

# Efeitos da participação desportiva e do valor do desporto de elite sobre o bem-estar subjetivo

## Autores

Alfredo Silva<sup>1</sup>; Diogo Monteiro<sup>2</sup>; Pedro Sobreiro<sup>1</sup>

[alfredosilva@esdrm.ipsantarem.pt](mailto:alfredosilva@esdrm.ipsantarem.pt)

## Resumo

Este trabalho contribui para uma literatura emergente, mas crescente, que é focada na análise do bem-estar subjetivo da população. Distinto da literatura existente, propõe um modelo que tem os seguintes objetivos: i) mostrar a relação causal existente entre a participação desportiva e o bem-estar subjetivo dos indivíduos, ii) identificar a existência de efeitos da participação desportiva sobre o valor percebido do desporto de elite, e iii) determinar em que medida o valor percebido do desporto de elite exerce uma ação sobre o bem-estar subjetivo dos indivíduos. Foram recolhidos respostas de 511 indivíduos (67% mulheres e 33% homens). As variáveis utilizadas foram medidas com base em estudos anteriores. Foi utilizada a técnica da Análise de Equações Estruturais. Os resultados mostraram que: 1) A participação desportiva atuou positivamente sobre o bem-estar subjetivo dos cidadãos; 2) O valor percebido do desporto de elite atuou positivamente sobre o bem-estar subjetivo dos cidadãos; 3) A participação desportiva não atuou significativamente sobre o valor percebido do desporto de elite. Foi demonstrado que a participação desportiva dos cidadãos, em termos de frequência e duração das sessões, atuou positiva e diretamente sobre o bem-estar subjetivo da população, medido pelo auto-relato de quão os indivíduos estão globalmente satisfeitos com as suas vidas. O estudo fornece evidências que o valor percebido do desporto de elite é importante para a população, de tal modo relevante que teve um impacto positivo no bem-estar subjetivo das pessoas. No plano da gestão, estes resultados suscitam implicações para os decisores políticos / governantes das políticas públicas do desporto e para os gestores de programas de desenvolvimento da prática de atividade física e desporto.

*Palavras-chave:* Atividade física, bem-estar subjetivo, desporto de elite, participação desportiva, política desportiva

---

<sup>1</sup> Centro de Investigação em Qualidade de Vida

<sup>2</sup> Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano

## Introdução

Um dos principais objetivos políticos de muitos ministérios do desporto e da saúde da Europa é aumentar a participação desportiva para promover a saúde e o bem-estar dos cidadãos.

Os estudos sobre o bem-estar subjetivo dos cidadãos na perspetiva de medição da utilidade da “experiência”, em economia foram iniciados nos anos 90 (Kahneman, 1999; Van Praag & Frijters, 1999). Desde então, várias investigações, sob várias perspetivas, analisaram uma pluralidade de fatores que influenciam o bem-estar subjetivo.

O fator da prática desportiva, nos últimos anos tem sido alvo de atenção, porém, a investigação nesta área é relativamente rara (Wiese, Kuykendall, & Tay, 2017), de tal modo que tem sido destacado que parece existir uma série de lacunas, entre elas o eventual impacto de variáveis não observadas (Dolan, Peasgood, & White, 2008).

O fator do valor do desporto de elite não tem sido objeto de atenção devida (Kavetsos & Szymanski, 2010), não existe ainda uma evidência inequívoca acerca dos efeitos do sucesso desportivo internacional do país sobre o bem-estar subjetivo dos indivíduos.

Assim, entender melhor os fatores que determinam o bem-estar subjetivo é nuclear para a conceção e implementação de políticas públicas, na medida em que essas políticas podem centrar-se nos fatores que efetivamente podem aumentar o sentimento de bem-estar nos indivíduos.

