

VI. CONCLUSÕES E RECOMENDAÇÕES

6.1. CONCLUSÕES

Com base nos resultados da estatística descritiva podemos então concluir que:

- O número de participantes neste estudo é de 137, destes, 44 elementos são do sexo masculino, com uma media de idade de $32,57 \pm 5,96$ e os restantes 93 elementos são do sexo feminino com uma media de idade de $31,81 \pm 5,27$.
- Para as Autopercepções no Domínio Físico, os valores médios apresentados pelos sujeitos do sexo masculino são superiores aos do sexo feminino para o nosso estudo, à semelhança do que verificamos noutros estudos.
- O constructo Autoestima Global apresenta diferenças entre géneros, com os homens a obterem valores superiores ao das mulheres.
- o nosso estudo revelou, para todos os factores da Imagem Corporal, que o género masculino apresenta valores médios mais elevados quando comparados com os sujeitos do sexo oposto.

Dos valores que obtivemos com base na estatística inferencial podemos concluir que:

- Existem diferenças estatisticamente significativas entre a variável Autopercepções no Domínio Físico em todas as suas dimensões em função da variável sexo.
- Não existem diferenças estatisticamente significativas entre a variável Autoestima Global em função da variável sexo.
- Existem diferenças estatisticamente significativas entre a variável Imagem Corporal na dimensão Actividade\Passividade em função da variável sexo

6. 2. RECOMENDAÇÕES

A grande bateria de testes usamos para realizar este estudo é de alguma forma dissuasora, quer da participação de maior número de pessoas, como da motivação que estas apresentam durante o preenchimento dos questionários, pois não só estes são muito extensos como por vezes são de difícil compreensão.

Aumentar o número (n) total de participantes na amostra.

Dado a extensão etária do nosso estudo, parece-me conveniente, para a mesma amostra que usámos no presente estudo, averiguar outros aspectos de vital importância como a idade (diferenciando subgrupos etários, com amplitudes de idade mais pequenas), o nível socioeconómico, a etnia ou o estado civil, e determinar que impacto têm estas variáveis na resposta de homens e mulheres.

Seria também interessante poder realizar estudos, recorrendo a sujeitos de diferentes áreas geográficas do país, e verificar até que ponto esse facto influencia as respostas de homens e mulheres, e que valor assumem para cada um deles.