

Physical Activity Partnership for Girls

Focus Group Guide

Focus Group Participants:

Parents of Latino adolescent girls (age 11-14) residing in Westside San Antonio, Texas

Hello and thank you for taking the time to participate in this group discussion. My name is _____ and I will help guide today's discussion. The other members of the research team who are here to assist us today are _____.

The Physical Activity Partnership for Girls (or "Partnership for Girls") is a research study that is looking closely at physical activity among Latino [] girls between age 11 and 14 who live in San Antonio's Westside. As parents of these girl, we are talking with you to help us better understand the issue from a parent's point of view, which will help us develop a program for girls of this age in the Westside.

Before we start our discussion, I would like to review a few discussion guidelines:

- We would like for everyone to have the opportunity to share their experiences, so it is important that only one person speaks at a time.
- Please speak loudly enough so everyone in the group can hear.
- We are recording this discussion so that we do not have to try to remember everything that is said. Everything said in this discussion is confidential and your names will *not* be used in connection with anything said in this session. Also, it is important not to repeat anything that we discussed here to others.
- We are using first names only, and a name card has been placed in front of you to help us remember each other's names. However, we will *not* include your actual name on the written record of this discussion.
- If you have an experience or opinion that is different from that of someone else, please share this with the group. There are no "right" or "wrong" answers to the questions we are asking you and it is important to hear about different opinions and experiences.
- [Define and explain the age group of girls that you want the discussion to focus on; Since we will be developing a physical activity program for teen girls, we will also talk about issues related to that. For purposes of our discussion today, when we talk about "teenage girls" we are referring to girls ages 11-14 years (middle school).]

Before we begin our discussion, let's introduce ourselves. Would each of you tell us your name, in what part of the Westside do you live how long you have lived there?

[Introductions]

Let's begin our discussion by talking about life here in the Westside:

A. Health Knowledge and Physical Activity

First, I would like to ask you some questions about health.

1. What do you think are the health issues or health problems for teenage girls in Westside San Antonio? What are the special health needs of young teen girls? [make a list]
2. Now we have a list of health problems. Which do you think are more important? [ranking in order of importance]
3. Describe how physical activity affects the health of teen girls?
PROBES: Why is physical activity "good" for them?
 What may be some negative effects of physical activity?
Possible responses: stress relief, do better in school, social benefits (fun, spending time with friends), maintain healthy body weight, musculoskeletal health, etc.
4. What does it mean to be "physically active?"
5. What are some of the reasons that **teenage girls want** to be physically active? How is it different from teen boys?, younger children,? or adults? (What motivates them? Why would they be active?)
Possible responses: stay active to maintain health, be active to maintain healthy body weight (maintain current weight, prevent weight gain, or lose weight), be active because it's fun and that's what their friends do, be active because they are in organized sports, engage in activity every day, engage in activity a few days each week, etc)
6. Where (or from whom) does your daughter usually get information about health? (family member, doctor, nurse, school, newspaper, TV, radio, internet, etc) Whose advice is most influential in getting her to take care of her health? (whose advice does she listen to the most?) What are the best ways for your daughter to get information about health and physical activity (or exercise)?

B. Physical Activity and Adolescent Girls

Now I'd like to get a better understanding about your daughter's physical activities. First, let's talk about your daughters' typical schedule and activities:

1. How would you describe a typical **weekday** (school day) for your daughter?
PROBES: What time does your daughter typically go to school in the morning?
 What time does school end?
 Does she participate in activities before or after school? (Clubs? Academics? Sports?)
 Where does she typically go after school? (Go home? Go to friends' house? Go to community center?)
 What activities does she typically do in the afternoons and evenings after school? (Homework? TV? Video games? Hang out with friends? Household chores/responsibilities?)
 On a typical school day, how much time does your daughter spend outside (compared to time spent indoors)?
2. How would you describe a typical **weekend** day for your daughter?
PROBES: How does your daughter typically spend her time on Saturdays? Sundays? (School activities? Sports? Household chores/responsibilities? TV? Movies? Video games?)

On a typical weekend day, how much time does your daughter spend outside (compared to time spent indoors)?

