



UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA
GRADUAÇÃO EM BACHAREL EM EDUCAÇÃO FÍSICA

DANIELLE MENDONÇA JATOBÁ

**A TEORIA DE VALORES PESSOAIS DE SCHWARTZ APLICADA AO CAMPO DE
ATUAÇÃO DA EDUCAÇÃO FÍSICA**

TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

Brasília
2025

DANIELLE MENDONÇA JATOBÁ

**A TEORIA DE VALORES PESSOAIS DE SCHWARTZ APLICADA AO CAMPO DE
ATUAÇÃO DA EDUCAÇÃO FÍSICA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
ao Curso de Educação Física, como parte dos
requisitos necessários à obtenção do título de
Bacharel em Educação Física.

Orientador: Prof. Dr. Americo Pierangeli Costa

Brasília

2025

Dedico este trabalho a quem caminhou comigo, nos dias bons e nos difíceis.

À minha família, pelo apoio constante – mesmo quando não souberam como ajudar, estiveram presentes de alguma forma.

Aos amigos que respeitaram meu tempo e ofereceram presença nos momentos certos.

A quem dividiu o caminho da graduação comigo, nas dúvidas, nas urgências, nos aprendizados.

Ao meu orientador, Prof. Dr. Américo Pierangeli Costa, pela escuta generosa, pelas orientações claras e pela parceria ao longo do processo.

E também a mim mesma, por ter seguido em frente quando parar parecia mais fácil.

AGRADECIMENTOS

Concluir este trabalho não foi apenas alcançar uma etapa acadêmica, mas atravessar um processo cheio de desafios, descobertas e aprendizados que não aconteceriam sem a presença e o apoio de muita gente.

Agradeço à minha família por ter sido base, apoio e abrigo nos momentos em que a jornada se tornou mais exigente. Mesmo sem compreender todos os detalhes, estiveram por perto de formas que fizeram a diferença.

Aos amigos, obrigada pela paciência, pela escuta e pelas pausas necessárias – vocês me ajudaram a manter o equilíbrio quando o ritmo apertou.

Aos colegas que dividiram salas, dúvidas, prazos e também risadas, minha gratidão pela parceria que fez o caminho ser menos solitário.

Agradeço especialmente ao meu orientador, Prof. Dr. Américo Pierangeli Costa, pela disponibilidade, clareza e respeito durante todo o processo de orientação. Sua escuta atenta e suas contribuições foram fundamentais para que este trabalho tomasse forma.

Por fim, agradeço a todos que, de alguma forma, contribuíram para que essa caminhada fosse possível – direta ou indiretamente, nos pequenos gestos ou nas grandes ajudas. Levo comigo tudo que aprendi nesse percurso.

RESUMO

Objetivos: Identificar como a teoria de valores pessoais está sendo utilizada em pesquisas que tem por objeto os mercados relacionados à educação física.

Metodologia: Trata-se de uma revisão narrativa da literatura realizada nas bases de dados Pubmed, Spell e Web of Science incluindo artigos que utilizaram a Teoria de Valores Pessoais proposta por Schwartz e os que apresentaram temas relacionados aos valores pessoais e ao campo da Educação Física.

Resultados: Inicialmente foram encontrados 783 artigos, destes foram selecionados 13 pelos critérios de elegibilidade. Observou-se **uma predominância de abordagens qualitativas**.

Embora existam estudos que aplicam a Teoria de Schwartz em contextos relacionados à Educação Física, o número ainda é pequeno. **Considerações finais:** Existe uma lacuna de investigações que explorem mais profundamente a influência dos valores pessoais na prática de atividade física e reforça-se a necessidade de ampliar as investigações sobre o tema, contribuindo para uma compreensão mais abrangente e integrada do comportamento humano no contexto da Educação Física.

Palavras-chave: Schwartz, personal values, physical activity, physical exercise e fitness.

ABSTRACT

Objectives: Identify how the theory of personal values is being used in research that focuses on markets related to physical education. **Methodology:** This is a narrative review of the literature carried out in the Pubmed, Spell and Web of Science databases, including articles that used the Theory of Personal Values proposed by Schwartz and those that presented themes related to personal values and the field of Physical Education. **Results:** Initially, 783 articles were found, of which 13 were selected based on eligibility criteria. **A predominance of qualitative approaches** was observed. Although there are studies that apply Schwartz's Theory in contexts related to Physical Education, that number is still small. **Final considerations:** There is a gap in research that explores more deeply the influence of personal values on the practice of physical activity and reinforces the need to expand research on the topic, contributing to a more comprehensive and integrated understanding of human behavior in the context of Physical Education.

