

**UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA
FACULDADE DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM CIÊNCIAS DA SAÚDE**

**INFLUÊNCIA DE FATORES PRODUTORES DE ESTRESSE EM JOGADORES
DE FUTEBOL DO DISTRITO FEDERAL**

ALCIR BRAGA SANCHES

ORIENTADOR: HIRAM MARIO VALDÉS CASAL

2004

ALCIR BRAGA SANCHES

**INFLUÊNCIA DE FATORES PRODUTORES DE ESTRESSE EM JOGADORES DE
FUTEBOL DO DISTRITO FEDERAL**

**Este trabalho foi apresentado ao curso de Pós-Graduação
em Ciências da Saúde da Faculdade de Ciências da Saúde
da Universidade de Brasília como requisito parcial à
obtenção do título de Doutor em Ciências da Saúde.**

Orientador: Prof. Dr. Hiram Mario Valdés Casal

BRASÍLIA

2004

DEDICATÓRIA

Aos meus entes queridos pelo incentivo ao cumprimento desta importante jornada.

Ao meu orientador que acreditou e oportunizou esta pesquisa.

Ao Professor Dr. Iran Junqueira de Castro responsável pela política de capacitação docente da Faculdade de Educação Física da Universidade de Brasília.

AGRADECIMENTOS

A todos que, direta ou indiretamente, contribuíram para a realização deste trabalho.
Meu especial agradecimento a todas as pessoas que colaboraram como voluntários na
pesquisa.

SUMÁRIO

LISTA DE FIGURAS	vi
LISTA DE TABELAS	ix
RESUMO	x
ABSTRACT	xi
1. INTRODUÇÃO.....	1
1.1. O PROBLEMA.....	1
1.2. JUSTIFICATIVA	3
1.3. OBJETIVOS	5
1.3.1. OBJETIVO GERAL	5
1.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS	6
2. REVISÃO DE LITERATURA	7
2.1. CONCEITO DE ESTRESSE	7
2.2. ESTRESSE E RENDIMENTO NO ESPORTE	15
2.3. ESTRESSE E FUTEBOL	25
2.4. FORMAS DE MEDIR ESTRESSE.....	28
3. MÉTODO	32
3.1. AMOSTRA	32
3.2. INSTRUMENTO	32
3.3. PROCEDIMENTOS	33
3.4. TRATAMENTO ESTATÍSTICO	34
4. ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS	35
4.1. ANÁLISE FATORIAL DO INSTRUMENTO	35
4.1.1. ANÁLISE DOS COMPONENTES PRINCIPAIS	35
4.1.2. VALIDADE E PRECISÃO DO INSTRUMENTO	36

4.2. ANÁLISE DA PERCEPÇÃO DO ESTRESSE POR CATEGORIAS.....	41
4.2.1. ANÁLISE DOS RESULTADOS POR LIGAS	41
4.2.2. ANÁLISE DOS RESULTADOS POR FAIXA ETÁRIA.....	61
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS	80
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	82
ANEXO	89

LISTA DE FIGURAS

FIGURA 1: Os três estágios da Síndrome Geral de Adaptação	8
FIGURA 2: Interação dos elementos no processo de estresse e suas reações emocionais e comportamentais	9
FIGURA 3: Processos de avaliação da situação	12
FIGURA 4: Relação ativação-rendimento: predições das hipóteses do U-invertido e da teoria do Drive	16
FIGURA 5: Relação entre as diferentes dimensões da ansiedade e o rendimento desportivo.....	18
FIGURA 6: Zonas ótimas de funcionamento e níveis preditos e atuais da ansiedade pré-competitiva, em dois atletas	20
FIGURA 7: Modelo de controle de stress	23
FIGURA 8: Avaliação dos estressores e a sua relação com a provável resposta	25
FIGURA 9: Gráfico de sedimentação dos eigenvalues	36
FIGURA 10: Estresse em jogadores da liga amadora - Fator 1	42
FIGURA 11: Estresse em jogadores da liga profissional - Fator 1	43
FIGURA 12: Estresse em jogadores da liga universitária - Fator 1.....	43
FIGURA 13: Diferenças significativas no Fator 1 entre jogadores das ligas amadora e profissional	45
FIGURA 14: Diferenças significativas no Fator 1 entre jogadores das ligas amadora e universitária.....	46
FIGURA 15: Diferenças significativas no Fator 1 entre jogadores das ligas profissional e universitária	48
FIGURA 16: Estresse em jogadores da liga amadora – Fator 2	49
FIGURA 17: Estresse em jogadores da liga profissional - Fator 2.....	50
FIGURA 18: Estresse em jogadores da liga universitária - Fator 2.....	50

FIGURA 19: Diferenças significativas no Fator 2 entre	
jogadores das ligas amadora e universitária.....	52
FIGURA 20: Diferenças significativas no Fator 2 entre	
jogadores das ligas profissional e universitária.....	52
FIGURA 21: Estresse em jogadores da liga profissional - Fator 3.....	54
FIGURA 22: Estresse em jogadores da liga amadora - Fator 3.....	54
FIGURA 23: Estresse em jogadores da liga universitária - Fator 3	56
FIGURA 24: Diferenças significativas no Fator 3 entre	
jogadores das ligas amadora e universitária	57
FIGURA 25: Diferenças significativas no Fator 3 entre	
jogadores das ligas profissional e universitária.....	58
FIGURA 26: Estresse em jogadores da faixa etária sub-17 anos - Fator 1	63
FIGURA 27: Estresse em jogadores da faixa etária sub-20 anos - Fator 1	63
FIGURA 28: Estresse em jogadores da faixa etária acima de 20 anos - Fator 1	64
FIGURA 29: Diferenças significativas no Fator 1 entre	
as faixas etárias sub-17 e sub-20 anos	66
FIGURA 30: Diferenças significativas no Fator 1 entre	
as faixas etárias sub-17 e acima de 20 anos.....	67
FIGURA 31: Diferenças significativas no Fator 1 entre	
as faixas etárias sub-20 e acima de 20 anos	68
FIGURA 32: Estresse em jogadores da faixa etária sub-17 anos - Fator 2	69
FIGURA 33: Estresse em jogadores da faixa etária sub-20 anos - Fator 2	71
FIGURA 34: Estresse em jogadores da faixa etária acima de 20 anos - Fator 2.....	71
FIGURA 35: Diferenças significativas no Fator 2 entre	
jogadores das faixas etárias sub-17 e sub-20 anos.....	73

FIGURA 36: Diferenças significativas no Fator 2 entre	
jogadores das faixas etárias sub-20 e acima de 20 anos	74
FIGURA 37: Estresse em jogadores da faixa etária sub-17 anos - Fator 3	75
FIGURA 38: Estresse em jogadores da faixa etária sub-20 anos - Fator 3	75
FIGURA 39: Estresse em jogadores da faixa etária acima de 20 anos - Fator 3	76
FIGURA 40: Diferenças significativas no Fator 2 entre	
as faixas etárias sub-17 e acima de 20 anos	77
FIGURA 41: Diferenças significativas entre jogadores	
das faixas etárias sub-20 e acima de 20 anos.....	78

LISTA DE TABELAS

TABELA 1: Caracterização sócio-demográfica da amostra de participantes.....	32
TABELA 2: Variância explicada e eigenvalues	35
TABELA 3: Inventário de estresse no futebol – matriz de correlação	37
TABELA 4: Matriz de correlação entre os fatores	39
TABELA 5: Estresse entre jogadores das ligas amadora, profissional e universitária - Fator 1	44
TABELA 6: Estresse entre jogadores das ligas amadora, profissional e universitária - Fator 2	51
TABELA 7: Estresse entre jogadores das ligas amadora, profissional e universitária - Fator 3	57
TABELA 8: Estresse em jogadores das faixas etárias Sub-17, sub-20 e acima de 20 anos - Fator 1	65
TABELA 9: Estresse em jogadores das faixas etárias Sub-17, sub-20 e acima de 20 anos - Fator 2	72
TABELA 10: Estresse em jogadores das faixas etárias Sub-17, sub-20 e acima de 20 anos - Fator 3	76

RESUMO

As situações de jogo ou estresse podem provocar reações emocionais positivas que facilitam ou negativas que dificultam o rendimento desportivo. A interpretação das situações - de forma positiva produz motivação e a negativa produz ansiedade ou medo (VALDES (2000) - pode variar de acordo com o nível de experiência, esporte, sexo, função, posição e faixa etária. O objetivo deste trabalho foi o de identificar a influência ao desempenho das situações específicas do futebol em jogadores de diferentes faixas etárias. O instrumento INVENTÁRIO DE FATORES DE ESTRESSE – ISF - desenvolvido por BRANDÃO (2000), foi aplicado e validado SANCHES, VALDES E BRANDÃO (2004) em 472 jogadores de futebol do Distrito Federal das faixas etárias sub – 17, sub – 20 e acima de 20 anos”. Os resultados demonstraram que nas situações de competição entre as foram **de competição** as s percebidas como desafiadoras pelos jogadores e predominantemente negativa para os Fatores 2 e 3, indicando que **situações de fracasso iminente ou real** e de **demanda física e psicológica** são percebidas como produtoras de ansiedade. Porém, a intensidade da percepção das situações estressoras foi menor para os jogadores de maior faixa etária. Os resultados demonstraram que o ISF pode ser usado para medir estresse em diferentes faixas etárias de jogadores de futebol.

PALAVRAS-CHAVE: ansiedade, estresse, futebol, psicologia do esporte.

ABSTRACT

The study of stress, anxiety, personality and other emotional factors is very important to understand sport performance. As a consequence of the pressures generated by the necessity of good results, the emotional behavior of the athletes can cause a positive or negative effect in sport competition.

