



ESTRATÉGIAS DE PROMOÇÃO DE APOIO SOCIAL PARA A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NA ADOLESCÊNCIA: REVISÃO DE ESTUDOS DE INTERVENÇÃO

GUSTAVO BARONI ARAUJO; CAROLINE KEIKO UEMURA IZAC; MARIA ANGELICA ALVES MORAIS; MURILO LUIZ BURIM; HELIO SERASSUELO JUNIOR

Introdução: O apoio social, entendido como a presença de redes de suporte social, relações interpessoais positivas e influências sociais favoráveis, emerge como um fator crucial na adesão e aderência na prática de atividade física. **Objetivo:** Analisar estratégias de promoção de apoio social para a promoção da prática de atividade física em adolescentes a partir de estudos de intervenção publicados entre 2013 e 2023. **Metodologia:** Trata-se de um estudo de revisão narrativa. A busca consistiu nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Centro Latino-Americano e do Caribe de Informação em Ciências da Saúde (Bireme), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (Medline). Os artigos foram selecionados a partir das seguintes palavras-chave em língua portuguesa: “apoio social”; AND “atividade física”; AND “adolescentes”. Foram selecionados artigos de intervenção publicados entre 2013 e 2023 na língua portuguesa. Os critérios de inclusão foram: artigos de intervenção publicados entre janeiro de 2013 a dezembro de 2023 em língua portuguesa. Os artigos selecionados foram categorizados em 5 categorias de apoio social: 1) apoio emocional; 2) apoio instrumental; 3) apoio informativo; 4) apoio de modelagem comportamental; e 5) apoio social percebido. **Resultados:** No total, 11 artigos compuseram a presente revisão. Foram encontradas diferentes estratégias de promoção de apoio social para a prática de atividade física: um relacionado ao “apoio emocional”, dois ao “apoio instrumental”, três ao “apoio informativo”, três ao “apoio de modelagem comportamental” e dois ao “apoio social percebido”. Ao explorar as estratégias de promoção de apoio social para a atividade física ao longo do período analisado, é possível compreender a dinâmica e a evolução das estratégias, considerando a complexidade das relações sociais na adolescência. **Conclusão:** A variedade de formas de apoio social destaca a complexidade das relações interpessoais e a necessidade de abordagens multifacetadas para maximizar seu impacto na atividade física, tendo em vista que a percepção de apoio social está intrinsecamente ligada à compreensão de características individuais, contextuais e culturais dos adolescentes. Os achados do presente estudo emergem conclusões valiosas que podem orientar futuras abordagens no âmbito da promoção da saúde e bem-estar nesta fase do desenvolvimento.

Palavras-chave: **APOIO SOCIAL; ATIVIDADE FÍSICA; ADOLESCENCIA; ADOLESCENTES; EDUCAÇÃO FÍSICA**