Keywords: Schwartz, personal values, physical activity, physical exercise and fitness.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1 - Estrutura circular dos valores segundo Schwartz	1
Figura 2 - Círculo motivacional dos valores de acordo com a teoria de valores básicos refinada	2

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 - Síntese dos principais achados dos estudos selecionados	5
--	---

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

ACT	Terapia de Aceitação e Compromisso
AF	Atividade física
EDF	Educação física
IES	Instituição de ensino superior
PPA	Personal Project Analysis (análise de projetos pessoais)
SDT	Teoria da Autodeterminação
YAPO	Youth Physical Activity (atividade física para jovens)

SUMÁRIO

1	Introdução	1
2	Metodologia.....	3
3	Resultados.....	4
4	Discussão	14
5	Considerações finais	17
6	Referências.....	19

1 Introdução

Os valores pessoais são princípios fundamentais que influenciam e orientam as decisões, as atitudes, os comportamentos e as relações humanas. Eles estão presentes em todas as culturas e refletem o que cada indivíduo considera importante, servindo como guia para sua ação ao longo da vida (SCHWARTZ, 2006; SCHWARTZ et al., 2012). Esses valores influenciam desde escolhas cotidianas até grandes decisões, como a carreira profissional ou os modos de interação social, além de afetarem a forma como os indivíduos percebem e se relacionam com os outros (SAGIV et al., 2017).

A partir dessa compreensão, o psicólogo social Shalom Schwartz desenvolveu uma teoria amplamente reconhecida que classificava os valores pessoais em dez categorias motivacionais universais: autodeterminação, estimulação, hedonismo, realização, poder, segurança, conformidade, tradição, benevolência e universalismo (SCHWARTZ, 2006). Segundo o autor, os valores são metas desejáveis e transituacionais, que variam em grau de importância de pessoa para pessoa, e que atuam como princípios norteadores da vida (SCHWARTZ e BARDI, 2001). A estrutura teórica proposta por Schwartz organiza os valores de forma circular, destacando as relações de compatibilidade e oposição entre eles, o que permite entender os conflitos e as convergências nos sistemas de valores individuais e coletivos (SCHWARTZ; 1992, 2012).



Figura 1. Estrutura circular dos valores segundo Schwartz (2006).

A estrutura circular inicialmente proposta passou por um refinamento onde Schwartz e colaboradores propuseram uma versão expandida com 19 valores motivacionais. Nessa estrutura mais detalhada e precisa, os valores passaram por um processo de detalhamento conforme pode ser visto na Figura 2. Nesse modelo a estrutura circular ganha mais duas camadas em oposição. A primeira camada do foco é dividida em pessoal e social e a segunda camada diz respeito a diferenciação entre auto expansão e crescimento e a autoproteção – evitação da ansiedade.

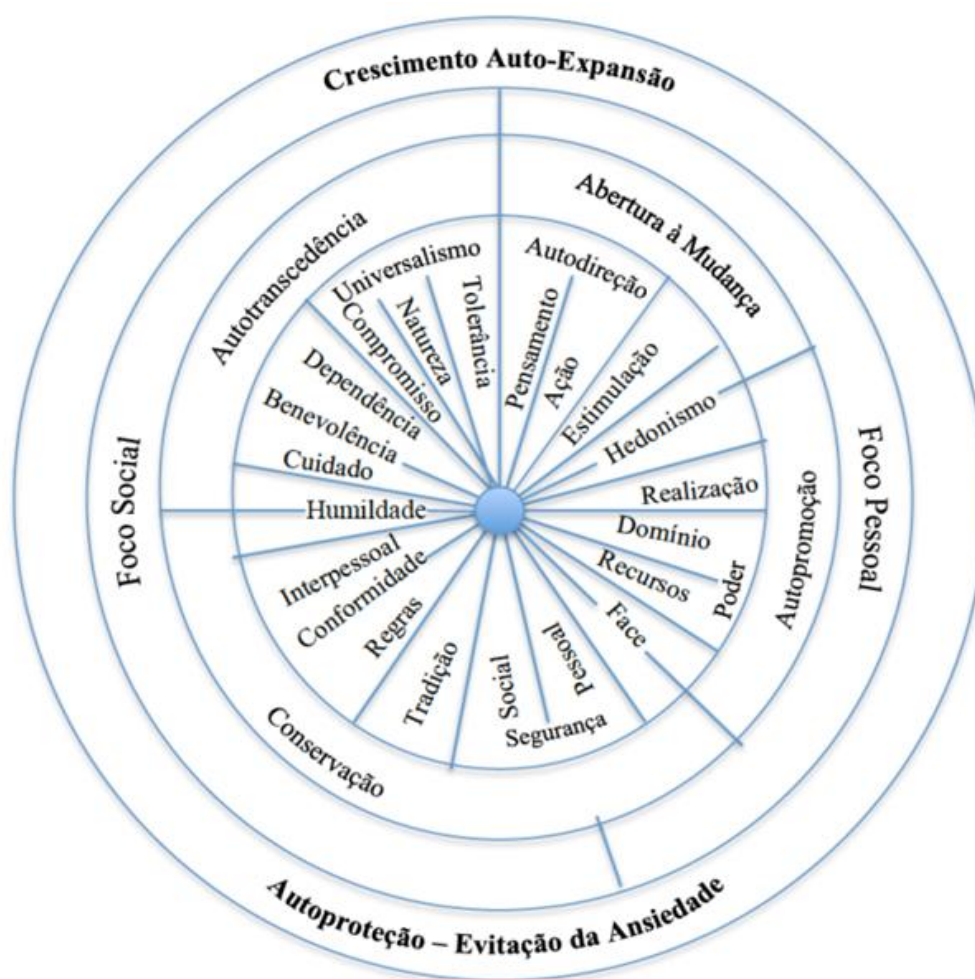


Figura 2. Círculo motivacional dos valores de acordo com a teoria de valores básicos refinada (TORRES; SCHWARTZ e NASCIMENTO, 2016)