3. What kinds of physical activities does your daughter do? What activities do **other** teenage girls in your neighborhood do to be physically active? Where do they do physical activities?
Possible responses: organized sports at school, organized sports outside of school, play on neighborhood playgrounds, go on walks with friends, dance at home, active gaming systems such as Dance Dance Revolution or Wii Fit, etc.
4. When your daughter has free time, how and where does she typically spend this time?
Possible responses: active v. inactive, inside v. outside, alone v. with friends/family, etc. (If video games come up we may ask if any of the games are active.
5. During a typical week, what is it that might keep your daughter from being active? What would make it easier for her?
Possible responses: lack of time, lack of motivation, lack of money, lack of opportunity, no access to recreation facilities/areas, lack of confidence in her sports/activity abilities, etc.

Now let's talk about what it is about of girls like your daughters and their participation in **organized (structured) physical activities** (such as team sports), either at school or in the community. What can you tell me about family life today that keeps teen girls like your daughter from participating in organized physical activities (either at school or in the community).

6. Can you talk about how you support your daughter's physical activities at school, things like PE or playing on school sport teams?
PROBES: Drive her to lessons or practices?
Buy sports/activity-related clothing and equipment?
Attend her games/performances?
7. Can you talk about how you support your daughter's participation in after school physical activities (such as lessons or classes in the community, community sports) ?
PROBES: Drive her to lessons or practices?
Buy sports/activity-related clothing and equipment?
Attend her games/performances?
Pay fees?
Volunteer to coach/team parent?
8. During a typical week...
How often do you encourage your daughter to do physical activities (or play sports)?
How often do you participate in a (physical) activity with your daughter?
How often do you provide transportation for your daughter to/from a place where physical activities or sports are taking place?

C. Community (safety, recreational facilities, built environment, program opportunities)

Let's talk about your neighborhood environment.

1. What can you tell me about your neighborhood that keeps teen girls like your daughter from participating in physical activity?
2. What may be some safety issues in your neighborhood that make it difficult for teen girls to be physically active.
PROBES: Traffic congestion?

- Speeding vehicles?
- Sidewalks?
- Boys?
- Gangs?
- Stray dogs?
- 3. What kinds of parks, playgrounds, or trails are in your neighborhood? Can you describe them
 PROBES: Are these parks/playgrounds/trails within walking distance of your home?
 Are these parks/playgrounds/trails considered safe to use during the day?
 Are these facilities/program free?
- 4. What other resources are available in your neighborhood for physical activity? (community or recreation centers, sports courts, sports fields, gyms, swimming pools, etc)
- 5. Describe the community-based physical activity programs (or other opportunities) available to your daughter your neighborhood? Are these opportunities appealing to your daughter? Do you have to pay?
- 6. If we were to develop a program to encourage girls to use public spaces more, what concerns might you have about your daughters attending a program at local parks, recreation centers, or community centers?

D. Strategies for Promoting Physical Activity

1. If we ask you to plan a program to get teenage girls physically active every day, what would that program look like?
 PROBES: What types of activities would you choose for this program?
 Would you organize one activity for everyone to do, or would you organize several activities so girls could select one (or more) to do?
 Would the program be for girls to do alone or with groups?
 Would the program be at predetermined dates and times, or would they be for girls to do when it is convenient for them?
 How much would you charge for girls to join the program?
2. What days (and time of day) would you plan the program?
 Weekdays v. weekends
 Weekdays (school days): afternoons v. evening
 Weekend days: morning v. afternoon v. evening
3. Where would the activities take place? (indoors v. outside, community center v. neighborhood park v. school property, etc)
4. How would you get the word out to the girls and their parents about the program?
5. What information would girls and parents need to know in order to want to be involved in the program?
6. What would be some of the challenges of getting girls to participate in the program?
7. How much would you be willing to pay for their daughters to join the program?
8. Most teens are heavy users of mobile technology (cell phones) and are pretty connected to other people or organizations through their cell phones. Are you (parents) open to your daughter communicating with programs through her cell phone? What concerns would you have about a health education program that communicates with your daughter through technology?

Thank you very much for taking the time to talk with me about your experiences and perspectives on these issues. We certainly appreciate your input.

