

A maioria dos participantes tem amigos que praticam skate e considera o esporte importante, destacando o papel da rede social e da identificação com a prática. Smith et al. (2020) afirmam que os vínculos sociais em esportes radicais são essenciais para a manutenção da prática e gestão do estresse. Além disso, tarefas domésticas e gestão financeira não são vistas como obstáculos para o skate, indicando que os participantes conseguem equilibrar suas responsabilidades cotidianas com a prática esportiva, demonstrando que o skate é integrado à sua vida, especialmente por meio das redes sociais e da identidade esportiva.

Para uma classificação mais aprofundada do estilo de vida dessa população, sugerimos a realização de estudos longitudinais que acompanhem skatistas ao longo do tempo, assim como comparações entre diferentes regiões geográficas, a fim de entender melhor a relação entre a prática do skate e o estilo de vida. A inclusão de faixas etárias diversas e a utilização de medições objetivas, como exames de saúde e dispositivos de monitoramento de atividade física, também contribuiriam para uma análise mais abrangente sobre a saúde e o comportamento dos skatistas.

O estudo apresenta limitações, como o delineamento transversal, que não permite analisar causas e efeitos, e a coleta de dados apenas nos locais de prática, o que pode não refletir o estilo de vida completo dos participantes. Além disso, a amostra excluiu aqueles ausentes no momento da coleta, o que pode ter gerado viés, e a escala Likert utilizada pode limitar a precisão das respostas. A análise das variáveis sociodemográficas também foi baseada em autorrelatos, o que pode resultar em imprecisões.

4. Conclusão

Os resultados do estudo indicam que há uma prevalência de comportamentos inadequados de estilo de vida, com diferenças significativas entre os sexos. Os homens apresentaram melhores indicadores nos domínios de relacionamento interpessoal, controle do estresse e sono restaurador, em comparação às mulheres. Esses achados sugerem a necessidade de intervenções focadas no equilíbrio emocional, qualidade do sono e fortalecimento das relações interpessoais, especialmente para o público feminino. Também destaca-se a importância de políticas públicas e ações educativas adaptadas às particularidades de cada grupo, para promover um estilo de vida mais saudável e prevenir problemas de saúde.

Referências

BARKER, G.; ALMEIDA, J.; HERNANDEZ, M. Masculinity and social support: Exploring the link between masculine norms and social connection. J**ournal of Social and Personal Relationships,** v. 38, n. 7, p. 1293-1311, 2021. DOI: 10.1177/0265407521991189.

BRASIL. **Ministério da Saúde.** (2020). Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Análise de Situação de Saúde. Plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) no Brasil2021-2030.

CAINE, Dennis; PURCELL, Laura; MAFFULLI, Nicola. *Injury risk and prevention in youth sport*. **British Journal of Sports Medicine**, v. 55, n. 3, p. 123–128, 2021. DOI: 10.1136/bjsports-2020-102292.

CASTRO, J. B. P. et al. Perfil do estilo de vida de universitários de educação física da cidade do Rio de Janeiro. **R. bras. Ci. Mov**., v. 25, n. 2, p. 73-83, 2017.

COURTENAY, W. H. (2000). Constructions of masculinity and their influence on men's well-being: a theory of gender and health. **Social Science & Medicine**, 50(10), 1385–1401. https://doi.org/10.1016/S0277-9536(99)00390-1

CHOI, Yoon; BERNSTEIN, Sarah L.; STUART, Elizabeth A.; DUBOIS, David L. *Lifestyle behaviors and physical and mental health of adolescents who engage in*

action sports. **Journal of Adolescent Health**, v. 64, n. 5, p. 611–617, 2019. DOI: 10.1016/j.jadohealth.2018.11.019.

CHOI, Yoon; BERNSTEIN, Sarah L.; STUART, Elizabeth A.; DUBOIS, David L. *Lifestyle behaviors and physical and mental health of adolescents who engage in action sports*. **Journal of Adolescent Health**, v. 64, n. 5, p. 611-617, 2019. DOI: 10.1016/j.jadohealth.2018.11.019.

DA SILVA, Jadson Evangelista. **Benefícios do Skate nas aulas de educação física escolar, para os alunos do ensino fundamental II.** 2009. 29 f. Educação Física – Universidade Nove de Julho, São Paulo, 2009.

DA ROCHA, Roberta Chagas; JUSTO, Juliana Loss. **Skate e Atitude: Um paralelo entre a contracultura skateboard e a tribo de skatistas da região do cariri.** 2013. Universidade Federal do Cariri – UFCA, Ceará, 2013.

FERRARI, T. K., Cesar, C. L. G., Alves, M. C. G. P., Barros, M. B. D. A., Goldbaum, M., & Fisberg, R. M. (2017). Estilo de vida saudável em São Paulo, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, 33(1).

GONÇALO, Junior. **"Temos talentos no skate para mais dois ciclos olímpicos".** Terra, São Paulo, 22 de agosto de 2021.

MINGES, K.; REDEKER, N**.** Sleep patterns and health in adolescents engaged in extreme sports. **Journal of Adolescent Health**, v. 70, n. 5, p. 741-748, 2022. DOI: 10.1016/j.jadohealth.2022.02.002.

NAHAS, M. V.; Barros, M. V. G.; Francalacci, V**.** *O Pentáculo do Bem-Estar: base conceitual para avaliação do estilo de vida de indivíduos ou grupos*. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, Londrina, v. 5, n. 2, p. 48–59, 2000.

RODRÍGUEZ-RIVADULLA, A., Saavedra-García, M. Á., & Arriaza-Loureda, R. (2020). Skateboarding Injuries in Spain: A Web-Based Survey Approach. **Research in Sports Medicine**, 28(4), 1–13. https://doi.org/10.1177/2325967119884907

SMITH, A.; LEE, C.; HUNTER, A**.** Stress and coping in action sports athletes: A qualitative study. **Journal of Sport and Exercise Psychology**, v. 42, n. 3, p. 182-193, 2020. DOI: 10.1123/jsep.2020-0082.

SMITH, Steven L.; BARKER, Phillip; SHAW, Nicola. *Stress and Coping in Action Sports Athletes: A Qualitative Study*. **Journal of Sports Psychology**, v. 44, n. 2, p. 129–138, 2020. DOI: 10.1080/10413200.2020.1778261.

ISSN 2178-6925
DOI: 10.61164/rmnm.v12i1.4193

WHO – WORLD HEALTH ORGANIZATION. **A glossary of terms for community health care and services for older persons:** WHO Centre for Health Development: ageing and health technical report.Genebra, 2004. v. 5. Disponível em: Acesso em: 19 Abr. 2023.