Embora existam algumas evidências recentes de que a participação desportiva aumenta o bem-estar subjetivo, (Becchetti, Pelloni, & Rossetti, 2008; Downward & Rasciute, 2011; Lechner, 2009; Moradi, Nima, Ricciardi, Archer, & Garcia, 2014; Pawlowski, Downward, & Rasciute, 2011; 2014; Rasciute & Downward, 2010; Ruseski, Humphreys, Hallman, Wicker, & Breuer, 2014; Wiese et al., 2017). Tem sido dada reduzida atenção à possibilidade de um efeito adicional de outros fatores, sobre os quais este trabalho se dedica. Primeiro: 1) a frequência semanal e duração da prática desportiva (exceto: Downward & Rasciute, 2011; Moradi et al., 2014) e; em segundo, onde reside alguma inovação no presente trabalho, 2) o valor percebido do desporto de elite, enquanto visão subjetiva e individual do sucesso desportivo internacional das equipas e dos atletas do país.

Isto é relevante por duas razões: A primeira relacionada com a promoção da prática desportiva da população em geral, de tal modo que as organizações de referência internacionais, europeias e nacionais (World Health Organization, 2013; European Commission, 2008; Direção Geral da Saúde, 2016) têm dedicado atenção crescente à importância da promoção da participação desportiva dos cidadãos.

A segunda razão relacionada com a relevância atribuída ao desporto de elite, em que a maioria dos países modernos tem realizado elevados investimentos, assumindo esta vertente do desporto, como um dos principais veículos para melhorar o prestígio internacional (Hilvoorde, Elling, & Stokvis, 2010), bem como para elevar o bem-estar subjetivo através do fator “sentir-se bem” (*feelgood factor*) após o sucesso desportivo (DCMS / Strategy Unit, 2002; Kavetsos & Szymanski, 2010).

Portanto, os objetivos do trabalho são mostrar a relação causal existente entre a participação desportiva e o bem-estar subjetivo dos indivíduos, identificar a existência de efeitos da participação desportiva sobre o valor percebido do desporto de elite, e determinar em que medida o valor percebido do desporto de elite exerce uma ação sobre o bem-estar subjetivo dos indivíduos.

## **Revisão da literatura**

### **Participação desportiva e bem-estar subjetivo**

Na área do desporto, existem poucos estudos que analisaram se o determinante a atividade física e desportiva tem ou não impacto positivo sobre o bem-estar geral dos indivíduos.

Os resultados têm mostrado convergência de efeitos positivos significativos da participação desportiva no bem-estar subjetivo: Downward and Rasciute (2011) verificaram efeitos diferentes quando a prática desportiva compreende desportos com maior nível de interações sociais (de equipa e com parceiro) e maior frequência mensal, enquanto Moradi et al. (2014) evidenciaram que a frequência e intensidade do exercício exerceu efeitos positivos na satisfação com a vida e Pawlowski et al. (2011; 2014) constaram efeitos significativos sobre o bem-estar subjetivo em todos os segmentos de idade, embora com magnitudes diferentes ao longo da vida.

Surpreendentemente, as variáveis frequência semanal e duração das sessões da prática desportiva têm sido negligenciadas em estudos anteriores, (exceto: Downward

& Rasciute, 2011; Moradi et al., 2014), contudo, elas são relevantes porque expressam custo e esforço para os indivíduos, pelo que parecem elementos plausíveis para sustentar uma relação existente entre a prática desportiva e o bem-estar subjetivo.

Assim, coloca-se a seguinte hipótese:

H1: A participação desportiva, em termos de frequência semanal e duração das sessões, exerce um efeito direto e positivo sobre o bem-estar subjetivo.