Embora a Teoria dos Valores Pessoais de Schwartz tenha sido aplicada em diversas áreas como psicologia, marketing e sociologia (VELUDO-DE-OLIVEIRA e IKEDA, 2008; IKEDA et al., 2014; VELUDO-DE-OLIVEIRA e IKEDA, 2022), sua utilização ainda é limitada no campo da Educação Física. Considerando que essa área lida diretamente com hábitos, escolhas e comportamentos relacionados à saúde, ao

corpo, ao lazer e à convivência social, é surpreendente que poucas pesquisas utilizem esse arcabouço teórico na compreensão de estudos das práticas corporais, como a adesão ao exercício físico, a escolha de modalidades esportivas ou mesmo a atuação de profissionais da área.

Compreender os valores associados às práticas e aos indivíduos envolvidos com a Educação Física — sejam eles praticantes, estudantes ou profissionais — pode oferecer uma nova perspectiva sobre os fatores que motivam ou dificultam a adoção de comportamentos ativos e saudáveis. Além disso, essa abordagem pode contribuir para práticas pedagógicas mais sensíveis às motivações individuais e para políticas públicas mais eficazes na promoção da saúde e da qualidade de vida (SAGIV et al., 2017).

Diante do exposto, esta revisão tem por objetivo identificar como a teoria de valores pessoais está sendo utilizada em pesquisas que tem por objeto os mercados relacionados à educação física.

2 Metodologia

Este trabalho é uma revisão narrativa da literatura, um tipo de estudo que tem como objetivo reunir, descrever e discutir, de forma interpretativa e crítica, o conhecimento já produzido sobre determinado tema, sem a necessidade de seguir critérios metodológicos rígidos de seleção dos estudos. Segundo Rother (2007), a revisão narrativa permite uma abordagem mais ampla e flexível, sendo especialmente útil para contextualizar temas complexos ou pouco explorados. Foi realizado um levantamento bibliográfico nas bases de dados PubMed, Spell e Web of Science (WoS), utilizando os descritores em língua inglesa “Schwartz”, “personal values”, “physical activity”, “physical exercise” e “fitness”.

As buscas foram realizadas sem aplicação de filtros quanto ao idioma, período de publicação ou tipo de estudo. A seleção dos artigos foi conduzida por um único pesquisador e ocorreu em três etapas sucessivas: leitura dos títulos, leitura dos resumos e, por fim, leitura na íntegra dos estudos considerados relevantes.

Foram incluídos artigos que utilizaram a Teoria de Valores Pessoais proposta por Schwartz como referencial teórico e aqueles que, apesar de não citarem explicitamente a teoria de Schwartz, apresentaram temas relacionados aos valores pessoais e ao campo da Educação Física. Estudos que não estabeleceram essa relação entre valores pessoais e atividade física foram excluídos.

Após a seleção, os estudos foram organizados e categorizados conforme o tipo de abordagem utilizada (qualitativa, quantitativa ou mista), com o objetivo de identificar a quantidade de pesquisas existentes, sua natureza metodológica e a frequência com que a temática dos valores pessoais é explorada em contextos relacionados à Educação Física. Posteriormente, adotou-se como referência a estrutura circular de valores inicialmente propostos por Schwartz (1992), como base para discutir como tem sido a utilização dessa base teórica. Justifica-se a escolha da estrutura mais simples pela uniformização da referência comparativa com as datas de publicação de alguns artigos selecionados na revisão, anteriores ao modelo refinado de 2012. No mesmo sentido, o modelo inicial simples permitiu uma discussão mais coesa da utilização da teoria em um estudo em primeiro momento, escopo da presente pesquisa.

3 Resultados

A busca nas bases de dados PubMed e Web of Science resultou inicialmente em 783 artigos. Após a leitura dos títulos, resumos e textos completos, foram selecionados 13 estudos que atendiam aos critérios de inclusão propostos, ou seja, que utilizavam a Teoria de Valores Pessoais de Schwartz e/ou apresentaram temas relacionados a valores pessoais e o campo da Educação Física.

O Quadro 1 traz uma síntese dos principais achados dos estudos selecionados para este artigo, no contexto da prática de atividade física associada aos valores pessoais.

Quadro 1. Síntese dos principais achados dos estudos selecionados.

