

# Índice Geral

AGRADECIMENTOS	I
RESUMO	III
ABSTRACT	IV
ÍNDICE GERAL	V
ÍNDICE DE TABELAS	VIII
ÍNDICE DE FIGURAS	X
ÍNDICE DE GRÁFICOS	XI
LÉXICO DE ABREVIATURAS	XII
<b>I – Introdução</b>	<b>1</b>
1.2 Pertinência do Estudo	2
1.3 Formulação do Problema	2
1.4 Objectivos do Estudo	2
1.5 Estrutura do Estudo	3
<b>II – Revisão da Literatura</b>	<b>5</b>
2.1 Deficiência/ Incapacidade/ Desvantagem	6
2.2 História da integração das populações especiais na prática de actividade física: terminologia e conceitos ao longo do tempo	8
2.3 Importância e benefícios da actividade física na população com deficiência - 10	
2.3.1 Nível Fisiológico	11
2.3.2. Nível Psicológico	14
2.3.3. Nível Sociológico	16
2.4. Variáveis Psicológicas	17
2.4.1 Retrospectiva Histórica das Autopercepções	17
2.4.2. Definição das Autopercepções	18
2.4.3. Dimensões do Autoconceito geral	20
2.4.4. Autoconceito Físico	22
2.4.5. Definição de Autoestima	22
2.4.6. Autoconceito versus Autoestima	23
2.5. Bem Estar Subjectivo	25
2.5.1. Definição do Bem Estar Subjectivo	25
2.5.1.1. Teorias do Bem Estar Subjectivo	27
2.5.1.2. Relação entre Autopercepções e Bem Estar Subjectivo	28
2.6 Identificar Identidade Atlética	28
<b>III – Metodologia</b>	<b>30</b>

<b>3.1</b>	<b>Caracterização do estudo</b>	<b>31</b>
<b>3.2</b>	<b>Procedimentos de selecção da amostra</b>	<b>31</b>
<b>3.3.</b>	<b>Caracterização da amostra</b>	<b>31</b>
<b>3.4.</b>	<b>Instrumentos de Avaliação</b>	<b>32</b>
3.4.1.	Questionário de natureza biossocial.....	32
3.4.2.	Perfil das Autopercepções Físicas: PSPPp.....	32
3.4.3	Bateria de Testes do BES .....	33
3.4.3.1.	Escala de Satisfação com a vida no geral (Satisfaction With Life Scale)	34
3.4.3.2.	Escala de Satisfação com a Vida no momento (Self Anchoring Rating Scale)	34
3.4.3.3.	Escala de Percepção face ao Stress (Perceived Stress Scale)	34
3.4.4	Escala de Auto – Estima de Rosenberg .....	35
3.4.5.	Escala de Medida da Identidade Atlética (AIMS).....	36
<b>3.5.</b>	<b>Definição e caracterização das variáveis em estudo</b>	<b>36</b>
3.5.1	Variáveis independentes.....	36
3.5.2	Variáveis dependentes.....	36
<b>3.6</b>	<b>Procedimentos</b>	<b>37</b>
<b>3.7</b>	<b>Análise e tratamento de dados</b>	<b>37</b>
<b>IV</b>	<b>– Apresentação dos Resultados</b>	<b>38</b>
<b>4.1.</b>	<b>Estatística Descritiva das Variáveis Independentes</b>	<b>39</b>
4.1.1.	Caracterização da amostra.....	39
<b>4.2.</b>	<b>Estatística Descritiva das Variáveis Dependentes</b>	<b>42</b>
4.2.1.	Bem estar subjectivo .....	43
4.2.1.1.	Satisfação com a vida no geral	43
4.2.1.2.	Satisfação com a vida no momento	43
4.2.1.3.	Percepção face ao Stress	44
4.2.1.4.	Comparação do BES com as variáveis independentes	44
4.2.1.5.	Comparação dos Padrões de Actividade Física com as variáveis independentes	49
4.2.1.6.	Comparação da EAE com as variáveis independentes	52
4.2.1.7.	Comparação da IA Total com as variáveis independentes	58

<b>V – Discussão dos Resultados</b>	<b>61</b>
<b>5.1. Bem-estar Subjectivo</b>	<b>63</b>
<b>5.2. Padrões de actividade física</b>	<b>65</b>
<b>5.3. Escala de autoestima</b>	<b>66</b>
<b>5.4. Identidade atlética</b>	<b>67</b>
<b>VI – Conclusões, Limitações e Recomendações</b>	<b>69</b>
<b>6.1. Conclusões</b>	<b>70</b>
6.1.1. Conclusões de carácter descritivo	70
6.1.2. Conclusões de carácter inferencial	70
<b>6.2. Limitações</b>	<b>71</b>
<b>6.3. Recomendações</b>	<b>72</b>
<b>VII – Bibliografia</b>	<b>74</b>