### **Participação desportiva e valor percebido do desporto de elite**

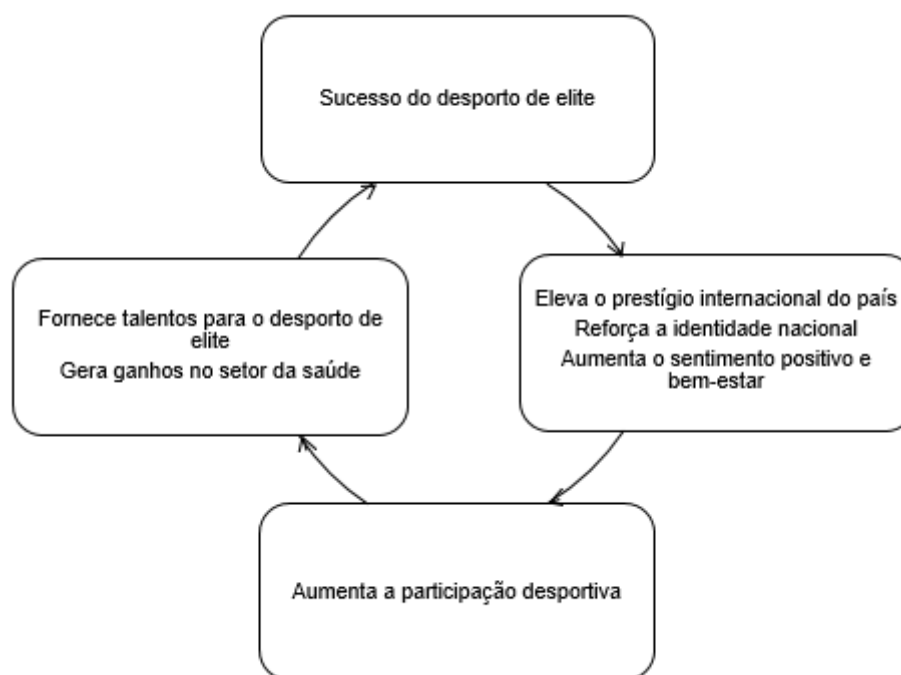
Para medir os desempenhos de desporto de elite de um país podem ser utilizados vários métodos (Bernard & Busse, 2004; Churilov & Flitman, 2006). Cada método tem certas limitações no que é suposto refletir. Porém, uma das análises mais populares de todas as performances desportivas e olímpicas é a comparação global dos países no índice das medalhas olímpicas. Embora o Comité Olímpico Internacional não reconheça oficialmente uma ordem de mérito, o índice das medalhas olímpicas desempenha um papel importante nos *media* e contribui para os indivíduos formarem uma ideia do mérito das políticas desportivas e do valor do desporto de elite do seu país. Apesar da mediatização dos resultados desportivos internacionais obtidos (Grix, 2008, p. 408) defende que o sistema desportivo de elite foi “completamente cortado e separado do desporto quotidiano”, o que levou a um “declínio da aceitação pelos cidadãos dos desportos de elite que vivem com recursos importantes”. Neste pressuposto, será que os indivíduos que realizam uma participação desportiva superior tenderão a atribuir um valor superior ao desporto de elite do seu país?; Ou pelo contrário, esses efeitos serão superiores nos indivíduos sedentários ou com reduzido nível de participação desportiva?

Neste quadro, parece plausível que uma participação desportiva com maior regularidade e volume pode conduzir a um aumento do valor percebido do desporto de elite, pelo que se coloca a seguinte hipótese:

H2: A participação desportiva exerce um efeito direto positivo sobre o valor percebido do desporto de elite.

### Valor percebido do desporto de elite e bem-estar subjetivo

A filosofia dos investimentos dos governos de muitos países ditos desenvolvidos (Reino Unido, França, Austrália) no desporto de elite é a denominada de “ciclo virtuoso” (Grix & Carmichael, 2012), através do qual o sucesso do desporto de elite 1) traz prestígio internacional ao país, 2) reforça a identidade nacional, 3) constitui um fator de sentimento positivo e bem-estar na população, 4) promove o aumento da participação desportiva da população em geral, a qual, por sua vez; 5) conduz a ganhos no setor da saúde e ao fornecimento de talentos para o desporto de elite; e isso leva novamente ao sucesso de desporto de elite, conforme figura seguinte.



Adaptado de (Grix & Carmichael, 2012).

Figura 1. O “ciclo virtuoso” do desporto.

Poucos estudos analisaram os efeitos do sucesso desportivo sobre o orgulho nacional e sobre o bem-estar subjetivo (Hallmann et al., 2013), ainda assim, os resultados mostram que o sucesso das equipas nacionais nos Jogos Olímpicos e nos principais torneios de futebol, FIFA e UEFA afetou marginalmente, de modo muito limitado e a curto prazo, a alegada felicidade (bem-estar subjetivo) (Kavetsos & Szymanski, 2010).

Convergente com os efeitos marginais, Elling, Van Hilvoorde, Van Den Dool (2014) constataram que o sucesso desportivo percebido dos atletas holandeses levou a pequenos impactos positivos a curto prazo no bem-estar subjetivo e Hallmann et al. (2013) verificaram que dois terços dos alemães sentiram orgulho e felicidade quando os atletas alemães obtiveram sucesso em grandes competições internacionais.