Título	Autores	Análise
Variáveis de jogos que refletem valores de Schwartz	VASCONCELOS, Filipe; NASCIMENTO, Ademir (2022)	Qualitativo. Não aborda diretamente a AF ou a EDF tendo como foco a análise de como variáveis presentes em jogos eletrônicos de entretenimento que refletem os valores humanos básicos propostos por Schwartz.
Consumo colaborativo e valores pessoais: o caso da bicicleta compartilhada	DE ARRUDA, Hanna Rocha et al. (2016)	Quantitativo. Utiliza a teoria de valores pessoais proposta por Schwartz para analisar as relações entre os valores pessoais dos consumidores e o consumo colaborativo de bicicletas compartilhadas. Foram identificados os valores predominantes, motivações, perfis e relação entre valores pessoais e o consumo colaborativo. Embora o uso de bicicletas compartilhadas envolva a AF, o foco da pesquisa está na análise do comportamento do consumidor e nos valores pessoais relacionados ao consumo colaborativo.

Current state of students' health and factors as well as means of its improvement	GRIBAN, G.P. et al. (2024)	Qualitativo. Não faz referência direta à teoria dos valores pessoais de Schwartz mas aborda aspectos relacionados a valores pessoais, como a importância atribuída à saúde, que influenciam os comportamentos dos estudantes em relação à AF e ao cuidado com a saúde. O objetivo principal foi avaliar o estado atual da saúde dos estudantes em IES na Ucrânia e identificar os principais fatores e medidas para sua melhoria. A teoria de Schwartz identifica valores como segurança, realização e benevolência, que podem estar relacionados às atitudes dos estudantes em relação à sua saúde e bem-estar.
Care for health among Polish men, taking into account social and economic factors, as well as the type of work	HILDT-CIUPIŃSKA, Katarzyna; PAWŁOWSKA-CYPRYSIAK, Karolina (2021)	Quantitativo. Utiliza a Lista de Valores Pessoais de Juczyński para medir a posição da saúde na hierarquia de valores dos participantes. Embora a teoria de Schwartz sobre valores pessoais não seja mencionada explicitamente, a abordagem do estudo está alinhada com a ideia de que os valores influenciam comportamentos, incluindo os relacionados à saúde. A análise revelou que

		homens com valores mais elevados atribuídos à saúde tendem a apresentar melhores comportamentos de saúde, incluindo maior adesão à AF. O estudo aborda comportamentos de saúde, incluindo a prática de AF, e como fatores sociais e econômicos influenciam esses comportamentos.
Empowering Movement: Enhancing Young Adults' Physical Activity through Self-Determination Theory and Acceptance and Commitment Therapy-Based Intervention	LEV-AREY, Dalit; GUTMAN, Tomer; LEVENTAL, Orr (2024)	Qualitativo. Integra a SDT e a ACT para promover a AF entre adultos jovens. Embora não utilize diretamente a teoria de Schwartz, destaca a importância de alinhar a AF com valores pessoais. A análise qualitativa revelou que os participantes associaram a prática de AF aos seus valores internos, como saúde e bem-estar, indicando que a motivação intrínseca desempenha um papel crucial na adesão à AF. A "Melhora da Motivação Intrínseca e Extrínseca" evidencia que a conexão com valores pessoais fortalece a motivação interna para a prática regular de exercícios.
Older adult perspectives on physical activity and exercise: voices from multiple cultures	BELZA, Basia et al. (2004)	Qualitativo. Não utiliza a teoria dos valores pessoais de Schwartz. O objetivo foi examinar as barreiras e facilitadores para a prática de AF e exercício entre

		adultos mais velhos de comunidades étnicas diversas e desatendidas. O estudo destaca a importância de considerar os valores culturais e pessoais ao desenvolver programas de AF para adultos mais velhos. A ênfase em exercícios específicos para cada cultura e a inclusão dos participantes no desenvolvimento dos programas sugerem uma abordagem que respeita e incorpora os valores individuais e culturais dos participantes.
Perspectives on Engagement With Youth Physical Activity Opportunities in Low-Income, African American, Urban Neighborhoods	SUMINSKI, Richard R. et al. (2023)	Qualitativo. Explora fatores que influenciam a participação de jovens em oportunidades de AF. Embora não utilize a teoria de Schwartz, destaca a importância do comprometimento dos pais e da confiança nas YPAOs, elementos que podem estar relacionados aos valores pessoais dos indivíduos. O envolvimento dos pais nas AF dos filhos é influenciado por valores pessoais como confiança e responsabilidade, refletindo a importância dos valores individuais na participação em AF.
Promoting an active choice among physically inactive adults: a	LANDAIS, Lorraine L. et al. (2022)	Quantitativo. Incorpora conceitos relacionados a valores pessoais ao incentivar os participantes a

randomised web-based four-arm experimente		refletirem sobre seus próprios valores ao tomar decisões sobre a AF. O objetivo principal foi investigar o efeito de promover uma escolha ativa em comparação com uma escolha passiva em relação à AF, sobre os resultados comportamentais e psicológicos entre adultos fisicamente inativos. Embora o estudo não utilize explicitamente a teoria de Schwartz, ele destaca a importância de considerar os valores pessoais ao tomar decisões sobre a AF.
Relationship of health behavior theories with self-efficacy among insufficiently active hypertensive African-American women	MARTIN, Michelle Y. et al. (2008)	Quantitativo. Não utiliza explicitamente a teoria dos valores pessoais de Schwartz, mas aborda conceitos relacionados a valores pessoais ao explorar como reflexão sobre valores pessoais podem influenciar a confiança das mulheres afro-americanas hipertensas em sua capacidade de manter a AF. O estudo destaca a importância da reflexão sobre valores pessoais na manutenção da AF. A autoavaliação, que envolve refletir sobre como os valores pessoais se alinham ao comportamento, foi identificada como um fator