The perception of how stressed is the situation is influenced by the levels of sport experience. The goal of this study was to test the ISF (Inventário de Fatores de Stress no Futebol) created by Brandão (2000) with soccer players from the Distrito Federal. The study was performed with 472 soccer players in three aged categories (below-17 years, below-20 years, and above 20 years) from three different levels of soccer organizations (amateur, professional and university). Factorial analysis using promax rotation produced three factors: Factor 1 - situations which can stimulate a competitive behavior; Factor 2 - situations which can create a failure behavior; and Factor 3 - situations which can produce a high physic and psychological demands. Pos-hoc analysis using Cronbach's alpha showed that all three factors was statistically significant (Factor 1: alpha= 0.91; Factor 2: alpha= 0.89; and Factor 3: alpha= 0.85). The results showed that all participants have the same perception of stress regardless de age categories or level of organization. The directionality of the perception of stress situation was positive for the Factor 1 and negative for the Factor 2 and Factor 3. However, the intensity of the perception of stress situation was lower for the professional players and for the older players. The results demonstrated that the ISF test could be used to measure stress in different levels and different age groups of soccer competition.

KEY WORDS: anxiety, stress, soccer, sport psychology

1. INTRODUÇÃO

1.1 . O PROBLEMA

O estudo de processos emocionais e da personalidade no esporte competitivo é reconhecido há muitos anos, porém, a sistematização dos conhecimentos com a participação de profissionais em Psicologia do Esporte tomou impulso a partir dos anos 60 (BRANDÃO, 2000).

A ansiedade faz parte da vida, inclusive do esporte, e está relacionada à própria natureza humana que necessita enfrentar desafios no seu processo de crescimento e de desenvolvimento.

Observando-se empiricamente o desempenho no esporte competitivo, algumas questões da influência da relação entre estresse e processos cognitivos na performance em esportes competitivos, precisam ser respondidas: “o que faz o atleta ficar nervoso?”; “o que faz um atleta crescer em determinados momentos na competição, enquanto outros se curvam diante das pressões?”.

Em essência é exatamente isso que faz a diferença e que determina o vencedor, tornando o esporte competitivo uma experiência muito gratificante.

O interesse em se estudar o papel da ansiedade no esporte competitivo cresceu muito nos últimos 20 anos e muitas pesquisas foram realizadas na área da psicologia do esporte: De WITT, (1980); MORAES, (1990); GOLDSMITH & WILLIAMS, (1992); SAMULSKI & CHAGAS, (1992,1996); DE ROSE JÚNIOR, SIMÕES & VASCONCELLOS, (1994); DE ROSE JÚNIOR, VASCONCELLOS, SIMÕES & MEDALHA (1996); DE ROSE JÚNIOR (1998,1999,2002); BRANDÃO, (2000); DE ROSE JÚNIOR, DESCHAMPS & KORSAKAS (1999,2001) CAPITANIO, (2002). Estas pesquisas utilizaram os conceitos atuais das teorias psicológicas mais importantes, fazendo com que esta área crescesse muito em importância no estudo do papel do estresse no esporte competitivo.

É importante ressaltar que nos estudos sobre ansiedade no esporte, os instrumentos mais utilizados são os inventários que procuram, através da identificação de variáveis ou fatores,

estabelecer relações destes com os desempenhos competitivos ou com reações emocionais de atletas em situações competitivas ou pré-competitivas.

A psicóloga brasileira Maria Regina Ferreira Brandão (2000) tem proposto um questionário para avaliar fatores de estresse em jogadores de futebol profissional, no qual estabelece as principais características estressoras relacionadas ao futebol.

O inventário de fatores de estresse no futebol – ISF desenvolvido por BRANDÃO (2000) materializa uma idéia importante para a Psicologia do Esporte, a de se criar instrumentos específicos e ecologicamente válidos para o âmbito esportivo (MARTENS, 1991). Outro aspecto importante é o caráter prático na aplicação do instrumento e na avaliação dos resultados, uma vez que a observação da interpretação e direção do estresse produzirá duas simples previsões: de atletas com alta percepção debilitativa da performance, espera-se um desempenho ruim na tarefa e de atletas com alta percepção facilitativa espera-se um desempenho alto na tarefa. É importante ressaltar que esse instrumento foi construído com a participação de técnicos e jogadores de futebol do Brasil e baseia-se na avaliação de situações gerais e específicas do futebol.

Ademais, o objetivo do ISF é avaliar a influência dos fatores de estresse, que é uma temática relevante para a Psicologia do Esporte contemporâneo (GOULD & KRANE, 1992; JONES & HANTON, 1996).

Em particular, no futebol, os fatores de estresse são fundamentais. Segundo APISTZSCH (1994),

“Os futebolistas de elite são submetidos a um estresse e a uma pressão considerável pois têm que lutar por um lugar na equipe principal e uma vez atingida esta posição, ela deve ser defendida e mantida. Um baixo rendimento em uma só partida, pode resultar em não ser titular na partida seguinte. Outra preocupação estressante é a do risco de lesões com todas as suas conseqüências físicas e psicológicas que está sempre presente em um esporte de contato como o futebol e que pode afastar o atleta da equipe por períodos mais ou menos longos. Durante uma partida, o jogador necessita se confrontar com o estresse produzido pelos adversários e espectadores. Além do mais, precisa enfrentar adequadamente as expectativas do treinador, de seus companheiros de equipe, do público, dos seus familiares, dos amigos e dos meios de comunicação para poder render corretamente”.

No futebol amador, os atletas também sofrem pressões semelhantes.

SAMULSKI & CHAGAS (1992,1996), analisaram o estresse psíquico de jogadores de futebol na competição das categorias infantil e juvenil, juvenil e juniores. O primeiro estudo foi analisado com o teste de carga psíquica de FRESTER (1976) e o segundo foi realizado com uma adaptação do instrumento desenvolvido por TEIPEL (1993). CAPITANIO (2002), elaborou um estudo descritivo das situações mais críticas de estresse em futebolistas infanto-juvenis de ambos os sexos, ampliando desta forma, os estudos sobre percepção do estresse para o sexo feminino.

Os estudos de SAMULSKI & CHAGAS (1992,1996), utilizaram instrumentos diferentes para faixas distintas de idade que estabelecem, necessariamente, itens de influência negativa para os atletas. O estudo de CAPITANIO (2002) utiliza um instrumento não específico para o futebol e o estudo de BRANDÃO (2000), verifica a percepção dos fatores de estresse em jogadores de futebol profissionais.

Considerando o estresse e a pressão constante sofridos pelo jogador de futebol e o fato de ser o futebol o esporte nacional que se transforma em grande sonho de realização profissional para muitos atletas brasileiros e, ainda, que muitas vezes, esta realização depende, além dos pré-requisitos físicos, técnicos, táticos, também de competências emocionais (EKBLUM, 1995), a avaliação da condição psicológica do jogador é de fundamental importância no planejamento e execução de programas de treinamento no desporto de rendimento.

A questão básica na avaliação de esportistas é verificar as diversas formas de perceber o estresse, utilizando um instrumento confiável e fidedigno para medir as situações específicas da modalidade que o atleta pratica.

1.2. JUSTIFICATIVA

O reconhecimento da importância da psicologia no esporte e os avanços desta área de estudo, nos últimos tempos, são de grande valia para explicar os fenômenos psicológicos envolvidos no ambiente esportivo e na preparação do atleta (SINGER, 1989).

Como jogador de futebol durante mais de quarenta anos, inclusive em equipes de futebol profissional do Rio de Janeiro e de Goiás, professor de Educação Física em escolas de formação profissional e treinador de equipes universitárias de handebol e futebol, o autor pôde observar a importância da avaliação da influência de fatores de estresse no esporte.

No esporte, o atleta muitas vezes é submetido a determinadas situações que podem influenciar tanto o seu desempenho como o desempenho da sua equipe. A equipe é preparada física, técnica e taticamente, mas mesmo assim pode render pouco. BRANDÃO (2000), lembrou, oportunamente, o péssimo rendimento da seleção brasileira de futebol na partida final do campeonato mundial realizado na França, em 1998. O ambiente de tensão criado por uma provável crise epiléptica do jogador Ronaldo, teria sido o principal motivo para que a equipe apresentasse uma performance muito aquém da esperada para aquela partida. Um outro exemplo mais recente é o da equipe da Sociedade Esportiva Palmeiras de São Paulo que disputava o Campeonato Brasileiro da 2ª divisão de 2003:

“Se alguém falar que não tem ansiedade é mentira, mas temos que manter os pés no chão. Não adianta nada pensarmos no título se primeiro não vencermos o Esporte neste sábado. Se a torcida está empolgada imaginem só nosso elenco”, Lúcio, lateral esquerdo (Folha de Boa Vista, Roraima, 17/10/2003).

“Ansiedade todos têm, mas temos que saber controlá-la para não atrapalhar o nosso rendimento. No jogo é preciso ter mais calma e saber que o nosso gol pode sair a qualquer momento”, Marcinho, volante (Folha de Boa Vista, Roraima, 17/10/2003).

Os atletas do Palmeiras estavam preocupados com o controle dos fatores de estresse para evitar uma influência negativa no desempenho da equipe em um momento importante da competição.

A campanha do Botafogo de Futebol e Regatas do Rio de Janeiro, no campeonato brasileiro da 1ª divisão em 2004, é outro exemplo que mostra a importância do estresse no desempenho de uma equipe. Além de não ter ainda vencido no campeonato brasileiro, em cinco das sete primeiras

rodadas disputadas, a equipe saiu na frente do placar em algumas partidas mas permitiu a reação dos adversários.

“O time está muito ansioso para conseguir a primeira vitória e está levando isso para campo. As rodadas estão passando e temos que mudar isso o quanto antes, principalmente nas partidas dentro de casa, porque a torcida está esperando”, Daniel, lateral esquerdo (Jornal o Globo, 27/05/2004).

As derrotas sucessivas e a pressão para alcançar a primeira vitória no campeonato podem estar produzindo uma influência negativa para o desempenho da equipe no campeonato.

Uma vez reconhecida a importância do estresse no esporte e verificando na revisão de literatura que existem poucas pesquisas no Brasil estudando os fatores de estresse no futebol, este trabalho pretende trazer a sua contribuição pelo estudo da percepção dos fatores produtores de estresse em jogadores de futebol, verificando se existem diferenças perceptivas entre diferentes faixas etárias e entre as categorias de jogadores de futebol (profissional, amador e universitário).