Estes resultados parecem não mostrar uma clara evidência dos alegados sentimentos positivos da população, como muitas vezes se afirma.

Neste quadro, será que os resultados desportivos da elite desportiva percebidos pelos cidadãos têm realmente os efeitos desejáveis sobre o bem-estar subjetivo que muitos políticos acreditam ter? Será plausível que o valor atribuído pela população ao desporto de elite do seu país pode conduzir a um aumento do bem-estar subjetivo dos indivíduos? Nestes termos, coloca-se a seguinte hipótese:

H3: O valor percebido do desporto de elite tem um efeito direto positivo sobre o bem-estar subjetivo.

### **Metodologia**

Os questionários foram recolhidos de 567 estudantes do ensino superior de Portugal, em junho de 2016. Usando uma técnica de amostragem por conveniência, os participantes foram recrutados por meio de um email contendo um link para um questionário on-line na Internet. Foram considerados 511 casos utilizáveis, dos quais 67.4% do sexo feminino e 32.6% do sexo masculino. Maioritariamente residentes nas regiões de Lisboa e Vale do Tejo (41.5%) e Centro (32.1%). O estado civil predominante foi solteiro (85.1%). A idade média foi de 25.1 anos (DP = 9.74). As variáveis utilizadas foram medidas com base em estudos anteriores: Valor percebido do desporto de elite (Consejo Superior de Deportes, 2011); Participação desportiva (Downward & Rasciute, 2011); Bem-estar subjetivo (Simões et al., 2003), adaptado de Satisfaction With Life Scale (Diener et al., 1985), conforme tabela em anexo.

## Análise dos dados

A utilização da técnica da Análise de Equações Estruturais (AEE) 'Structural Equation Model – SEM' (Arbuckle, 2007), para avaliar a plausibilidade de um modelo teórico exigiu a consagração de um conjunto de pressupostos que foram verificados. Para testar as relações hipotéticas entre as variáveis presentes no modelo, adotou-se o procedimento em duas etapas (Anderson & Gerbin, 1988). Foi realizada uma análise multigrupos com o objetivo de verificar em que medida o modelo hipotetizado é equivalente entre praticantes masculinos e femininos.

## Resultados

### Resultados do modelo estrutural

Constatou-se a existência de 1) um efeito positivo e significativo entre a participação desportiva e o bem-estar subjetivo ( $\beta = .25$ , IC90% = .121 - .371,  $p = .002$ ); 2) um efeito positivo e significativo entre o valor do desporto e o bem-estar subjetivo ( $\beta = .36$ , IC90% = .239 - .500,  $p = .001$ ), e; por fim, 3) um efeito positivo e não significativo entre a participação desportiva e o valor do desporto ( $\beta = .01$ , -.169 - .166,  $p = .962$ ), conforme, expresso na figura 2. Globalmente, verifica-se que o modelo apresentou um bom ajustamento aos dados ( $\chi^2 = 18.342$ ,  $df = 6$ , B-S  $p = .005$ , TLI = .944, CFI = .966, RMSEA = .064 90% IC .032 - .098).

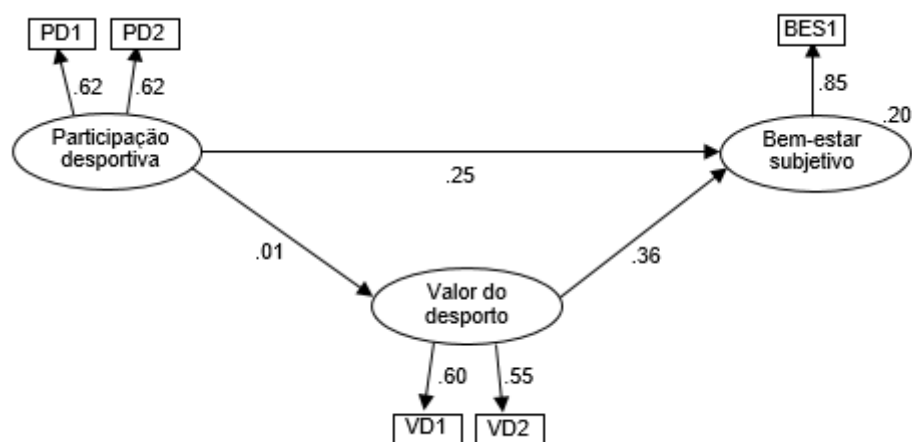


Figura 2. Parâmetros estandardizados do modelo estrutural hipotetizado do bem-estar subjetivo (n=511).