		importante para manter a AF. Isso sugere que intervenções que incentivam as mulheres a refletirem sobre seus valores podem ser eficazes na promoção da AF.
Similar but different. Health behaviour pathways differ between men and women	WANG, Wei C.; WORSLEY, Anthony; HUNTER, Wendy. (2012)	Qualitativo. O objetivo principal foi examinar os comportamentos de alimentação saudável, alimentação fora de casa e AF, e investigar suas relações com antecedentes como demografia, valores pessoais, histórico de saúde e atenção ao peso e hábitos de saúde. Embora não utilize explicitamente a teoria dos valores pessoais de Schwartz, o estudo aborda a relação entre valores pessoais e comportamento de saúde, incluindo AF. Para as mulheres, a atenção ao peso e aos hábitos de saúde estava positivamente relacionada aos valores de hedonismo, mas essa relação não foi observada nos homens. Os resultados indicam que os valores pessoais influenciam os comportamentos relacionados à saúde de maneiras diferentes entre homens e mulheres. Para as mulheres, a atenção ao peso e aos hábitos de saúde estava

		positivamente relacionada aos valores de hedonismo , enquanto para os homens, essa relação não foi observada.
Sociocultural perspectives on physical activity in the lives of older African American and American Indian women: a cross cultural activity participation study	HENDERSON, Karla A.; AINSWORTH, Barbara E. (2000)	Qualitativo. Não utiliza explicitamente a teoria dos valores pessoais de Schwartz. O objetivo principal foi investigar os significados socioculturais atribuídos à AF por mulheres, com foco em como gênero, cultura e contexto social moldam suas percepções e comportamentos relacionados à AF. O estudo aborda diretamente a relação entre valores pessoais, culturais e a participação em AF e destaca como os valores culturais e pessoais influenciam as decisões e comportamentos relacionados à AF. As mulheres entrevistadas associam a AF a benefícios como sensação de bem-estar , saúde e conexão espiritual. No entanto, fatores socioculturais, como a marginalidade e a história de opressão, influenciam sua capacidade e motivação para se envolver em AF. O estudo sugere que a interseção entre valores pessoais e culturais determina o envolvimento em AF.

Study protocol for an adapted personal project analysis to measure vertical inter-goal relations on physical activity and diet	KASSAS, Sara et al. (2022)	Misto (quantitativo e qualitativo). O objetivo principal foi examinar as relações conflitantes e facilitadoras entre metas de saúde (AF e dieta saudável) e valores pessoais, utilizando uma versão adaptada da PPA. O estudo aborda diretamente a relação entre valores pessoais e AF utilizando a teoria de Schwartz para categorizar valores pessoais. A análise das relações entre metas de saúde e valores pessoais ajuda a compreender como os indivíduos priorizam comportamentos saudáveis. Ao integrar a teoria de Schwartz com a análise de projetos pessoais, o estudo contribui para a compreensão das dinâmicas entre metas pessoais e saúde, com implicações para o desenvolvimento de intervenções mais eficazes na promoção de comportamentos saudáveis.
Atividades Física, Educativa e de Dança: Um Estudo dos Valores Pessoais dos Consumidores Idosos	KELLY, Luciana T. S. (2011)	Misto (quantitativo e qualitativo). A pesquisa utilizou entrevistas para identificar os valores pessoais dos consumidores idosos, conforme o modelo de cadeia meios-fim de Gutman (1982), e realizou a tabulação dos dados para construir mapas hierárquicos de

		valor, permitindo uma análise quantitativa dos resultados. Embora o artigo não mencione explicitamente a teoria de valores pessoais de Schwartz, ele investiga os valores pessoais dos consumidores idosos em relação às AF, educativa e de dança.
--	--	--

Legenda: SDT: Teoria da Autodeterminação; ACT: Terapia de Aceitação e Compromisso; AF: atividade física; EDF: educação física; IES: instituição de ensino superior; YAPO: Youth Physical Activity (atividade física para jovens); PPA: Personal Project Analysis (análise de projetos pessoais).

4 Discussão

Dentre os estudos selecionados, observou-se uma predominância de abordagens qualitativas (n=7), seguidas por estudos quantitativos (n=4) e, em menor número, investigações com métodos mistos (n=2). Grande parte dos artigos estava concentrada nas áreas de marketing, comportamento do consumidor relacionado à prática de atividade física, motivação para o exercício e escolhas educacionais dentro do campo da Educação Física.

