

os estereótipos. O texto termina com um levantamento das políticas públicas que têm vindo a promover a dessegregação das profissões.

O último capítulo é escrito por Sofia Alexandra Cruz, *A Atividade Comercial: Uma Reflexão sobre a Feminização, Juvenilização e Precarização Laboral*. A autora identifica, no setor do comércio, muitos dos fenómenos retratados nos capítulos anteriores. Para além de dar conta da evolução do emprego terciário nas últimas décadas em Portugal, especialmente na atividade comercial, são discutidas as singularidades do funcionamento de estruturas como hipermercados e centros comerciais, focando determinados perfis de trabalhadores/as e as suas atividades. Uma das problemáticas que ganha relevo na análise são os horários de funcionamento neste setor e a forma como interferem na conciliação da vida profissional, pessoal e familiar de quem nele trabalha.

Este é, sem dúvida, um livro que marca o cenário dos estudos sobre o mercado de trabalho e o sistema de emprego em Portugal, sob a perspetiva das 'relações sociais de género'. A diversidade e qualidade científica dos diversos contributos fazem desta publicação um instrumento fundamental para a compreensão e intervenção na problemática da igualdade de mulheres e homens no trabalho e emprego, nas suas mais diversas dimensões.

Rosa Monteiro

Instituto Superior Miguel Torga

J. Levin, J. A. Fox. (2010). *Estatística para Ciências Humanas*. São Paulo: Pearson Prentice Hall. 397 pp. ISBN: 978-858-791-846-8.

Para além da clareza na explicação de questões metodológicas muito complexas, este livro, dividido em 5 partes e 13 capítulos, apresenta, no fim de cada capítulo, um resumo, as palavras-chave e exercícios para resolução com as respetivas respostas, o que constitui uma grande mais valia, apresentando ainda 4 anexos (A. Dados de Ciências Sociais na *Internet*. B. *Revisão de alguns fundamentos da matemática*. C. *Tabelas*. D. *Lista de fórmulas*), um glossário e as respostas aos exercícios. É ainda de salientar que cada capítulo inclui um guia de estudo passo a passo e uma secção designada *Olhando sob uma Perspetiva mais Ampla*, para os alunos aplicarem os conhecimentos adquiridos.

O capítulo 1 – Por que o Pesquisador Social Utiliza a Estatística – oferece algumas noções introdutórias sobre a natureza da pesquisa social, a razão de estar hipóteses, os estágios da pesquisa social, a utilização de séries numéricas na pesquisa social e termina fazendo referência às funções da estatística.

A Parte I – Descrição – inclui três capítulos. No capítulo 2 – Organização de Dados – os autores começam por apresentar as distribuições de frequência de dados nominais, a que se seguem a comparação de distribuições; proporções e percentagens; razões e taxas; distribuições de frequência simples de dados ordinais e intervalares; distribuições de frequências agrupadas de dados intervalares; distribuições acumuladas; postos percentis; dados decimais; intervalos de classe flexíveis; tabulações cruzadas, e terminando com a apresentação de gráficos. O capítulo 3 – Medidas de Tendência Central – faz referência à moda, mediana e média, seguindo-se a comparação entre as três medidas. Posteriormente, os autores procedem ao cálculo da moda, da mediana

e da média, quer para uma distribuição de frequências simples, quer para uma distribuição de frequências agrupadas, ilustrando, passo a passo, todos estes cálculos. No guia de estudo passo-a-passo é feita referência à moda, mediana e média para escores brutos. Finalmente, o capítulo 4 – Medidas de Variabilidade – explora as principais medidas de variabilidade, como sejam, a amplitude, o desvio médio, a variância e o desvio padrão, apresentando, igualmente, a fórmula da variância e do desvio padrão para escores brutos e a interpretação do desvio padrão. A semelhança do capítulo anterior, é feita a comparação de medidas de variabilidade e o cálculo da variância e do desvio padrão, quer para uma distribuição de frequências simples, quer para uma distribuição de frequências agrupadas. Este capítulo termina com a visualização das distribuições. No guia de estudo passo-a-passo, é feita referência à moda, mediana e média para escores brutos.

A Parte II – Da Descrição à Tomada de Decisão – é composta por 2 capítulos. No capítulo 5 – Probabilidade e Curva Normal – os autores começam por apresentar as regras da probabilidade; a distribuição de probabilidade; a curva normal como distribuição de probabilidade; as características da curva normal; o modelo e a realidade da curva normal; a área sob a curva normal; e os escores padronizados e a curva normal. De seguida, é feita uma ilustração, passo a passo, da determinação de probabilidade sob a curva normal e da obtenção de postos percentis para a curva normal. O capítulo 6 – Amostras e Populações – refere o método de amostral, ao erro amostral, à distribuição amostral de médias e ao erro padrão da média. Da mesma forma que no capítulo anterior, é feita a ilustração do cálculo dos intervalos de confiança (intervalo de 95% e de 99% de confiança utilizando z); do cálculo da distribuição t (intervalo de confiança utilizando z) e estimativa de proporções (intervalo de confiança para

proporções).