Os resultados da análise multigrupos evidenciaram que o modelo estrutural é invariante entre praticantes masculinos e femininos. Foi demonstrado um ajustamento adequado aos dados em cada uma das amostras: masculino e feminino, conforme informação em anexo.

### **Testes de hipóteses**

A participação desportiva mostrou exercer um efeito positivo significativo sobre o bem-estar subjetivo ( $\beta = .25, p < .005$ ), a H1 foi confirmada.

A participação desportiva exerceu também uma ação preditora positiva não significativa sobre o valor percebido do desporto de elite ( $\beta = .01, p < .962$ ).), a H2 não foi confirmada.

O valor percebido do desporto de elite exerceu um efeito positivo significativo sobre o bem-estar subjetivo ( $\beta = .36, p < .001$ ), o que suporta a H3, conforme tabela seguinte.

Os resultados obtidos permitiram suportar 2 das 3 hipóteses formuladas e apresentar três resultados principais:

Primeiro: A participação desportiva atuou positivamente sobre o bem-estar subjetivo dos cidadãos.

Segundo: O valor percebido do desporto de elite atuou positivamente sobre o bem-estar subjetivo dos cidadãos.

Terceiro: A participação desportiva não atuou significativamente sobre o valor percebido do desporto de elite.

### **Discussão dos resultados**

#### **Participação desportiva e bem-estar subjetivo**

O primeiro resultado a destacar mostrou que a frequência semanal e o tempo despendido na prática de atividade física vigorosa atuou positiva e significativamente sobre o bem-estar subjetivo dos indivíduos. Este resultado confirma claramente o que foi verificado por Downward and Rasciute (2011) e por Moradi et al. (2014), no que concerne aos efeitos positivos da prática de atividade física, em termos de frequência e duração, sobre o bem-estar subjetivo e a satisfação com a vida.



Conclui-se que a maior frequência semanal e a maior duração das sessões conduziram a níveis superiores da sensação subjetiva de bem-estar nos indivíduos. Este resultado pode fundamentar-se na perspetiva defendida por Pawlowski et al. (2011) de que a prática de atividade física envolve uma utilidade racional para o indivíduo, e por isso a avaliação realizada é no sentido positivo e favorável.

### **Participação desportiva e valor percebido do desporto de elite**

O segundo objetivo do estudo era identificar a existência de efeitos da participação desportiva sobre o valor percebido do desporto de elite. Tal como defende Grix (2008) o sistema desportivo de elite foi “completamente cortado e separado do desporto quotidiano”, o que levou a um declínio da aceitação pelos cidadãos dos elevados investimentos realizados pelos governos no desporto de elite. Os resultados obtidos parecem convergir com esta ideia, ao terem mostrado que a participação desportiva não atuou significativamente sobre o valor percebido do desporto de elite. Ou seja, os resultados não permitem confirmar, qualquer das posições. Ser praticante desportivo ou sedentário, não faz variar o valor percebido do desporto de elite.

### **Valor percebido do desporto de elite e bem-estar subjetivo**

O factor “sentir-se bem” (*feelgood factor*) após o sucesso desportivo tem sido destacado, até para justificar os investimentos no desporto de elite pelos vários governos (DCMS / Strategy Unit, 2002).

Os resultados encontrados confirmaram esta ideia de forma significativa. Quão maior é o valor percebido do desporto de elite do país, maior foi a sensação de bem-estar subjetivo dos indivíduos. Os resultados parecem legitimar a execução das políticas de forte investimento dos governos no desporto de elite. O fundamento reside nos efeitos do denominado “ciclo virtuoso” (Grix & Carmichael, 2012), que para além do estímulo à participação desportiva da população, atua também na perceção superior do valor desporto de elite do país, a qual por sua vez desenvolve sentimentos de bem-estar subjetivo nos indivíduos.