A escolha de jogadores participantes de campeonatos das ligas amadora, profissional e universitária do Distrito Federal teve como pressuposto básico a variabilidade das condições no que se refere à importância das competições, aos interesses e à condição sócio-cultural dos jogadores.

O pressuposto da definição das faixas etárias foi a variável idade. A questão básica colocada é: será que o fato do atleta pertencer a uma determinada faixa etária pode influenciar na maneira como ele percebe as situações específicas e gerais do futebol ?

Para medir a percepção dos fatores de estresse no futebol, será utilizado como instrumento o “Inventário dos Fatores de Stress no Futebol - ISF” (BRANDÃO, 2000).

1.3. OBJETIVOS

1.3.1. OBJETIVO GERAL

Estudar as diferenças na percepção dos fatores de estresse pelos jogadores de futebol do Distrito Federal relacionados com a faixa etária e categoria (profissional, amador e universitário) de jogadores de futebol do Distrito Federal.

1.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 1.3.2.1 Validar o “Inventário de Fatores de Stress no Futebol, ISF” em jogadores de futebol do Distrito Federal;
- 1.3.2.2 Verificar se existem diferenças na percepção de fatores de estresse entre jogadores que atuam nas ligas profissional, amadora e universitária do Distrito Federal;
- 1.3.2.3 Verificar se existem diferenças na percepção de fatores de estresse nas faixas etárias sub-17 anos, sub-20 anos e de 20 anos em diante.

2. REVISÃO DE LITERATURA

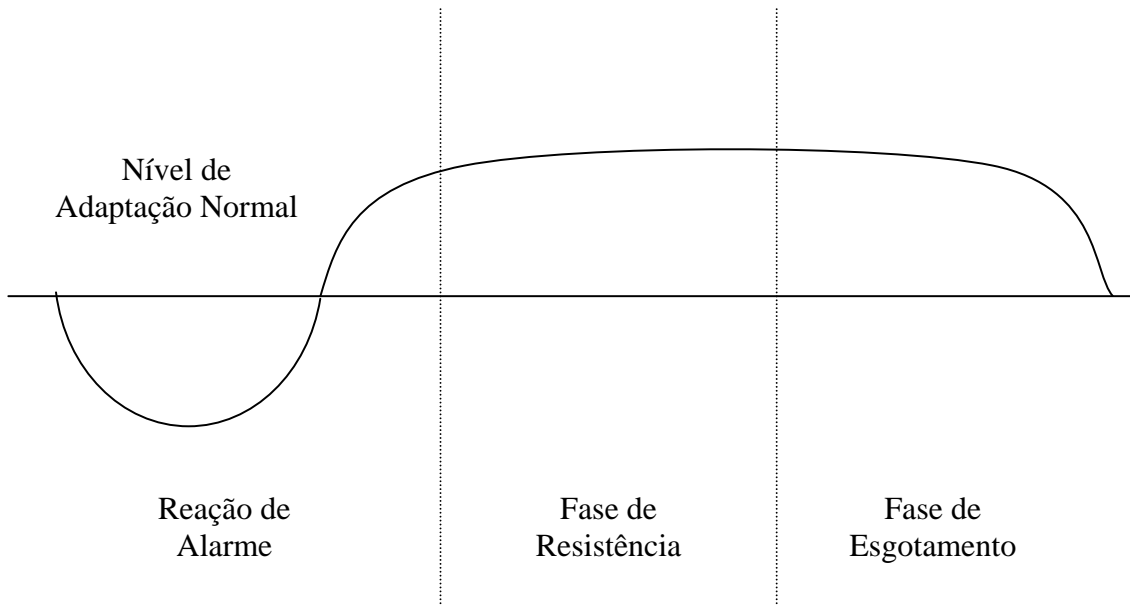
2.1. CONCEITO DE ESTRESSE

O termo estresse tem sua origem na física. Ao final do século XVII, Robert Hook descreveu a lei que explicava como as mudanças de um corpo elástico eram proporcionais à frequência e à força do estímulo. Desta forma, do ponto de vista físico, o estresse é uma resposta dentro do objeto, inerente à sua estrutura e provocada por uma força externa (GONZÁLEZ, 1998). No século XX, o principal pesquisador de estresse foi HANS SELYE, que utilizando o princípio da física, desenvolveu o conceito de estresse biológico, estudando enfermidades dos seus pacientes. A grande questão colocada por SELYE foi: porque pacientes que sofriam enfermidades e transtornos diferentes apresentavam sinais e sintomas comuns.

Os resultados das pesquisas de SELYE formaram a base para o desenvolvimento do conceito denominado Síndrome Geral de Adaptação ou Síndrome de Estresse Biológico (SELYE, 1946). Esta síndrome desenvolve-se em três estágios: reação de alarme, fase de resistência, fase de esgotamento. Segundo SAMULSKI, CHAGAS & NITSCH (1996), SELYE assim definiu cada estágio da Síndrome Geral de Adaptação (FIGURA 1).

Na reação de alarme o organismo mostra as mudanças características para a primeira ação do estressor. Ao mesmo tempo, diminui a sua resistência e se o estressor é suficientemente forte pode até levar à morte. O estágio de resistência aparece se for compatível a ação prolongada do estressor com uma adaptação. Os sinais corporais característicos da reação de alarme desaparecem totalmente e a resistência eleva-se acima das condições normais. O estágio de esgotamento se desenvolve quando a ação do estressor, ao qual o organismo adaptou-se, permanecer por um longo período até finalmente esgotar-se a energia de adaptação.

FIGURA 1 - Os três estágios da Síndrome Geral de Adaptação (In SAMULSKI, CHAGAS & NITSCH, 1996).



Os três estágios da Síndrome Geral de Adaptação colocam em evidência a capacidade de adaptação do organismo ligada a processos de equilíbrio e desequilíbrio homeostáticos, próprios do seres vivos, que pode ser limitada frente a um estresse constante.

Como definição, SELYE afirma que estresse é uma resposta inespecífica do organismo a qualquer demanda, ou seja, indivíduos submetidos a diferentes agentes estressores reagiriam, fisiologicamente, da mesma forma. Segundo GONZALEZ (1998), mais recentemente, SELYE, diante das pressões dos resultados de pesquisas experimentais que debilitavam o dogma da inespecificidade, passou a admitir que o efeito de um agente estressor sobre o organismo dependerá de três fatores: específicos, inespecíficos e condicionantes (exógenos e endógenos). Todo agente tem propriedades específicas e inespecíficas. A inespecificidade das respostas é variável e característica de cada agente individual e está ligada ao efeito do estresse, modificando-o. Desta forma, alguns agentes estressores têm efeitos específicos, ou seja, não causam a mesma resposta e o mesmo agente atuará de forma variada em diferentes sujeitos, o que depende de condicionamentos endógenos e exógenos determinantes da sua reatividade. A partir desta nova postura SELYE passa a admitir dois tipos de estresse: o estresse que provocaria reações positivas e agradáveis, ao que

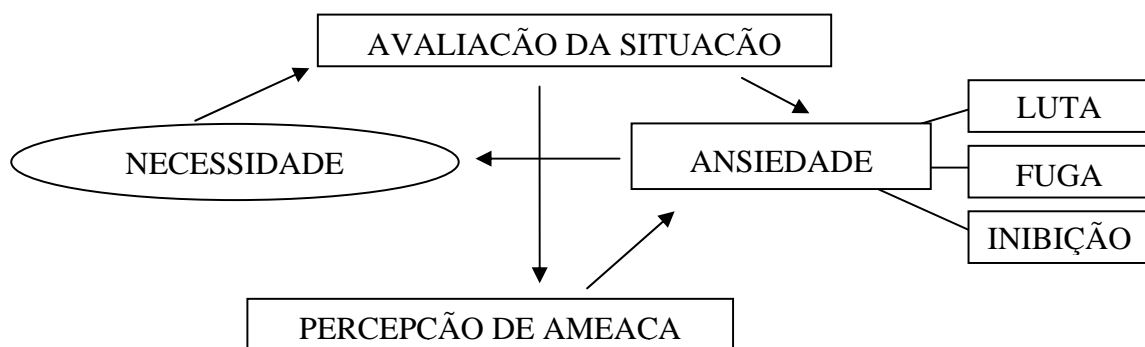
chamou de “eustress” e o que provocaria reações negativas ou desagradáveis, ao que chamou de “distress”.

Do ponto de vista psicológico que é a abordagem deste trabalho, estresse refere-se a um processo psicobiológico complexo composto de três elementos principais: o estressor, a percepção ou avaliação do perigo (ameaça) e a reação emocional. O processo de estresse inicia-se, geralmente, pela situação ou circunstância (estressor) que percebido e interpretado (avaliado) como perigoso, apresenta-se como potencialmente prejudicial ou frustrante. Se o estressor é percebido como perigoso ou ameaçador independente da presença de um objetivo ou meta perigosa, uma reação emocional (ansiedade) é evocada.

Pensamentos ou lembranças que são percebidos como ameaçadores também pode provocar reações de ansiedade tão rapidamente quanto uma situação real de perigo no mundo externo (SPIELBERG, 1989).

Assim, a natureza teleológica do ser humano, que busca constantemente atingir novos objetivos que atendam às suas necessidades, coloca-o constantemente diante de situações que podem produzir reações emocionais como a elevação da ansiedade, dependendo da avaliação subjetiva da situação que pode desencadear comportamentos primitivos como os de luta, fuga ou inibição (FIGURA 2).

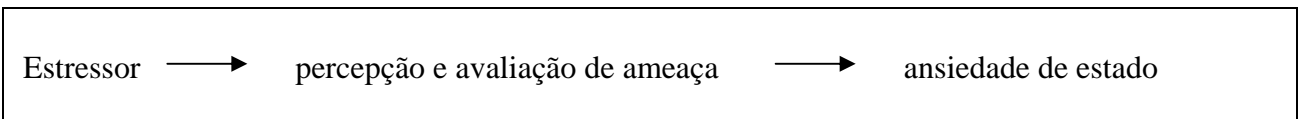
FIGURA 2 - Interação dos elementos no processo de estresse e suas reações emocionais e comportamentais (VALDÉS, 2000).