Optou-se por trilhar essa discussão por uma ordenação realizada de forma livre, a critério da avaliação da pesquisadora. Nesse sentido os estudos serão detalhados a seguir de acordo com a suas aproximações com a teoria, iniciando-se pelos estudos com proximidade mais robusta a mais tênue. Essa classificação ocorreu de forma interpretativa. Tomando-se como critérios a citação direta dos estudos do autor em questão e também da estrutura de valores inicialmente proposta por Schwartz (1992).

A análise dos estudos selecionados mostra como a Teoria de Valores Pessoais de Schwartz contribui para a compreensão dos fatores que influenciam a prática de atividade física, os cuidados com a saúde e os processos educativos dentro da área da Educação Física. Embora nem todos os trabalhos utilizem explicitamente a teoria como referencial central, muitos apresentam aproximações conceituais claras com seus dez domínios motivacionais básicos.

Predominaram abordagens qualitativas entre os estudos analisados, o que permitiu uma investigação mais profunda das motivações pessoais e sociais que orientam comportamentos. Ainda assim, estudos quantitativos e de métodos mistos também trouxeram contribuições importantes, especialmente ao quantificar a influência dos valores sobre atitudes e escolhas.

Nos estudos que aplicam diretamente a Teoria de Schwartz, como Vasconcelos e Nascimento (2022), De Arruda et al. (2016) e Kelly (2011), observa-se uma correspondência direta entre os valores investigados e domínios como autodeterminação, universalismo, poder, benevolência, hedonismo e tradição. Por exemplo, o valor de autodeterminação aparece associado à independência de escolha

em estudos sobre mobilidade e prática esportiva, enquanto o universalismo se manifesta em ações voltadas ao bem coletivo, à natureza ou às relações sociais. O estudo de Kelly (2011) aponta que a participação de idosos em atividades físicas e educativas pode ser impulsionada por distintos valores, entre eles o poder social, a autorrealização e a conformidade. Esses resultados indicam que diferentes motivações podem coexistir e se relacionar de maneira integrada no contexto analisado.

Além desses, outros trabalhos alinham-se parcialmente à teoria, como os que utilizaram a Teoria da Autodeterminação ou a Terapia de Aceitação e Compromisso, apontando valores como autonomia, competência e relacionamento como fundamentais para a manutenção de comportamentos saudáveis e significativos (LEVAREY; GUTMAN; LEVENTAL, 2024; LANDAIS et al., 2022). Esses aspectos se aproximam dos valores descritos por Schwartz, especialmente autodeterminação, benevolência e realização pessoal, ao destacar o papel dos valores pessoais na autorregulação do comportamento.

O valor da saúde, embora não esteja entre os domínios principais da teoria de Schwartz, apareceu com frequência como algo central nos estudos sobre comportamentos voltados ao bem-estar físico. Em diferentes estudos, a saúde é descrita como uma meta que agrega valores como segurança, autodeterminação e hedonismo, funcionando tanto como um objetivo em si quanto como um meio para atingir outras finalidades (GRIBAN et al., 2024; HILDT-CIUPIŃSKA; PAWŁOWSKA-CYPRYSIAK, 2021; MARTIN et al., 2008; LANDAIS et al., 2022). Esse tipo de contradição apareceu, por exemplo, no estudo de Griban (2024), na resistência à prática de exercícios mesmo entre pessoas que dizem valorizar a saúde, o que mostra como é importante investir em ações educativas que ajudem a aproximar os valores das atitudes do dia a dia.

No estudo de Kelly (2011), realizado com populações idosas, foram observados valores como hedonismo, tradição e poder social como orientadores importantes da participação em atividades físicas, educativas e de dança. Esses valores refletem o desejo de continuidade identitária, reconhecimento social e pertencimento a um grupo, demonstrando que o envolvimento em práticas corporais pode ter significados que

vão além da saúde, abrangendo dimensões afetivas e simbólicas. Outros estudos com populações diversas apontaram valores implícitos, como espiritualidade, orgulho cultural, pertencimento comunitário e conexão social, como motivadores relevantes que podem ser associados a categorias mais amplas da teoria de Schwartz como valores de universalismo, tradição e benevolência (BELZA et al., 2004; HENDERSON; AINSWORTH, 2000; SUMINSKI et al., 2023).

Mesmo em contextos que não têm ligação direta com a saúde ou a educação física formal, como no consumo de jogos eletrônicos, os valores pessoais aparecem como base importante para a experiência (VASCONCELOS; NASCIMENTO, 2022). A associação entre recompensas e o valor de poder, bem como o vínculo entre a socialização e o valor de universalismo, evidencia que espaços de lazer também mobilizam diferentes sistemas de valores. Esse reconhecimento pode contribuir para o desenvolvimento de estratégias motivacionais e propostas lúdicas em programas voltados à saúde e à prática de atividades físicas.

Além disso, pesquisas que analisaram a relação entre metas de saúde e valores pessoais mais amplos, por meio de métodos como a Análise de Projetos Pessoais, mostraram que os valores funcionam como um guia para definir objetivos e influenciam o comportamento, mesmo que de forma sutil (KASSAS et al., 2022). A relação harmoniosa entre metas específicas, como começar uma dieta ou praticar exercícios, e valores pessoais mais gerais, como realização, prazer ou segurança, parece ser fundamental para que as pessoas realmente mantenham essas práticas.