## **Conclusões**

Este trabalho contribuiu para a literatura emergente, que está concentrada nos efeitos da participação desportiva sobre o valor percebido do desporto de elite e sobre o bem-estar subjetivo. Permitiu retirar 3 conclusões:

Primeira, foi demonstrado que a participação desportiva dos cidadãos, em termos de frequência e duração das sessões, atuou positiva e diretamente sobre o bem-estar subjetivo da população, medido pelo auto-relato de quão os indivíduos estão globalmente satisfeitos com as suas vidas.

Segunda, este estudo fornece evidências que o valor percebido do desporto de elite é importante para a população. Parece, de tal modo importante que o valor percebido do desporto de elite teve um impacto positivo no bem-estar subjetivo das pessoas.

Terceira, não foram encontradas evidências de que níveis superiores de prática desportiva atuem diretamente sobre o valor atribuído ao desporto de elite do país.

## **Implicações para a gestão e aplicabilidade**

No plano da gestão, estes resultados suscitam duas implicações para dois destinatários: para os decisores políticos / governantes das políticas públicas do desporto e para os gestores de programas de desenvolvimento da prática de atividade física e desporto.

Primeira, os resultados encontrados de que a participação desportiva aumenta o bem-estar subjetivo fornecem apoio à prioridade da política de muitos governos de concentrar esforços no objetivo de aumento da participação desportiva, a todos os níveis da população. A recomendação deve perseguir o objetivo de elevar o bem-estar subjetivo dos indivíduos, estimulando os governos a desenharem e executarem seriamente políticas públicas e programas para a participação desportiva orientados para dois alvos: 1) os indivíduos sedentários, e 2) os indivíduos que são praticantes desportivos ligeiros.

A segunda recomendação é suportada pelos resultados que mostraram que o financiamento das equipas desportivas nacionais e de atletas de elite, pode ser considerado como uma ferramenta política para a elevação do bem-estar subjetivo da população. Esta relação é de particular interesse para os governantes e decisores

políticos, aos quais se sugere que considerem a importância do valor do desporto de elite, quando ocorrem processos de decisão e formulação de estratégias nacionais para o desporto de alto rendimento.

## Referências

- Allison, L., & Monnington, T. (2002). Sport, prestige and international relations. *Government and Opposition*, 37(1), 106–34.
- Anderson, J. C., & Gerbing, D. W. (1988). Structural equation modeling in practice: A review and recommended two-step approach. *Psychological bulletin*, 103(3), 411.
- Arbuckle, J. L. (2007). *Amos 16.0 User's Guide USA*, Amos Development Corporation. Disponível em <http://www.amosdevelopment.com/download/Amos%2016.0%20User's%20Guide.pdf> [Acedido em 26 fev. 2014].
- Becchetti, L., Pelloni, A., & Rossetti, F. (2008). Relational goods, sociability, and happiness. *Kyklos*, 61(3), 343-363.
- Bernard, A. B., & Busse, M. R. (2004). Who wins the Olympic Games: Economic resources and medal totals. *The Review of Economics and Statistics*, 86(1), 413–17.
- Churilov, L., & Flitman, A. (2006). Towards fair ranking of Olympics achievements: The case of Sydney 2000. *Computers & Operations Research*, 33, 2057–82.
- Consejo Superior de Deportes (2011). *Encuesta sobre los hábitos deportivos en España 2010*. Disponível em <http://www.csd.gob.es/csd/estaticos/dep-soc/encuesta-habitos-deportivos2010.pdf> [Acedido em 09 fev. 2017].
- DCMS/Strategy Unit. (2002). *Game plan: A strategy for delivering government's sport and physical activity objectives*. London: Cabinet Office.
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
- Direção Geral da saúde. (2016). *Estratégia Nacional para a Promoção da Atividade Física, da Saúde e do Bem-Estar*. Lisboa: DGS.
- Dolan, P., Peasgood, T., & White, M. (2008). Do we really know what makes us happy? A review of the economic literature on the factors associated with subjective well-being. *Journal of economic psychology*, 29(1), 94-122.