Estresse e ansiedade, portanto, são fenômenos inter-relacionados que, muitas vezes, são utilizados como sinônimos.

A ansiedade é um estado emocional (ansiedade de estado) que é subjetivo e conscientemente produz sentimentos de tensão, apreensão, nervosismo e inquietação e eleva o estado de excitação ou ativação do sistema nervoso autônomo. Uma vez que a percepção de ameaça intermedia a relação entre um estressor e a intensidade de uma reação de ansiedade, o estado de ansiedade varia em intensidade e oscila no tempo como função da quantidade de ameaça percebida.

Assim, a relação entre os três principais elementos do processo de estresse segue a seqüência temporal de eventos (SPIELBERG, 1989):



O termo estresse, entretanto, refere-se mais amplamente a situações ou circunstâncias que são caracterizadas por algum nível objetivo de perigo físico, psicológico ou de demanda ambiental.

Circunstâncias estressantes são ambíguas. Elas fazem parte da vida em todos os estágios de desenvolvimento humano. As crianças pequenas enfrentam pressões inesquecíveis no processo de aprendizagem de habilidades sociais e na aquisição da educação formal. As pressões do trabalho e o estresse dos eventos culturais e das relações familiares são desafios que devem ser enfrentados ao longo da vida. A aposentadoria e a idade avançada, por exemplo, não são apenas estágios da vida, mas são, em si, fontes difusas de estresse na vida moderna (SELYE, 1956).

O conceito de ameaça refere-se a uma percepção do indivíduo ou a uma avaliação da situação como potencialmente perigosa ou prejudicial. A reação a um estressor específico dependerá do nível em que ele é visto como ameaçador. As avaliações sobre a ameaça são influenciadas, obviamente, pelas características objetivas da situação e objetivamente os estressores são realisticamente avaliados como perigosos por muitas pessoas. Mas, pensamentos e lembranças estimulados por um determinado evento, combinados com as experiências prévias e a circunstância

similar, podem produzir até mesmo um impacto maior no indivíduo. Dessa forma, o mesmo estímulo pode ser visto como uma ameaça por uma pessoa, um desafio para outra e totalmente irrelevante para uma terceira (SPIELBERG, 1989).

As diferenças na percepção são basicamente conformadas por sentidos subjetivos que são características da personalidade do indivíduo que é própria da individualidade psicológica humana (BRANDÃO & VALDÉS, no prelo).

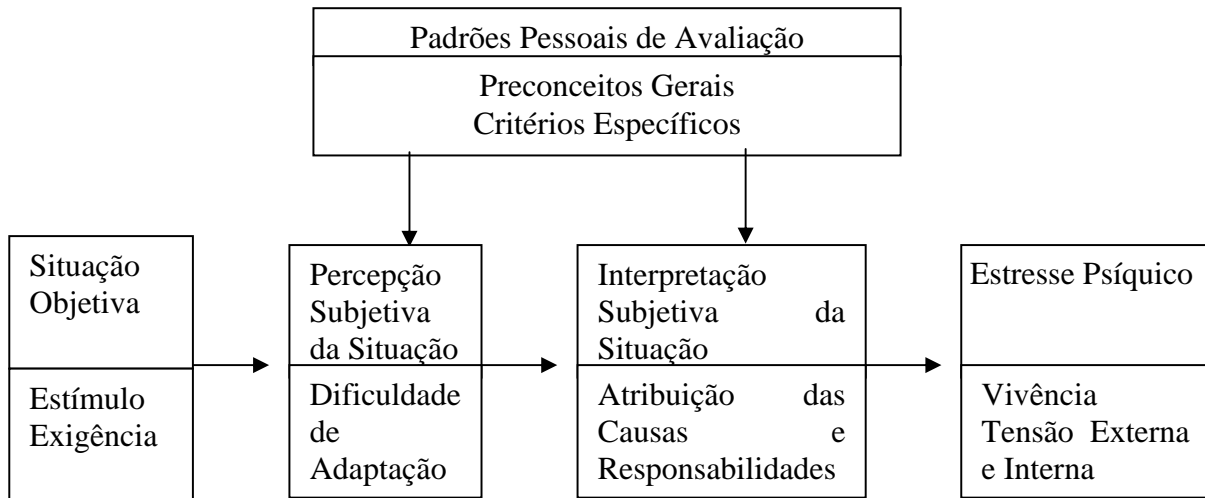
A sensação de ameaça é, essencialmente, o estado da mente a qual tem duas características principais (SPIELBERG, 1989): (1) a orientação para o futuro que geralmente envolve uma antecipação de um evento potencialmente prejudicial, que ainda não aconteceu; (2) a mediação por um processo mental complexo, ou seja, percepção, pensamento, memória e julgamento os quais estão envolvidos no processo de avaliação.

As avaliações ameaçadoras do presente ou do futuro perigosos atuam como uma função importante na produção de reações emocionais que mobilizam uma ação individual para evitar o mal. Mas, mesmo quando não existe um perigo objetivo, a percepção ou avaliação da situação como ameaçadora transmite a mensagem de estresse, da qual resulta na estimulação de um estado de ansiedade (GOULD, EKLUND & JACKSON 1993).

Dessa forma, o processo de avaliação da situação como elemento desencadeador do estresse psíquico, baseia-se em padrões pessoais que, diante da confrontação de uma situação objetiva – o estímulo e as suas exigências - da percepção subjetiva de dificuldade de adaptação às exigências e da interpretação subjetiva dessa situação que envolve a busca das causas e responsabilidades (GONZALEZ, 1998), produz o estado de tensão interna e externa no indivíduo (FIGURA 3).

Segundo SPIELBERG (1989), o estado de ansiedade é uma reação emocional que consiste em uma única combinação de: (1) sentimento de tensão, apreensão e nervosismo; (2) pensamentos desagradáveis (preocupações); (3) mudanças fisiológicas. Uma importante característica da ansiedade é que ela varia no tempo.

FIGURA 3 - Processos de avaliação da situação (In SAMULSKY, CHAGAS & NICTSCH, 1996).



A calma e a serenidade indicam a ausência da ansiedade; tensão, apreensão, nervosismo e preocupação geralmente estão relacionados com o nível moderado de ansiedade; sentimento intenso de medo e pavor, pensamentos catastróficos e comportamentos desorganizados de pânico estão associados ao mais alto nível de ansiedade.

Por outro lado, quando a situação é reconhecida como desafiadora essa avaliação positiva produz a ativação do sistema nervoso autônomo responsável por uma conduta adaptativa cuja reação emocional de prazer canaliza energia para a ação, a que VALDÉS (2000), definiu como motivação.

O termo ansiedade é também usado para se referir a um estado individual relativamente freqüente como uma disposição da personalidade ou traço – ansiedade de traço (SPIELBERG, 1989).

Em contraste com ansiedade de estado, a ansiedade de traço pode ou não se manifestar diretamente no comportamento, mas pode ser inferida pela freqüência com que ocorre a elevação da ansiedade de estado em um indivíduo. As pessoas que têm ansiedade de traço alta são mais predispostas a elevar a ansiedade. Elas percebem e/ou avaliam uma grande variedade de situações como mais perigosas ou ameaçadoras do que os indivíduos que têm ansiedade de traço mais baixa.

Essa distinção confunde os estados emocionais, a emotividade de um sujeito ou temperamento com ansiedade de estado (VALDÉS, 2000).

As mudanças fisiológicas associadas com o aumento do nível de ansiedade incluem: elevação da frequência cardíaca e da pressão arterial, perda de apetite, aceleração do ritmo respiratório, secura da boca, dilatação da pupila, ereção dos pêlos e aumento da transpiração. Além disso, os músculos se contraem preparando o corpo para uma ação rápida e vigorosa, mais glóbulos brancos são produzidos para enfrentar processos infecciosos e funções, como o processo digestivo, passam a atuar mais lentamente (SELYE *In* SAMULSKI, CHAGAS & NITSCH, 1996).

VALDÉS (2000), afirma que o hipotálamo, o sistema límbico, a formação reticular e o córtex cerebral, assim como as conexões que se estabelecem com o sistema nervoso autônomo, a medula e córtex supra-renal e o tálamo estão envolvidos diretamente com a liberação das substâncias responsáveis pelas manifestações subjetivas e objetivas de uma reação emocional.

As mudanças viscerais, glandulares e circulatórias, são determinadas pela entrada na corrente sanguínea de catecolaminas (adrenalina e noradrenalina), adrenocorticotrofina (ACTH), epinefrina, cortisol e outras substâncias. A cadeia de reações é controlada através de vários mecanismos de feedback.

Se por um lado existem, ainda, muitas questões sobre a participação das diferentes estruturas biológicas e das várias combinações das substâncias e as respectivas relações com determinadas reações emocionais, que precisam ser pesquisadas, por outro lado, existe uma inequívoca indicação para um feedback do ACTH (feedback imediato) baseada no excesso desse hormônio, que é detectado pelo sistema hipotalâmico-hipofisiário que produz uma diminuição do ACTH. Em referência à atuação das catecolaminas e corticóides e estados emocionais, por exemplo, FLORES & VALDÉS (1985), descrevem detalhadamente essas relações: nas reações de cólera e agressividade a noradrenalina triplica e a adrenalina duplica; em estados psíquicos passivos como a ansiedade e incerteza a adrenalina triplica e a noradrenalina duplica; nas reações emocionais em que

se vivencia estados de desprazeres, fuga, derrota, depressão e incerteza, o cortisol se apresenta aumentado.