De forma geral, os artigos analisados reforçam a aplicabilidade da Teoria de Schwartz como um referencial útil e abrangente para compreender motivações humanas relacionadas ao corpo, ao movimento e ao autocuidado. Mesmo quando não utilizada de maneira explícita, a Teoria de Valores Pessoais de Schwartz fornece uma perspectiva eficaz para compreender os diferentes significados atribuídos à prática de atividades físicas e para planejar intervenções educacionais mais sensíveis aos valores dos sujeitos.

5 Considerações finais

Embora existam estudos que aplicam a Teoria de Valores Pessoais de Schwartz em contextos relacionados à Educação Física, seu número ainda é pequeno, especialmente se comparado a outras áreas. Além disso, a predominância de abordagens qualitativas indica uma tendência metodológica voltada à compreensão mais profunda das percepções, significados e experiências individuais, principalmente em temas como marketing esportivo e comportamento do consumidor. Esse cenário evidencia uma lacuna na literatura e aponta para a necessidade de novas pesquisas que aprofundem a relação entre a teoria e os diversos campos da Educação Física.

Esse cenário pode ser reflexo da consolidação da Teoria de Schwartz em áreas aplicadas da psicologia e do marketing, onde o modelo é amplamente utilizado para entender motivações e tomadas de decisão. No entanto, o baixo número de estudos, em abordagens qualitativas e quantitativas, bem como a escassez de investigações em contextos pedagógicos, de saúde, clínicos ou sociais dentro do escopo do mercado da Educação Física indicam uma lacuna importante a ser explorada.

A concentração dos estudos em temas como adesão à prática de exercícios físicos ou preferências educacionais sugere que os valores pessoais têm sido utilizados como uma ferramenta para compreender o comportamento humano em contextos específicos, embora ainda de forma limitada. Por outro lado, áreas como saúde pública, reabilitação, esporte de alto rendimento, inclusão social e lazer permanecem pouco exploradas sob essa perspectiva teórica no campo da Educação Física.

Assim, este levantamento reforça a necessidade de ampliar os estudos que envolvam a teoria de valores pessoais em contextos mais diversos da Educação Física, sobretudo com abordagens qualitativas que permitam uma compreensão mais aprofundada das motivações, crenças e significados atribuídos pelas pessoas às suas práticas corporais. A inserção da Teoria de Schwartz em investigações com enfoque qualitativo pode revelar aspectos subjetivos e contextuais ainda pouco contemplados pela produção científica atual.

Os estudos em Educação Física sobre adesão à prática de atividade física e os fatores que influenciam esse comportamento ainda não foram suficientes para esgotar a compreensão sobre os motivos que levam indivíduos a praticar ou não exercícios físicos. Nesse sentido, é essencial considerar contribuições de outras áreas do conhecimento, como a Psicologia e o Marketing, que podem oferecer novas perspectivas teóricas e metodológicas.

A Teoria de Valores Pessoais de Schwartz tem sido aplicada em diferentes campos e objetos de estudo, como mercado de trabalho (BIZARRIA e BARBOSA, 2022), estilo de vida e comportamento sustentável (OLIVEIRA et al., 2024), segurança alimentar (CAMPOS et al., 2024), comportamento de consumo de alimentos (CASTRO et al., 2018), satisfação com o trabalho (BORELL et al., 2018), entre outros. No entanto, sua aplicação em contextos relacionados à Educação Física ainda é restrita.

Os resultados desta revisão apontam uma lacuna de investigações que explorem mais profundamente a influência dos valores pessoais na prática de atividade física, nas escolhas educacionais e nos comportamentos ligados ao corpo e ao movimento. Diante disso, reforça-se a necessidade de ampliar as investigações sobre o tema, contribuindo para uma compreensão mais abrangente e integrada do comportamento humano no contexto da Educação Física.