A Parte III – Tomada de Decisão – inclui 3 capítulos. O capítulo 7 – Teste de Diferenças entre Médias – descreve algumas noções essenciais, tais como a hipótese nula (nenhuma diferença entre médias); a hipótese de pesquisa (alguma diferença entre médias); a distribuição amostral da diferença entre médias; o teste de hipóteses com a distribuição da diferença entre médias; e o erro padrão da diferença entre médias. Seguidamente, é apresentada a ilustração, passo a passo, do teste de diferença entre médias para duas medições da mesma amostra (comparando duas medições da mesma amostra); testes de proporções para duas amostras, teste unilateral para duas medições da mesma amostra e para grupos independentes e grupos unilaterais). O capítulo termina fazendo referência às exigências para o teste da diferença entre médias. O capítulo 8 – Análise da Variância – começa por referir a lógica da análise da variância, soma dos quadrados e média quadrática, ilustrando, de seguida, a análise da variância (razão F) e da comparação múltipla de médias (DHS para análise de variância), finalizando com as exigências para a utilização da razão F . O capítulo 9 – Testes de Significância Não Paramétricos – descreve os principais testes não paramétricos, sempre com a utilização de uma ilustração passo-a-passo, de entre os quais são estudados: teste qui-quadrado de um critério; teste qui-quadrado de dois critérios (teste de significância qui-quadrado de dois critérios e comparação de vários grupos) e teste da mediana.

A Parte IV – Da Tomada de Decisão à Associação – é constituída por 3 capítulos. O capítulo 10 – Correlação – faz referência à intensidade da correlação, direção da correlação, correlação curvilínea, coeficiente de correlação, coeficiente de correlação de *Pearson*, a importância dos diagrama de dispersão e a correlação parcial. No capítulo 11 – Análise de Regres-

são – os autores apresentam o modelo de regressão, interpretação da reta de regressão, erros de predição, regressão e correlação de Pearson, regressão e análise da variância e regressão múltipla. O Capítulo 13 – *Medidas Não Paramétricas de Correlação* – começa por fazer referência, através da ilustração passo-a-passo, ao coeficiente de correlação de postos de Spearman e Gama de Goodman e Kruskal. Seguidamente, são descritos o coeficiente de correlação para dados nominais dispostos numa tabela 2X2 e em tabelas de tamanho superior a 2X2, terminando como uma referência à lambda.

A Parte V – *Aplicando a Estatística* – é constituída apenas pelo capítulo 13 – *Escolha de Processos Estatísticos para Problemas de Pesquisa* – onde os autores apresentam problemas de pesquisa e as respetivas soluções, o que se torna de extrema utilidade para o estudante poder aplicar todo o conhecimento adquirido com o estudo e a consulta deste livro.

Susana Ramos

Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra / Instituto Superior Miguel Torga

Oscar Ribeiro e Constança Paúl (ed.). 2011. *Manual de Envelhecimento Ativo*. Lisboa: Lidel. 238 pp. ISBN: 978-972-757-739-2.

No Ano Europeu do Envelhecimento Ativo, este livro constitui uma mais valia para profissionais de saúde, cuidadores e utentes no auxílio para a capacitação de pessoas maiores a manterem uma vida saudável. O livro, apresentando um conjunto de orientações para promoção do potencial de bem-estar físico, psíquico e social, contribui para desvanecer o estigma da discriminação associado à velhice e responsabilizar cada um de nós a tomar

parte ativa na intervenção e promoção de um envelhecimento mais positivo. Os oito capítulos tratam da autopromoção da saúde, com temas como gestão de tarefas da vida quotidiana, alimentação, exercício físico e mental; vivência dos afetos e relações sociais, alertando também para a proteção e segurança nesta fase da vida, segundo as necessidades individuais das pessoas. Cada capítulo termina com uma secção designada ‘Para Saber Mais’ com esclarecimentos adicionais.

Assim, o primeiro capítulo, designado Envelhecimento Ativo, de Óscar Ribeiro e Constança Paúl, que são também os coordenadores do livro, enfatiza os três pilares do envelhecimento ativo: saúde, segurança e participação social. O crescente envelhecimento demográfico em Portugal é uma realidade que é prevista continuar nas próximas décadas. Por outro lado, contrastando com o aumento da esperança média de vida, assiste-se a uma avaliação da qualidade de vida que vai diminuindo, à medida que se passa para a classe etária seguinte, incluindo sofrimento psicológico, revelando a importância do investimento em relações sociais e afetivas.

O segundo capítulo, escrito por Lia Araújo, com o título *Exercite o seu Corpo*, é dedicado ao exercício físico recomendados para esta faixa etária, constituindo ‘uma das principais formas de prevenir doenças, manter o funcionamento cognitivo e providenciar a integração na sociedade’ (p.13). Para além das vantagens descritas da prática de exercício físico (fisiológicas, psicológicas e sociais), o leitor é convidado a fazer uma reflexão acerca do seu estilo de vida e escolher a atividade física mais adequada à sua condição, tendo em consideração as principais categorias de exercício físico (força, resistência, alongamento e flexibilidade), fornecendo dicas e orientações para os exercícios a realizar. A finalizar, são dadas sugestões e orientações para os profissionais de saúde e para os cuidadores, nomeadamente a