Em resumo, o estresse é um processo psicobiológico. A avaliação subjetiva individual de um estímulo desencadeia reações emocionais que provocam mudanças neurológicas, fisiológicas e metabólicas importantes no organismo humano. O processo de avaliação confronta as exigências de uma determinada situação ou meta com as dificuldades que o indivíduo terá que enfrentar. A percepção ou avaliação da situação ou circunstância (estressor) como ameaça resulta na ativação de um estado de ansiedade que produz sentimentos, apreensão, nervosismo. A avaliação da situação como desafiadora produz uma conduta adaptada de prazer canalizadora de energia positiva muito importante para a ação.

Desta forma, a definição precisa do uso do termo estresse é importante para o estudo deste fenômeno no esporte (GOULD & KRANE,1992). Utilizado muitas vezes como sinônimo de arousal e ansiedade, o estresse no esporte para alguns autores, é um estímulo, para outros é uma variável interveniente ou ainda uma resposta ou consequência de uma dada situação. Esta confusão na definição do conceito deve-se, em grande parte, a razões de interesses metodológicos que dificultam a interpretação dos resultados das pesquisas realizadas (VALDÉS, 2000).

Neste sentido, o termo arousal precisa, também ser definido. Arousal se refere a uma ativação fisiológica e psicológica do organismo de uma pessoa que varia em um continuum, de um dormir profundo até um excitação intenso.

Para PARGMAN (1986), as reações de estresse são sempre acompanhadas de ativação fisiológica e mental (arousal), mas o inverso não é verdadeiro, ou seja, um elevado nível de arousal não necessariamente causa ansiedade.

Por outro lado, como já foi dito, o estresse psicológico é um processo onde as variáveis ambientais influenciam a percepção do atleta e esta percepção ativará manifestações psicobiológicas que irão interferir no desempenho esportivo. Estas manifestações psicobiológicas seriam ansiedade, portanto a ansiedade é uma manifestação do estresse.

Essas reações que podem ser negativas ou positivas influenciam o rendimento do ser humano nos seus diferentes aspectos como o cognitivo, afetivo e motor, inclusive, nos esportes competitivos.

2.2. ESTRESSE E RENDIMENTO NO ESPORTE

A natureza da relação entre ansiedade e rendimento é de alta complexidade, sobretudo porque é moderada por variáveis pessoais, situacionais e pelas características da tarefa (CRUZ,1996).

As primeiras teorias desenvolvidas que tentaram examinar e explicar a relação entre ansiedade e o rendimento foram as teorias do Drive e a do U invertido. Essas teorias tinham uma visão unidimensional do fenômeno, ou seja, estudavam apenas a relação entre ansiedade somática e o rendimento. Posteriormente, novas teorias foram sugeridas como a teoria multidimensional da ansiedade e a teoria da zona ótima de funcionamento (CRUZ, 1996). Pelo fato de serem as teorias mais utilizadas em pesquisas, cada uma delas será discutida a seguir.

O princípio básico da teoria do Drive é que o rendimento aumenta linearmente com o aumento da ativação. Segundo CRUZ (1996), a teoria do Drive foi modificada por SPENCE & SPENCE (1966).

Na versão modificada SPENCE & SPENCE propuseram que o rendimento é uma função multiplicativa da força do hábito e do Drive ($R=H \times D$).

Nesta teoria o conceito de Drive é utilizado como sinônimo de ativação fisiológica e a força do hábito refere-se à ordem hierárquica ou dominância de respostas corretas e incorretas numa tarefa/competência específicas. Os postulados básicos desta teoria sugerem um aumento da probabilidade de ocorrência de comportamentos ou respostas dominantes na hierarquia de respostas, quando aumenta a ativação ou Drive, envolvendo as seguintes implicações: 1) elevados níveis de ativação facilitam o rendimento de atividades bem aprendidas ou no caso de tarefas simples, onde as respostas dominantes na hierarquia estão corretas; 2) quando a tarefa não está bem aprendida ou as respostas dominantes são incorretas, aumentos de ativação deverão prejudicar o rendimento.

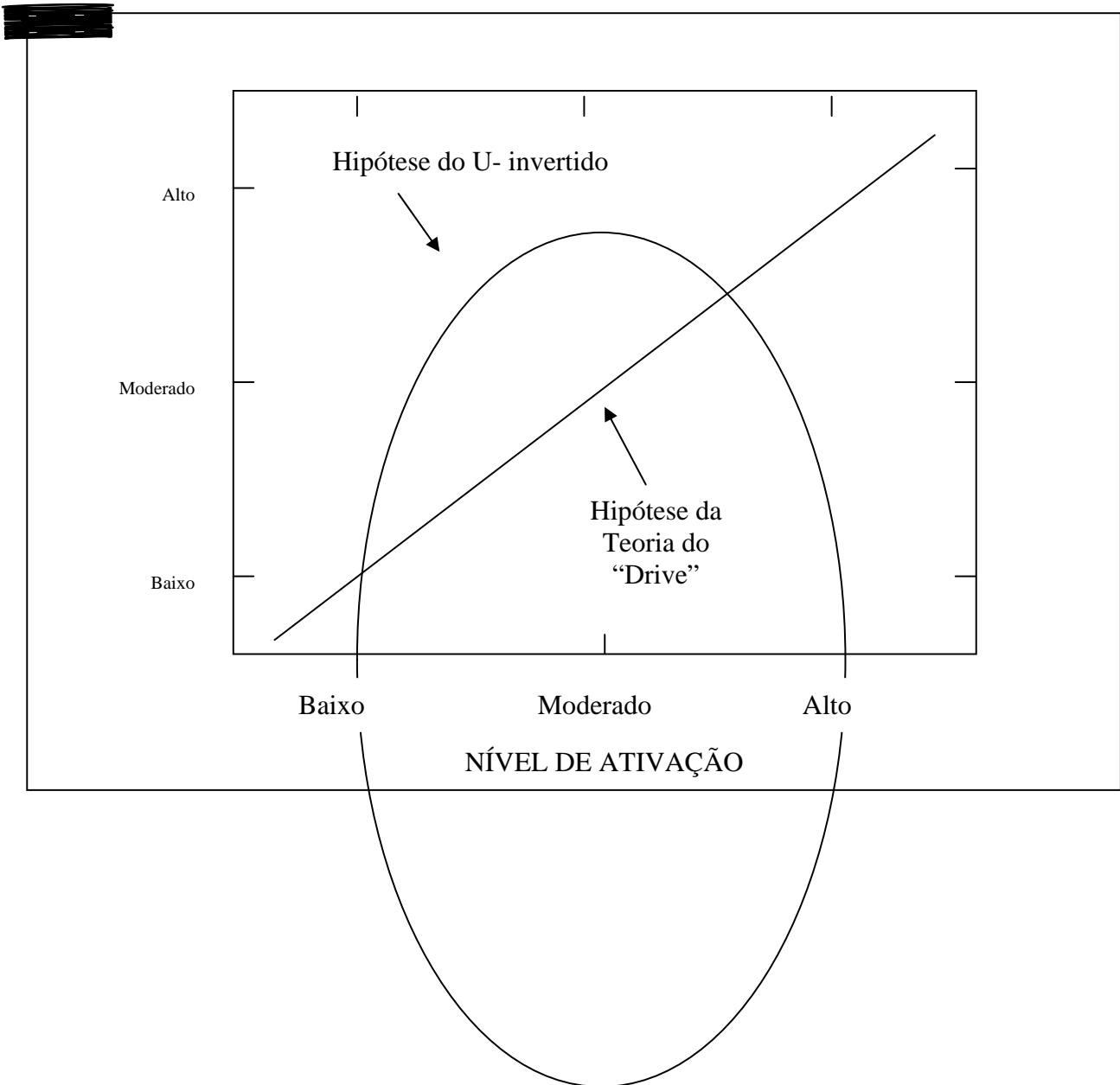
Portanto, a teoria do Drive prediz que o rendimento aumenta linearmente com o aumento da ativação, principalmente em tarefas bem aprendidas.

O pressuposto básico da teoria do Drive é que existe uma relação direta, linear e positiva entre o nível de ativação e o rendimento. Segundo CRUZ (1996), a pouca utilidade prática e a natureza ambígua e contraditória dos dados da investigação efetuada levaram a maioria dos investigadores a considerarem que a teoria do drive não oferece uma explicação adequada para a relação ansiedade-rendimento.

Uma alternativa à teoria do drive baseia-se na lei conhecida como a hipótese do U invertido (CRUZ,1996). De acordo com a hipótese do U invertido, à medida que aumenta a ativação assiste-se a um aumento no rendimento até um ponto ótimo a partir do qual aumentos posteriores de ativação geram decréscimo do rendimento. A FIGURA 4 ilustra bem os princípios das teorias do Drive e do U invertido.

FIGURA 4 - Relação ativação-rendimento: predições das hipóteses do U-invertido e da teoria do

Drive (In CRUZ, 1996)



KRANE (1992), em seu artigo de revisão, refere-se a vários problemas relacionados à teoria do U invertido. Esses problemas seriam tanto de ordem conceitual quanto de ordem metodológica e estatística. Conceitualmente ele salienta: a) dúvidas acerca da natureza correlacional ou causal entre ativação e rendimento; b) a utilização indiscriminada dos termos ansiedade e ativação; c) o fracasso no reconhecimento da natureza multidimensional da ansiedade; d) os mesmos estados fisiológicos são interpretados de forma diferente por cada atleta; e) a interpretação “questionável” das conclusões de estudos anteriores no que se refere à determinação ansiedade-rendimento (ansiedade

influencia o rendimento) ou da relação rendimento-ansiedade (rendimento anterior como antecedente do rendimento atual).