6 Referências

- ANPAD - **Associação Nacional de Pós-Graduação e Pesquisa em Administração**. Disponível em: <<https://anpad.org.br/>>. Acesso em: 9 jul. 2024.
- BELZA, Basia et al. Older adult perspectives on physical activity and exercise: voices from multiple cultures. **Preventing chronic disease**, v. 1, n. 4, p. A09, 2004.
- BIZARRIA, F. P. A.; BARBOSA, F. L. S. Estudo sobre valores pessoais e significados atribuídos ao trabalho por estudantes de graduação e de pós-graduação. **Administração: Ensino e Pesquisa**, v. 23, n. 1, p. 32-66, 2022.
- BORELL, D. A. V.; CAMFIELD, C. E. R.; RODRIGUES, R. G. Uma Análise da Relação entre Valores Pessoais e Satisfação com o Trabalho. **Revista de Administração da UFSM**, v. 11, n. 5, p. 1240-1256, 2018.
- CAMPOS, R. C. L.; BOAS, L. H. B. V.; BRITO, M. J. Segurança alimentar, comportamento de consumo e valores pessoais: uma revisão integrativa. **Revista de Administração da UFSM**, v. 17, n. 3, p. 0-0, 2024.
- CASTRO, A. L. O.; BOAS, L. H. B. V.; TONELLI, D. F. Valores Pessoais, Cadeia Meios-Fim, Identidade e Comportamento de Consumo em Alimentos: Uma Revisão Bibliométrica. **Revista Brasileira de Marketing**, v. 17, n. 6, p. 771-787, 2018.
- DE ARRUDA, Hanna Rocha et al. Consumo colaborativo e valores pessoais: o caso da bicicleta compartilhada. **Revista Brasileira de Marketing**, v. 15, n. 5, p. 683-698, 2016.
- GRIBAN, G.P. et al. Current state of students' health and factors as well as means of its improvement. **Wiadomości Lekarskie Medical Advances**, v. 77, n. 6, p. 1161-1166, 2024.
- HENDERSON, Karla A.; AINSWORTH, Barbara E. Sociocultural perspectives on physical activity in the lives of older African American and American Indian women: a cross cultural activity participation study. **Women & Health**, v. 31, n. 1, p. 1-20, 2000.
- HILDT-CIUPIŃSKA, Katarzyna; PAWŁOWSKA-CYPRYSIAK, Karolina. Care for health among Polish men, taking into account social and economic factors, as well as the type of work. **Medycyna Pracy**, v. 72, n. 4, p. 351-362, 2021.
- IKEDA, A. A.; CAMPOMAR, M. C.; CHAMIE, B. C.. Laddering: revelando a coleta e interpretação dos dados. **Revista Brasileira de Marketing**, v. 13, n. 4, p. 49-66, 2014.
- KASSAS, Sara et al. Study protocol for an adapted personal project analysis to measure vertical inter-goal relations on physical activity and diet. **BMC psychology**, v. 10, n. 1, p. 225, 2022.
- KELLY, Luciana T. S. Atividades física, educativa e de dança: um estudo dos valores pessoais dos consumidores idosos. **ReMark**, v. 10, n. 3, p. 24-45, 2011.

LANDAIS, Lorraine L. et al. Promoting an active choice among physically inactive adults: a randomised web-based four-arm experiment. **International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity**, v. 19, n. 1, p. 49, 2022.

LEV-AREY, Dalit; GUTMAN, Tomer; LEVENTAL, Orr. Empowering movement: enhancing young adults' physical activity through self-determination theory and acceptance and commitment therapy-based intervention. **Behavioral Sciences**, v. 14, n. 2, p. 130, 2024.

MARTIN, Michelle Y. et al. Relationship of health behavior theories with self-efficacy among insufficiently active hypertensive African–American women. **Patient education and counseling**, v. 72, n. 1, p. 137-145, 2008.

OLIVEIRA, L. V. C.; ROMERO, C. B. A.; SILVA, C. R. M. Valores pessoais, estilo de vida e comportamento sustentável: um estudo com turistas em Jericoacoara, Ceará, Brasil. **Turismo: Visão e Ação**, v. 26, n. único, p. 0-0, 2024.

SAGIV, Lilach et al. Personal values in human life. **Nature human behaviour**, v. 1, n. 9, p. 630-639, 2017.

SCHWARTZ, S. H. Universals in the content and structure of values: Theoretical advances and empirical tests in 20 countries. Em: **Advances in Experimental Social Psychology**. [s.l.] Elsevier, 1992. p. 1–65.

SCHWARTZ, S. H. **Basic human values**: An overview. 2006.

SCHWARTZ, S. H. et al. Refining the theory of basic individual values. **Journal of personality and social psychology**, v. 103, n. 4, p. 663, 2012.

SCHWARTZ, S. H. An overview of the Schwartz theory of basic values. **Online readings in Psychology and Culture**, v. 2, n. 1, p. 11, 2012.

SUMINSKI, Richard R. et al. Perspectives on Engagement With Youth Physical Activity Opportunities in Low-Income, African American, Urban Neighborhoods. **American Journal of Health Promotion**, v. 37, n. 1, p. 47-55, 2023.

TORRES, C. V.; SCHWARTZ, S. H.; NASCIMENTO, T. G. A Teoria de Valores Refinada: associações com comportamento e evidências de validade discriminante e preditiva. **Psicologia USP**, v. 27, n. 2, p. 341–356, 2016.

VASCONCELOS, Filipe; NASCIMENTO, Ademir. Variáveis de jogos que refletem valores de Schwartz. **Revista Pretexto**, v. 23, n. 4, 2022.

VELUDO-DE-OLIVEIRA, T. M.; IKEDA, A. A. Laddering Method: uses and limitations. **RAM. Revista de Administração Mackenzie**, v. 5, p. 197-222, 2022.

VELUDO-DE-OLIVEIRA, T. M.; IKEDA, A. A. Laddering in marketing research. **Cadernos EBAPE. BR**, v. 6, p. 01-14, 2008.

WANG, W. C.; WORSLEY, A.; HUNTER, W. Similar but different. Health behaviour pathways differ between men and women. **Appetite**, v. 58, n. 2, p. 760–766, 2012.