Strategies for Promoting Physical Activity

1. If we ask you to plan a program to get teenage girls physically active every day, what would that program look like?
 - What types of activities would you choose for this program?
 - Would you organize one activity for everyone to do, or would you organize several activities so girls could select one (or more) to do?
 - Would the program be for girls to do alone or with groups?
 - Would the program be at predetermined dates and times, or would they be for girls to do when it is convenient for them?
 - How much would you charge for girls to join the program?
2. What days (and time of day) would you plan the program?
 - Weekdays v. weekends
 - Weekdays (school days): afternoons v. evening
 - Weekend days: morning v. afternoon v. evening
3. Where would the activities take place? (indoors v. outside, community center v. neighborhood park v. school property, etc)
4. How would you get the word out to the girls and their parents about the program?
5. What information would girls and parents need to know in order to want to be involved in the program?
6. What would be some of the challenges of getting girls to participate in the program?
7. How much would your parents be willing to pay for you to join the program?

Thank you very much for taking the time to talk with me about your experiences and perspectives on these issues. We certainly appreciate your input.

Focus Group Guide

Hola/Buenas tardes. Gracias por tomar el tiempo de participar en este grupo de discusión. Mi nombre es _____ y estaré moderando esta discusión. Los otros miembros del equipo de investigación que están aquí para asistirnos son_____.

La Asociación de la actividad física para niñas (o "Asociación para Niñas") es un estudio de investigación que está examinando la actividad física en niñas latinas entre 11 y 14 años de edad que viven en el Oeste de San Antonio. Como padres (o tutores) de estas niñas, estamos hablando con ustedes para ayudarnos a comprender mejor este tema desde un punto de vista de los padres (o tutores), que nos ayudará a desarrollar un programa para niñas de esta edad.

LEA A LOS PADRES LA FORMA DE CONSENTIMIENTO/FORMA DEMOGRAFICA y pídales que por favor la firmen/completen. Recoja las formas una vez firmadas y continúe con las Reglas Básicas...

Antes de empezar la plática, veamos algunas reglas básicas:

- Por favor solo hable una persona a la vez para que todos tengan la oportunidad de hablar y para que se les escuche claramente en la grabación.
- Si ustedes hablan claro y en voz alta entonces podrán ser escuchados sin problema y yo no tendré que repetir lo que ustedes han dicho.
- Como vamos a escuchar opiniones muy diversas, por favor respeten las opiniones de los demás aunque no estén de acuerdo con ellas. Por favor sepan que está muy bien expresar lo que piensan, aunque sea diferente de lo que los otros participantes hayan dicho.
- Como vamos a desarrollar un programa de actividad física para niñas adolescentes, vamos a hablar de temas relacionados con eso. Para nuestra plática hoy, cuando hablemos de Como la mayoría de nosotros no nos conocemos vamos a empezar por presentarnos. Podemos ir alrededor de la mesa diciendo solo nuestro primer nombre y lo que les gusta hacer con sus hijas para divertirse.

Vamos a empezar a grabar ahora...

(El moderador o quién va a tomar notas prende la grabadora)

A. Health Knowledge and Physical Activity

Voy a empezar haciendo algunas preguntas sobre la salud.

1. ¿Qué creen son los principales temas de salud o problemas de salud para niñas adolescentes en el Oeste de San Antonio? ¿Cuáles son las necesidades especiales de salud de niñas adolescentes? [\[Haga una lista\]](#)

Ahora tenemos una lista de problemas de salud. ¿Cuál creen ustedes es más importante? [\[Clasificar los problemas de salud en orden de importancia\]](#)

2. Describa cómo la actividad física afecta la salud de niñas adolescentes?

PROBES: ¿Por qué es la actividad física "buena" para ellas?

 ¿Cuáles pueden ser algunos efectos negativos de la actividad física?

Posibles respuestas: el alivio de la tensión, sacan mejores calificaciones en la escuela, los beneficios sociales (diversión, pasar tiempo con los amigos), mantener un peso corporal saludable, la salud musculoesquelética, etc

3. ¿Qué significa ser "físicamente activo?" ¿En qué piensan cuando escucha la frase "físicamente activo?"

¿Cuáles son algunas de las razones que niñas adolescentes quieren ser físicamente activas?

¿Cuáles son las diferencias entre niñas y varones adolescentes al respecto de sus razones por ser físicamente activos? ¿Los niños pequeños? ¿O los adultos? (¿Qué los motiva? ¿Por qué están activos?)

Posibles respuestas: mantenerse activo para mantener la salud, estar activo para mantener un peso corporal saludable (mantener el peso actual, no aumentar de peso, o bajar de peso), ser activa porque es divertido y eso es lo que sus amigos hacen, ser activo porque están en deportes organizados, participar en la actividades cada día, participar en actividades algunos días cada semana, etc.)