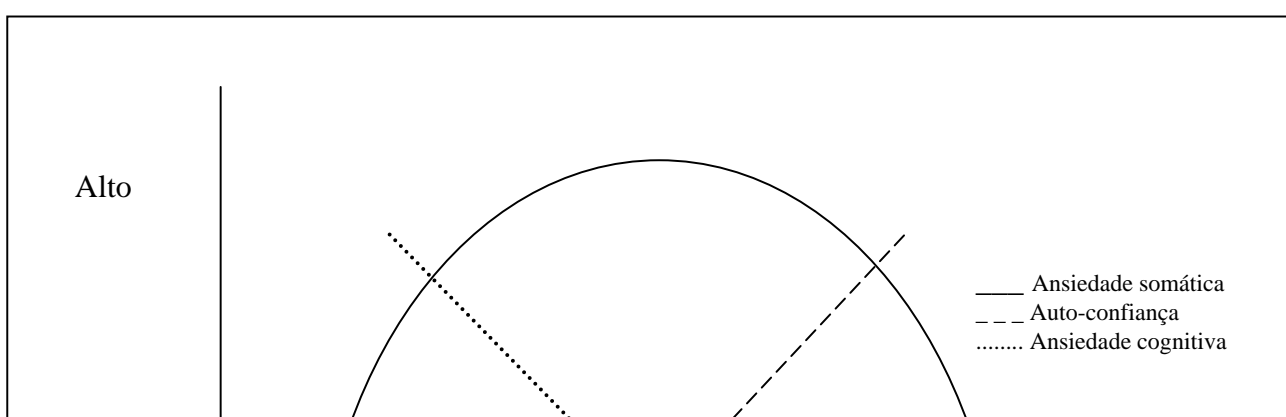
No que se refere a questões metodológicas e estatísticas o autor destaca: a) falta de avaliação adequada da relação curvilínea entre ansiedade e rendimento; b) problemas na definição operacional de rendimento (ex: medidas de resultados intersujeitos), comparando os rendimentos ou classificações num grupo de atletas; incapacidade de avaliar sub-componentes do rendimento ou competências específicas da modalidade; c) problemas no tratamento estatístico das diferenças individuais na ansiedade (não consideração de estatísticas intra-individuais ou estandardizadas da ansiedade).

Em resumo, a ansiedade é um construto complexo de natureza multidimensional que não pode ser descrito pela hipótese simplista e unidimensional das teorias do Drive e do U invertido.

Parece ser importante, também, para o entendimento da relação ansiedade-rendimento, o papel desempenhado pela complexidade da tarefa e pelas diferenças individuais.

A partir dos anos 80 e 90, começaram a ser desenvolvidas as teorias multidimensionais com destaque para a teoria multidimensional da ansiedade de MARTENS et al. (1990). Com base nos resultados obtidos com o instrumento CSAI-2, a teoria de MARTENS propõe que a ansiedade consiste em três sub-componentes: ansiedade cognitiva, ansiedade somática e autoconfiança. Esta teoria prediz que cada sub-componente se relaciona de forma diferente com o rendimento desportivo: A ansiedade cognitiva relaciona-se de forma linear negativa com o rendimento; a ansiedade somática relaciona-se de forma curvilínea (U-invertido) com o rendimento; a autoconfiança tem uma relação linear positiva com o rendimento.(FIGURA 5)

FIGURA 5. Relação entre as diferentes dimensões da ansiedade e o rendimento desportivo (MARTENS, 1996)



ansiedade e rendimento através de mais do que um componente. No esporte, como já foi dito, a teoria MARTENS e colaboradores (1990) foi a que obteve o maior destaque. MARTENS propõe que a ansiedade consiste em três sub-componentes: ansiedade cognitiva, ansiedade somática e autoconfiança. Esta teoria prediz que cada sub-componente se relaciona de forma diferente com o rendimento desportivo (FIGURA 10): A ansiedade cognitiva relaciona-se de forma linear negativa com o rendimento; A ansiedade somática relaciona-se de forma curvilínea (U-invertido) com o rendimento; A autoconfiança tem uma relação linear positiva com o rendimento (CRUZ,1996)

Mesmo assim, apesar da evidência empírica da natureza multidimensional da ansiedade competitiva, ainda permanece a necessidade de comprovação da teoria em investigações em contextos desportivos. Os resultados das pesquisas bem planejadas do ponto de vista metodológico foram contraditórios para os conceitos relacionados à teoria (CRUZ, 1996).

Uma outra alternativa que tenta explicar a relação ansiedade-rendimento foi sugerida pelo psicólogo soviético YURI HANIN (1989, 1997, 2000). Para HANIN, existe um estado de ansiedade ótimo (EAO), que é definido como o “nível de ansiedade-estado que permite a um determinado atleta atingir o seu melhor rendimento”. HANIN considera que a ansiedade-estado é individual, ou seja, cada atleta possui um nível próprio de ansiedade onde o rendimento é maximizado (este nível absoluto pode ser elevado, médio ou baixo). Para HANIN o funcionamento ótimo é o rendimento na tarefa que é facilitado pela ansiedade do indivíduo, ao fornecer-lhe uma elevada probabilidade de atingir os resultados esperados, geralmente próximos do seu potencial (HANIN,1993). De acordo com HANIN (1989), O nível ótimo de ansiedade que facilita o rendimento (EAO) pode ser avaliado de duas formas. A primeira é a avaliação sistemática dos níveis de ansiedade pré-competitiva e competitiva associados ao nível de rendimento. A segunda é a avaliação retrospectiva da ansiedade associada a um rendimento ou atuação anterior bem sucedida.

Com base nesses pressupostos HANIN desenvolveu o conceito de Zona Ótima de Funcionamento (ZOF), onde determinado nível de ansiedade possibilita o melhor rendimento do

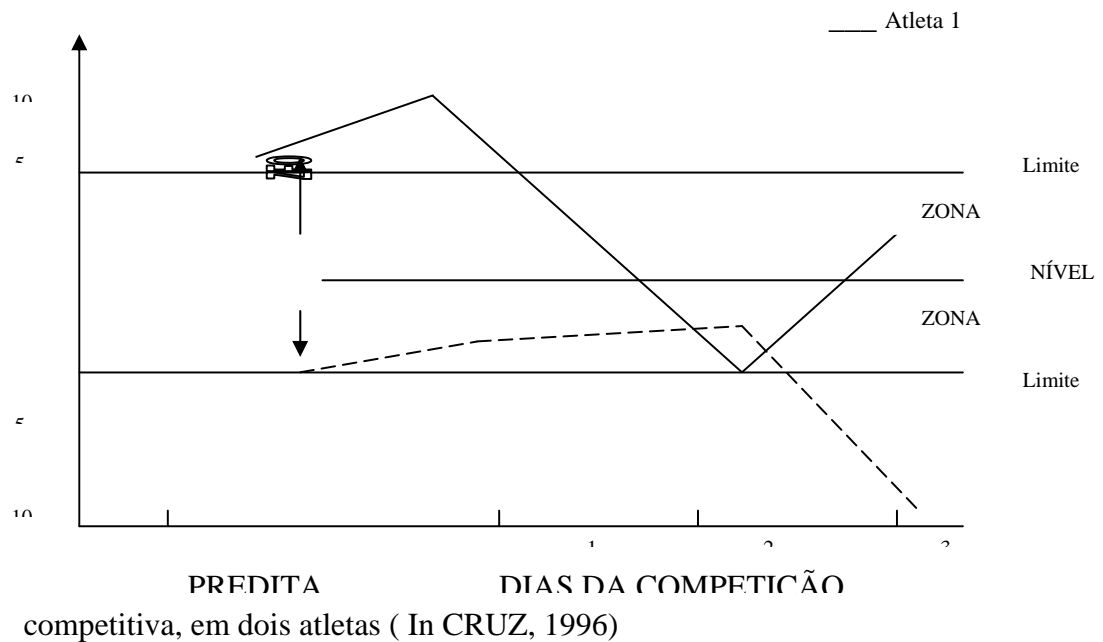
atleta. A operacionalização da ZOF considera o escore médio de ansiedade de um atleta antes de rendimentos bem sucedidos (mais ou menos quatro unidades do escore bruto no STAI). Para o estabelecimento dos limites superiores e inferiores da ZOF para cada atleta, são adicionados e subtraídos 4 pontos aos níveis ótimos de ansiedade-estado pré-competitiva, avaliados através do STAI.

A FIGURA 6 apresenta os escores anteriores e atuais do estado de ansiedade pré-competitiva em 2 atletas de remo (HANIN,1986). A avaliação do estado de ansiedade prevista foi efetuada uma semana antes da competição, enquanto as medidas atuais do estado de ansiedade durante a competição foram coletadas nos dias da competição. A análise destes dados demonstra que o conceito de ZOF pode ter implicações práticas importantes para o estudo da relação ansiedade-rendimento e, mais especificamente, evidencia a necessidade de aumentar os níveis de ansiedade pré-competitiva no atleta 2 e diminuir o nível no atleta 1.

A hipótese do modelo de HANIN postula, assim, que os atletas com estados de ansiedade dentro da ZOF tem melhores rendimentos que os atletas com os estados de ansiedade fora das respectivas ZOF's. HANIN (1986), destaca que o fato do atleta se encontrar na sua ZOF facilita, geralmente, a realização de um nível de rendimento que um estado de preparação física permite em um determinado momento.

CRUZ (1996), numa análise crítica ao modelo da ZOF, mesmo reconhecendo a aceitação da validade desta teoria na literatura mais recente, aponta para alguns aspectos que ainda não foram esclarecidos tanto do ponto de vista conceitual quanto em termos metodológicos.

FIGURA 6 - Zonas ótimas de funcionamento e níveis preditos e atuais da ansiedade pré-



Primeiramente, a hipótese central da teoria baseia-se em um modelo unidimensional da ansiedade. Desta forma, a teoria não reconhece a natureza multidimensional da ansiedade que levaria pelo menos ao desenvolvimento de duas ZOF's - uma para ansiedade cognitiva e outra para ansiedade somática (WEINBERG,1990). Por outro lado, o modelo de HANIN foi concebido com base em estudos com atletas de elite da ex-União Soviética, em modalidades onde esses atletas se encontravam entre os melhores do mundo. Os estudos que replicaram a teoria de HANIN apresentaram resultados contraditórios resultantes de dados coletados com atletas e ou estudantes do ensino secundário (KRANE,1993; GOULD, EKLUND & JACKSON, 1993).