- Downward, P., & Rasciute, S. (2010). The relative demands for sports and leisure in England. *European sport management quarterly*, 10(2), 189-214.
- Downward, P., & Rasciute, S. (2011). Does sport make you happy? An analysis of the well-being derived from sports participation. *International Review of Applied Economics*, 25(3), 331-348.
- Elling, A., Van Hilvoorde, I., & Van Den Dool, R. (2014). Creating or awakening national pride through sporting success: A longitudinal study on macro effects in the Netherlands. *International review for the sociology of sport*, 49(2), 129-151. <http://dx.doi.org/10.1177/1012690212455961>
- Grix, J. (2008) The decline of mass sport provision in the German Democratic Republic. *The International Journal of the History of Sport*, 25(4), 406–20.
- Grix, J., & Carmichael, F. (2012). Why do governments invest in elite sport? A polemic. *International journal of sport policy and politics*, 4(1), 73-90.
- Hallmann, K., Breuer, C., & Kühnreich, B. (2013). Happiness, pride and elite sporting success: What population segments gain most from national athletic achievements? *Sport Management Review*, 16(2), 226-235.
- Hilvoorde, I. van., Elling, A., & Stokvis, R. (2010). How to influence national pride? The Olympic medal index as a unifying narrative. *International review for the sociology of sport*, 45(1), 87-102.
- Kahneman, D. (1999). Objective happiness. In Kahneman, D. E., Diener, & Schwarz, N. (Eds.), *Wellbeing: foundations of hedonic psychology* (pp. 3-25). New York: Russell Sage Foundation Press.
- Kavetsos, G., & Szymanski, S. (2010). National well-being and international sports events. *Journal of Economic Psychology*, 31(2), 158-171.
- Lechner, M. (2009). Long-run labour market and health effects of individual sports activities. *Journal of Health Economics*, 28(4), 839-854.
- Moradi, S., Nima, A. A., Ricciardi, M. R., Archer, T., & Garcia, D. (2014). Exercise, character strengths, well-being, and learning climate in the prediction of performance over a 6-month period at a call center. *Frontiers in Psychology*, 23, 1–11. doi:10.3389/fpsyg.2014.00497/abstract
- Pawlowski, T., Downward, P., & Rasciute, S. (2014). Does national pride from international sporting success contribute to well-being? An international investigation. *Sport Management Review*, 17(2), 121-132.

- Pawłowski, T., Downward, P., & Rasciute, S. (2011). Subjective well-being in European countries - On the age-specific impact of physical activity. *European Review of Ageing and Physical Activity*, 8(2), 93-102.
- Rasciute, S., & Downward, P. (2010). Health or happiness? What is the impact of physical activity on the individual?. *Kyklos*, 63(2), 256-270. doi:10.1111/j.1467-6435.2010.00472.x
- Ruseski, J. E., Humphreys, B. R., Hallman, K., Wicker, P., & Breuer, C. (2014). Sport participation and subjective well-being: instrumental variable results from German survey data. *Journal of Physical Activity and Health*, 11(2), 396-403.
- Simões, A., Ferreira, J. A. G. A., Lima, M. P., Pinheiro, M. R. M. M., Vieira, C., Matos, A., & Oliveira, A. (2003). O bem-estar subjectivo dos adultos: Um estudo transversal. *Revista Portuguesa de Pedagogia*, 37(1), 5-30.
- Van Praag, B. M. S., & Frijters, P. (1999) The measurement of welfare and well-being: the Leyden approach. In Kahneman, D. E., Diener, & Schwarz, N. (Eds.), *Wellbeing: foundations of hedonic psychology* (pp. 413-432). New York: Russell Sage Foundation Press.
- Wicker, P., Prinz, J., & von Hanau, T. (2012). Estimating the value of national sporting success. *Sport Management Review*, 15(2), 200-210.
- Wiese, C. W., Kuykendall, L., & Tay, L. (2018). Get active? A meta-analysis of leisure-time physical activity and subjective well-being. *The Journal of Positive Psychology*, 13(1), 57-66.
- World Health Organization. (2013). *The European Health Report 2012: charting the way to well-being*. Copenhagen: WHO.