¿De dónde, por lo general, reciben sus hijas información sobre la salud (e.g., escuela, prensa, televisión, radio, Internet, etc.)?

¿De quién, por lo general, reciben sus hijas información sobre la salud (e.g., miembro de la familia, médico, enfermera)?

¿Los consejos de quién son más influyentes en consiguiendo que sus hijas cuiden su salud? (¿De quién vienen los consejos que tienen más influencia sobre ella?)

¿Cuáles son las mejores maneras para que sus hijas obtengan información sobre la salud y la actividad física (o ejercicio)?

B. Physical Activity and Adolescent Girls

Ahora queremos comprender mejor acerca de las actividades físicas de su hija. Primero, vamos platicar acerca del horario típico de sus hijas y sus actividades:

1. ¿Cómo describirían ustedes un día de la semana típico (día de escuela) para sus hijas?

PROBES: ¿A qué hora van típicamente sus hijas a la escuela en la mañana?
¿A qué hora termina la escuela?
¿Toman parte sus niñas en actividades antes de o después de la escuela? (¿clubs, Académico, deportes?)
¿Adónde van sus hijas típicamente después de salir de la escuela? (¿Regresa a casa, a la casa de amigos, un a centro comunitario?)
¿Cuales actividades típicamente hacen sus niñas en las tardes y noches después de la escuela? (¿La tarea, viendo televisión, jugar juegos de video, interrelacionarse con amigos, los quehaceres/responsabilidades domésticos?)
¿En un día típico de la semana, cuánto tiempo pasan sus hijas afuera (comparó al tiempo que pasan adentro)?

2. ¿Cómo describirían ustedes un día típico del fin de semana para sus hijas?

PROBES: ¿Cómo pasan típicamente sus hija su tiempo los sábados? ¿Los domingos? (¿Actividades de escuela, deporte, quehaceres/responsabilidades doméstico, televisión, películas, videojuegos)?
¿En un día típico del fin de semana, cuánto tiempo pasan sus hijas afuera (comparó al tiempo que pasa adentro)?

3. ¿Qué clases de actividades físicas hacen sus hijas?

¿Qué actividades hacen otras niñas adolescentes en su vecindad para estar físicamente activas? ¿Dónde hacen actividades físicas?

Las respuestas posibles: deporte organizados en la escuela, deportes organizados fuera de la escuela, jugando en campos de juegos de la vecindad, va a caminar con sus amigos, bailan en casa, sistemas activos de juego como Dance Dance Revolution o Wii Fit, etc.

4. ¿Cuándo sus hijas tienen tiempo libre, cómo y dónde típicamente pasan este tiempo?

Las respuestas posibles: activa v. inactiva, dentro de v. afuera de, sola v. con sus amigos/familia, etc. (Si mencionan videojuegos podemos preguntar si son juegos activos.)

5. ¿Durante una semana típica, cuales son las razones por la cual sus hijas no se mantienen activas? ¿Qué lo haría más fácil para que ellas estuvieran activas?

Las respuestas posibles: falta de tiempo, falta de motivación, falta de dinero, falta de oportunidad, ningún acceso a facilidades/áreas de recreación, falta de la confianza en sus capacidades de deporte/actividad, etc.

Ahora vamos a platicar acerca de niñas como sus hijas y su participación actividades físicas organizadas (estructuradas) como los deporte del equipo, pueden ser en la escuela o en la comunidad.

6. Qué me puede decir acerca de la vida familiar de ahora que puede impedir a niñas que participen en actividades físicas organizadas (en la escuela o en la comunidad).

7. ¿Me pueden platicar sobre cómo ustedes apoyan las actividades físicas de sus hijas en la escuela, cosas como PE o jugar en equipos deportivos de la escuela?

PROBES: ¿La maneja a lecciones o prácticas?

¿Compra ropa y equipo para los deporte/otras actividades?

¿Asiste sus juegos/ otras actividades?

8. ¿Me pueden platicar sobre cómo ustedes apoyan las actividades físicas de sus hijas después de la escuela, cosas como lecciones, clases en la comunidad o jugar en equipos deportivos de la comunidad?

PROBES: ¿La maneja a lecciones o prácticas?