Do ponto de vista estatístico, HANIN nunca descreveu e nem publicou dados detalhados para justificar e evidenciar as suas hipóteses. Além disso, os estudos efetuados que trouxeram

alguma evidência empírica para esta teoria recorreram a procedimentos e metodologias, não só em termos de cálculo da ZOF, mas também no uso de instrumentos de medidas distintos como o STAI (unidimensional) ou o CSAI-2 (multidimensional), por exemplo.

Como pode ser observado, a natureza da relação entre ansiedade e o rendimento desportivo é altamente complexa, sobretudo porque é moderada por variáveis pessoais, situacionais e pelas características da tarefa (CRUZ,1996). Os dados das pesquisas desenvolvidos até o momento dificultam, por questões conceituais ou metodológicas, a confirmação do poder explicativo e predictor das teorias que tentam estabelecer a relação entre ansiedade e rendimento (CRUZ, 1996).

Abordagens mais recentes tentam estabelecer relações com outros aspectos da relação entre ansiedade e rendimento na tentativa de entender o fenômeno (HARDY, 1990, 1996; JANELLE, 2002; MORAN, McGLADE, 2002; VICKERS 1996 a, b; WILLIAMS & ELLIOTT (1999); WILLIAMS, VICKERS, RODRIGUES & HILLS, 2000).

Porém, um avanço significativo no entendimento da natureza do estresse no esporte foi a noção de interpretação ou direção do estresse (BRANDÃO, 2000). Esta noção refere-se ao quanto os atletas rotulam a intensidade dos sintomas cognitivos e somáticos de estresse experienciados em um contínuo debilitativo-facilitativo (NTOUMANIS & BIDDLE, 2000). Esta distinção resultará em duas simples previsões: de atletas com alta percepção debilitativa da ansiedade, espera-se um desempenho ruim na tarefa e de atletas com alta percepção facilitativa da ansiedade, espera-se um ótimo desempenho na tarefa.

Os estudos de JONES (JONES, SWAIN & CALE, 1990; JONES & SWAIN, 1992 e 1995; JONES, SWAIN & HARDY, 1993; JONES & HANTON, 1996; JONES, HANTON & SWAIN 1994; JONES 1995 a; b; c), têm demonstrado que não basta analisar se determinados fatores geram ou não estresse, mas, principalmente, deve-se analisar a percepção “direcional dos sintomas”, uma vez que a natureza da interpretação individual dos sintomas pode ser entendida como negativa ou positiva para a performance subsequente.

Desta forma, a percepção do indivíduo acerca da situação que ele enfrenta, no momento, pode produzir tanto um estresse negativo (distress) quanto um estresse positivo (eustress). Para VALDÉS (2000), discordando conceitualmente de estresse negativo e positivo, a interpretação produzirá respectivamente ansiedade e ativação no atleta.

O modelo debilitativo-facilitativo de ansiedade competitiva de JONES & SWAIN (1995), prevê que o controle perceptivo sobre o enfrentamento (coping) e o alcance da meta é um mediador importante na interpretação da ansiedade.

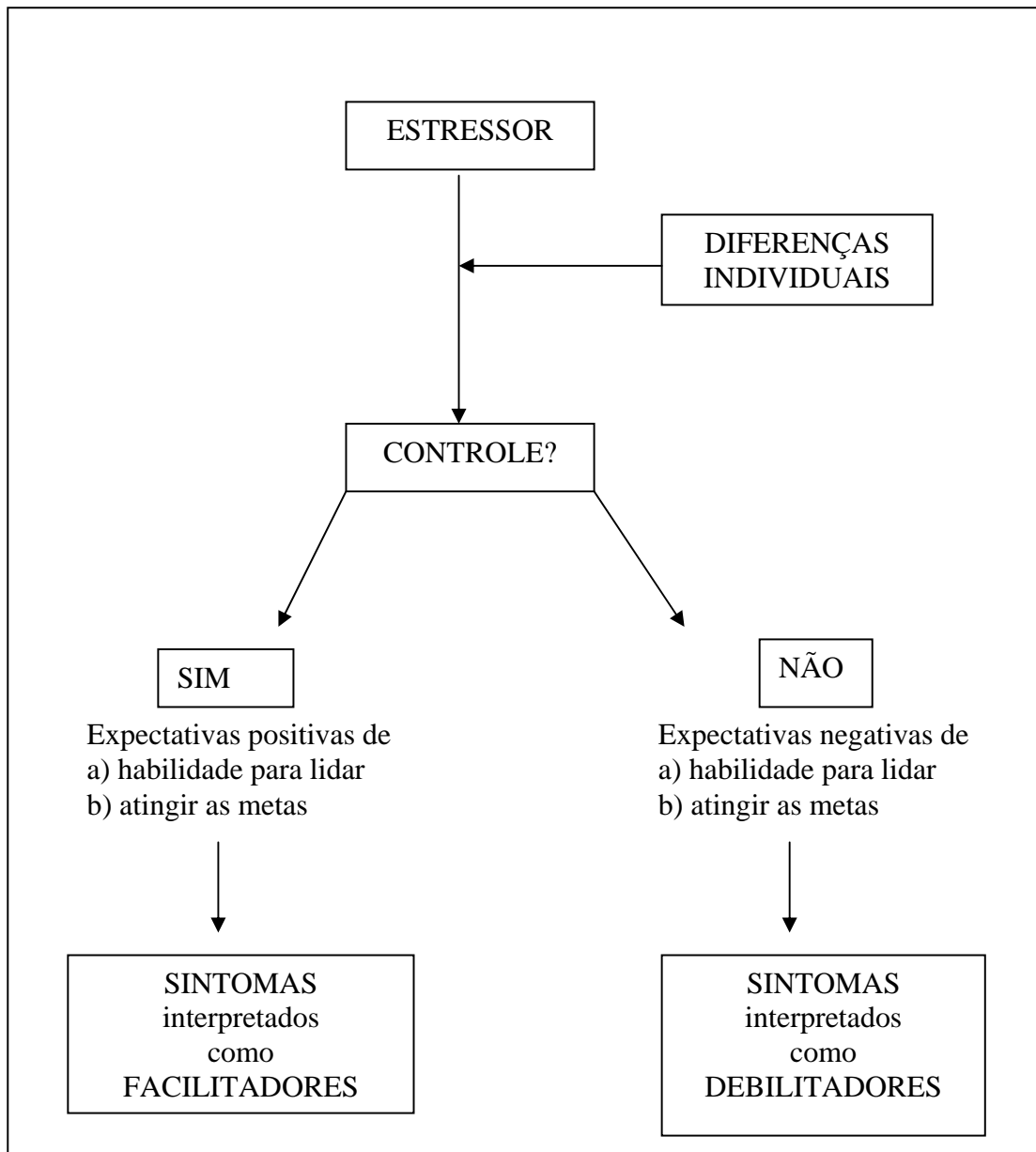
No modelo de JONES (FIGURA 7), a ansiedade é interpretada como facilitativa quando as expectativas de controle são positivas e debilitativa quando as expectativas de controle são negativas. O controle da situação resulta da interpretação cognitiva que o atleta exerce sobre o ambiente e de si mesmo, ou seja, sobre o comportamento e a performance no esporte competitivo.

Os atletas que percebem que são capazes de enfrentar a situação estressora e de atingir a meta, tendem a interpretar a situação como facilitadora, e os que percebem a si mesmos como não tendo controle sobre a situação estressora tendem a interpretar a situação como debilitadora da performance.

Neste sentido, o evento ou situação estressora é um estímulo que pode ser avaliado tanto negativa quanto positivamente. Dependendo desta avaliação a resposta do atleta poderá ser uma reação de ansiedade negativa com alterações no sistema nervoso autônomo desfavoráveis para o rendimento ou uma reação de “coping” que produzirá reações positivas para o enfrentamento da situação (FIGURA 8).

Esta visão recebe o suporte da teoria da emoção de LAZARUS (2000) que considera a ansiedade como um reflexo da incerteza produzida pela dúvida em atingir a meta e a capacidade de enfrentar (coping) a situação.

FIGURA 7 -Modelo de controle de stress (adaptado de Jones, 1995, p.466, In BRANDÃO, 2000).



Muitos estudos têm sido feitos sobre enfrentamento ou coping das situações pré-competitivas no esporte (ANSHEL, 1990; HOLT & HOGG, 2002; AYGUL, AKOVA & GUR, 2001; PENSGAARD & DUDA, 2002; GAUDREAU, BLONDIN & LAPIERRE, 2002).

Os estudos de JONES, SWAIN & HARDY (1993), JONES, HANTON & SWAIN (1994); JONES e SWAIN, 1995; FLETCHER e HANTON (2001), demonstraram que atletas de elite e de alta performance interpretavam a intensidade e direção dos seus sintomas como mais facilitativas

para a performance do que os atletas que não eram da elite ou eram menos habilidosos em competições.

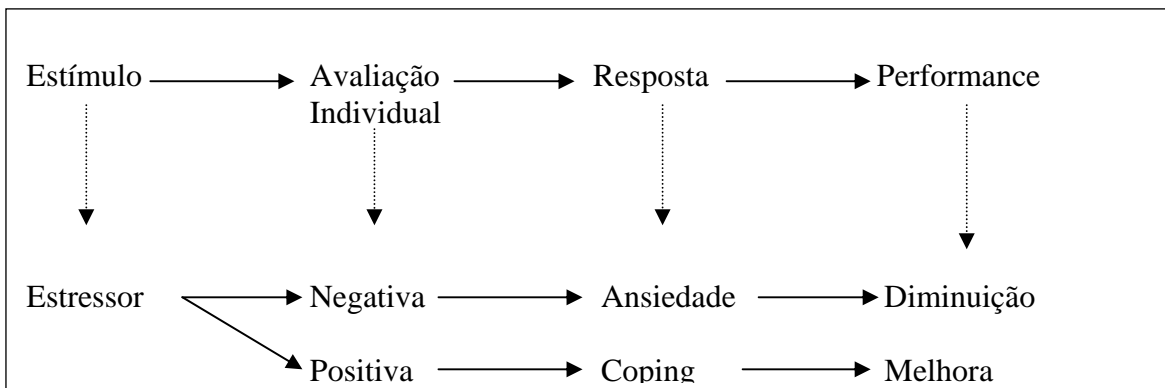
Esses resultados indicaram que a habilidade de enfrentar positivamente as situações foi aprendida e desenvolvida pelos atletas de alta performance e evidenciaram a influência desta habilidade no desenvolvimento da ansiedade competitiva.