# ANEXOS

## Definição das variáveis e medidas

Variável	Descrição	Escala	Fonte:
Participação desportiva	<p>No último mês, com que frequência praticou atividade física ou desporto? (1 = Não pratiquei no último mês; 2 = 1 a 3 vezes por mês; 3 = 1 a 2 vezes por semana; 4 = 3 a 4 vezes por semana; 5 = 5 vezes ou mais por semana);</p> <p>Nos dias em que praticou atividade física moderada / vigorosa, em média, quanto tempo costuma praticar em cada sessão? (atividade moderada / vigorosa é aquela que aumenta o ritmo cardíaco e retira o indivíduo do seu estado de repouso). (1 = Nunca pratico atividades físicas moderadas / vigorosas; 2 = 30 minutos ou menos; 3 = 31 a 60 minutos; 4 = 61 a 90 minutos; 5 = 91 a 120 minutos; 6 = Mais de 120 minutos)</p>	Quantitativa	(Downward & Rasciute, 2011)
Valor percebido do desporto de elite	<p>Atualmente, no contexto internacional, globalmente, a posição do desporto português de alta competição é: (1= Extremamente má; 2 = Muito má; 3 = Má; 4 = Regular; 5 = Boa; 6 = Muito boa; 7 = Extremamente boa);</p> <p>E relativamente há 10 anos, relativamente há 10 anos, no contexto internacional, globalmente, a posição do desporto português de alta competição é: (1 = Extremamente pior do que há 10 anos; 2 = Muito pior; 3 = Pior; 4 = Igual; 5 = Melhor; 6 = Muito melhor; 7 = Extremamente melhor do que há 10 anos)</p>	Ordinal	(Consejo Superior de Deportes, 2011)
Bem-estar subjetivo	Globalmente, estou satisfeito(a) com a minha vida. (0 = Nada satisfeito to 10 = Extremamente satisfeito)	Ordinal	(Diener et al., 1985; Simões et al., 2003)
Sexo	(1 = Feminino; 2 = Masculino)	Dummy	
Idade	Idade em anos	Quantitativa	
Estado civil	(1= Solteiro(a); 2 = Casado(a); 3 = Divorciado(a); 4 = Em união de facto; 5 = Viúvo(a))	Referente à categoria	
Região onde reside a maior parte do tempo	(1= Norte; 2 = Centro; 3 = Lisboa e Vale do Tejo; 4 = Alentejo; 5 = Algarve; 6 = Açores; 7 = Madeira)	Referente à categoria	
Instituição de ensino superior que frequenta	Instituto Politécnico (Nome da instituição)	Nominal	

## Resultados do modelo de medida

### Análise Multigrupos

Os resultados da análise multigrupos evidenciaram que o modelo estrutural é invariante entre praticantes masculinos e femininos. Foi demonstrado um ajustamento adequado aos dados em cada uma das amostras: masculino, [ $\chi^2 = 9.839$  (6), B-S  $p=.198$ , TLI = .945, CFI = .967, SRMR = .047, RMSEA = .063 (CI = .000, .130)]; feminino, [ $\chi^2 = 8.507$  (6), B-S  $p=.155$ , TLI = .981, CFI = .989, SRMR = .028, RMSEA = .035 (CI = .000, .084)]. Não obstante, revelou ser invariante, uma vez que o teste do qui-quadrado não apresentou diferenças entre o modelo livre (i.e., unconstrained model) e os restantes modelos: structural weights ( $\chi^2= 5.40$ ;df=8;  $p=.714$ ), measurement residuals ( $\chi^2= 5.40$ ;df=9;  $p=.798$ ). Especificamente, os resultados evidenciam que os pesos estruturais e os erros de medida do modelo estrutural são equivalentes entre homens e mulheres ( $p>.05$ ).

### Índices de ajustamento da invariância estrutural entre géneros

Modelos					
Masculino- Feminino	$\chi^2$	df	$\Delta\chi^2$	$\Delta$ df	p
IC	18.358	12	-	-	-
IE	23.758	20	5.400	8	.714
IEM	23.764	21	5.406	9	.798

Nota. IC= invariância configural; IE= invariância dos pesos estruturais; IEM= invariância dos erros de medida.