¿Compra ropa y equipo para los deporte/otras actividades?

¿Asiste sus juegos/ otras actividades?

9. Durante una semana típica...

¿Con qué frecuencia anima a su hija para hacer actividades físicas (o jugar deportes)?

¿Con qué frecuencia toma parte en actividad física con su hija?

¿Con qué frecuencia proporciona transportación para su hija ida/venida de un lugar donde actividades o deporte físicos ocurren?

C. La comunidad (la seguridad, las facilidades de recreo, ambiente construido, programa oportunidades)

Ahora vamos a platicar acerca hablar del ambiente de su vecindad.

1. ¿Qué pueden decirme acerca de su vecindad que puede impedir a niñas tomar parte en actividad física?
2. Cuales son algunos asuntos de seguridad en su vecindad les impedir (hace difícil) a niñas ser físicamente activo.

PROBES:

- ¿Congestión de tráfico?
- ¿Carros pasando rápido en las calles?
- ¿No hay banquetas?
- ¿Los muchachos?
- ¿Las pandillas?
- ¿Perros sueltos?

3. ¿Qué tipos de parques, campos de juego, o caminitos para caminar están en su vecindad? Me los puede describir.

PROBES:

- ¿Son éstos parques/campos de juegos/caminitos dentro de distancia de caminar de su casa?
- ¿Son éstos parques/campos de juegos/caminitos seguros para utilizar durante el día?
- ¿Son estos locales/programas gratis?

4. ¿Qué otros recursos están disponibles en su vecindad para la actividad física?
 - La comunidad o los centros de recreo
 - los canchas de deporte
 - campos de deporte
 - los gimnasios
 - las albercas, etc.
5. ¿Describe los programas de actividad física (o otras oportunidades) que están disponibles a sus hijas en su vecindad? ¿Les gustan/atraen estas oportunidades a su hija? ¿Tienen ustedes que pagar para estos programas?
6. ¿Si podían desarrollar un programa para que niñas utilizaran espacios públicos más frecuentemente, qué preocupaciones tendrían de sus hijas asistiendo a un programa en parques locales, centros de recreo, o los centros comunitarios?

D. Las estrategias para Promover Actividad de Físico

1. ¿Si les pedimos que diseñe un programa para que niñas adolescentes sean físicamente activas cada día, me pudiera describir el programa?

PROBES:

¿Qué tipos de actividades escogería para este programa?

¿Organizaría usted una actividad para todos, o organizaría usted varias actividades que niñas podrían seleccionar?

¿Sería un programa para hacer actividades solas o en grupos?

¿En el programa las fechas y los tiempos serían predeterminados, o serían un tiempo conveniente para ellas?

¿Cuánto deberíamos cobrar para que participen en el programa?

2. ¿Qué días (y que tiempo del día) deberíamos realizar el programa?

PROBES:

Días de la semana v. Días del fin de semana

Días de la semana: en la tarde v. en la noche

Días del los fines de semana: en la tarde v. en la noche

3. ¿En dónde deberíamos tener las actividades? (Dentro v. afuera, en un centro comunitario v. parque de la vecindad v. propiedad de la escuela, etc.)
4. ¿Cómo deberíamos avisarles a las niñas y sus padres acerca del programa?
5. ¿Qué información necesitarían las niñas y sus padres saber acerca del programa para poder participar?
6. ¿Qué sería algunos de las barreras/impedimentos para que niñas tomen parte en el programa?
7. ¿Cuánto estarían dispuestos pagar para que sus hijas tomen parte en el programa?
8. La mayoría de los jóvenes usan la tecnología móvil (como teléfonos celulares) y se conectan bastante a otras personas y organizaciones por sus teléfonos celulares.

¿Está usted (padres) dispuesto dejar su hija comunicar con programas de salud por su teléfono celular, usando textos? ¿Qué preocupaciones tendría usted acerca de un programa de salud que comunica con su hija por la tecnología?

CONCLUSION

- Gracias a todos ustedes por hablar con nosotros en el día de hoy. Hemos disfrutado de esta reunión y ustedes nos han dado mucha información que es muy importante.
- Por favor recuerde lo que dijimos al principio de la reunión acerca de no compartir lo que se ha dicho aquí con nadie fuera de este salón.
- Hemos terminado el grupo de enfoque, no se le olviden de recibir sus \$30.