Segundo FLETCHER & HANTON (2001), quatro linhas de pesquisas vêm sendo utilizadas para estudar a relação entre habilidades psicológicas de enfrentamento (coping) e os sintomas de ansiedade pré-competitiva. A primeira, conduzida por MAYNARD, HEMMINGS & WARWICK (1995), examinou o efeito de várias técnicas de redução de ansiedade pré-competitiva em atletas de futebol. Os resultados indicaram que houve redução da intensidade da ansiedade pré-competitiva e a melhoria da autoconfiança, via técnica de relaxamento. A segunda, conduzida por JONES e HANTON (1996) demonstrou que nadadores com expectativas positivas de atingir a meta, relataram sintomas de ansiedade cognitiva e somática mais facilitativa para a performance do que os nadadores com expectativas negativas para atingir a meta. A terceira, utilizou imagens mentais positivas e negativas para a performance de jogadores de futebol (HALE & WHITEHOUSE, 1998).

Os jogadores com imagens mentais positivas e facilitadoras da performance apresentaram um nível de ansiedade menor em relação aos jogadores de imagens negativas. A quarta linha de pesquisa, desenvolvida por HANTON & JONES (1999), utilizou diferentes abordagens metodológicas para que nadadores de elite percebessem sintomas pré-competitivos como facilitadores da performance. Os nadadores melhoraram os seus resultados e refinaram as técnicas dos nados. Especificamente essas rotinas envolveram o uso de imagem mental, estratégias de orientação às metas e a racionalização entre pensamento e sentimento para manter a interpretação facilitativa do agente estressor.

Desta forma, pode-se dizer que o estresse é um aspecto inegável no esporte de alto rendimento que pode ser experienciado antes, durante ou depois das competições.

FIGURA 8–Avaliação dos estressores e a sua relação com a provável resposta (BRANDÃO, 2000)



O estresse pode ser um fator positivo, se for visto como necessário para se alcançar e manter um nível de ativação (arousal) psicológica e somática ótimas para o rendimento antes e durante as competições ou negativos quando fatores externos conduzem a emoções negativas e ao aumento da ansiedade negativa prejudiciais para o rendimento esportivo.

2.3. ESTRESSE E FUTEBOL

O jogador de futebol, especialmente no Brasil, sofre muitas pressões psicológicas de torcedores, dos parentes e amigos, dos adversários, dos companheiros de equipe, dos dirigentes e da imprensa. O ambiente esportivo e o ambiente competitivo atuam, também, como fatores de estresse nos jogadores. A disputa de um jogo no próprio campo ou no campo do adversário, por exemplo, caracteriza situações distintas que envolvem fatores de estresse específicos. A reação emocional do jogador dependerá da avaliação subjetiva que será feita. Dependendo da avaliação, a reação poderá ser de tensão, ansiedade e nervosismo ou de motivação. Essas reações vão influenciar o rendimento deste jogador.

BRANDÃO (2000), comenta alguns estudos sobre estresse no futebol. Os primeiros foram os de RIEDER & RIEDER e MACHTS & VICTOR. Nestes dois estudos foram considerados, pelos jogadores, como fatores de motivação para a performance esportiva: as derrotas anteriores, a influência da torcida e os resultados inesperados do time adversário. Por outro lado, estar mal

fisicamente, condições competitivas desconfortáveis, ações fracassadas no começo da competição, conflitos com o treinador, problemas com os árbitros, a crítica contínua do treinador, vinda do banco e as críticas negativas dos companheiros de time, foram considerados como fatores prejudiciais à performance.

Em seguida, o estudo de TEIPEL (1993), afirmando que o mesmo ampliou estes estudos e elaborou dois questionários, um sobre condições específicas de estresse no futebol enfocando aspectos do ambiente esportivo, aspectos da competição (jogo) e aspectos da temporada futebolística e outro sobre a avaliação dos efeitos de estresse competitivo sobre a performance.

Segundo BRANDÃO, os resultados encontrados pelo autor quanto aos aspectos do ambiente esportivo, aspectos da competição (jogo) e aspectos da temporada futebolística indicam que perder ou empatar um jogo “em casa” foram considerados mais estressantes do que perder ou empatar um jogo “fora de casa”, isto é, no campo do adversário. Estar perdendo de goleada, o relacionamento com os árbitros, estar nas últimas posições do campeonato depois de 5 jogos e/ou na metade do campeonato também foram avaliados como altamente estressantes.

A análise da avaliação dos efeitos do estresse competitivo sobre a performance do jogador mostrou que a performance melhora quando a torcida apóia a equipe, quando há uma derrota anterior para o adversário, ou quando é considerado como favorito. Porém, a performance diminui quando o atleta falha em jogadas no início do jogo, tem problemas para dormir, tem conflitos com o treinador, companheiros de time ou familiares e tem a sensação de estar mal fisicamente.

SAMULSKI (1991), identifica em seu estudo os seguintes fatores de estresse que podem influenciar o desempenho dos jogadores: fator externo representado por situações como torcida violenta, pouca segurança no estádio, condições inadequadas do campo; fator relacionado às necessidades primárias representado por situações como mudança de fuso horário, clima e alimentação em competições em outros países; fator de performance representado por situações como necessidade da vitória, cobrança de um pênalti, marcação de um gol contra, entrar no jogo com a responsabilidade de virar o placar; fator social representado por situações como conflito com

o técnico, com colegas de equipe, com o clube, com familiares, problemas com escola e estudo; e outras situações como mudança de técnico, de direção do clube e renovação de contrato que os autores consideraram como demais estressores.

Considerando a experiência no esporte como uma condição para enfrentar as situações de estresse em competições SAMULSKI & CHAGAS (1992), analisaram o estresse psíquico na competição em jogadores de futebol de campo das categorias infantil e juvenil. Os resultados demonstraram que conflitos com o treinador, companheiros de time e familiares; nervosismo excessivo; dormir mal na noite anterior à competição e sensação de debilidade física foram consideradas as situações mais estressantes para os jogadores. As situações como a influência de espectadores; haver perdido do adversário anteriormente; ser favorito e jogar contra adversários desconhecidos foram consideradas as mais motivantes para os jogadores.

Na comparação por faixa etária (menos de 16 anos e mais de 16 anos), os jogadores de mais idade apresentaram uma maior estabilidade emocional e uma resistência também maior ao estresse competitivo.

SAMULSKI & CHAGAS (1996), com base nos testes de FRESTER (1976), elaboraram o “teste de estresse no futebol” e analisaram o estresse psíquico na competição de jogadores de futebol de campo das categorias juvenil e júnior. Utilizaram, também, uma versão adaptada do instrumento desenvolvido por TEIPEL (1993) com o objetivo de avaliar qual o grau de influência de cada situação estressante. Os resultados evidenciaram alguns pontos de relação entre estresse psíquico e o futebol, especialmente com jogadores em início de carreira. Não foram encontradas diferenças significativas ao se comparar jogadores das categorias juvenil e júnior.

BRANDÃO (2000), com o objetivo de investigar os impactos de fatores de estresse no futebol, utilizou o “Inventário de stress no futebol – ISF” de sua autoria composto por 77 itens gerais e específicos do futebol, para estudar a percepção do estresse de jogadores por tempo de profissão e posição de jogo.

Foram avaliados 17 goleiros, 41 zagueiros, 47 meio-campistas e 32 atacantes. Destes, 36 tinham mais de 8 anos de profissão e 44 menos de 3 anos de profissão.

Os resultados demonstraram que os jogadores experienciam uma variedade de fontes de estresse, indicando que a percepção das fontes estressantes é trans-situacional. Pode-se inferir, neste estudo, que existem diferenças na avaliação dos itens de estresse entre as posições do jogo, provavelmente relacionadas com a especificidade das posições. Verificou-se, também, que os diferentes tempos de experiência profissional podem representar diferenças na percepção de estresse.

BRANDÃO, VALDÉS & GONZÁLEZ (2001) em um estudo intercultural compararam estresse em jogadores de futebol profissional sendo 44 do Brasil e 27 da Colômbia.

Foram encontradas diferenças significativas entre os dois grupos em um grande número de itens do teste. Os autores consideraram que os resultados deste tipo de estudo devem ser levados em conta na preparação psicológica de atletas que participam de confrontos internacionais.

CAPITANIO (2002), ampliando os estudos sobre fatores de estresse para jogadoras de futebol, utilizou um instrumento não específico para o futebol – formulário para Identificação de Situações de Stress (FISS) – elaborado por DE ROSE JR. (1999), para uma análise descritiva das situações mais críticas de estresse em futebolistas infanto-juvenis de ambos os sexos.

Os resultados revelaram que as mulheres sofrem maiores níveis de estresse em comparação com os homens, bem como maior influência de fatores pré-competitivos, como por exemplo, relações sociais.

O pressuposto que prevalece nesses trabalhos sobre estresse no futebol é que a interpretação subjetiva das situações determina o tipo de expectativa, negativa ou positiva, desenvolvida pelo atleta em relação ao alcance da meta, que poderá dificultar ou facilitar o desempenho dos jogadores.

2.4. FORMAS DE MEDIR ESTRESSE

Historicamente, as pesquisas que estudaram a relação entre ansiedade e desempenho em diferentes aspectos, trouxeram grandes contribuições para a psicologia do esporte. Pesquisas

psicológicas sobre aprendizagem e performance, por exemplo, deram origem à Escala de Ansiedade Manifesta (Manifest Anxiety Scale - MAS), de autoria de TAYLOR (1953).

Outros instrumentos foram muito utilizados no esporte (ZUCHERMAN, 1960; CATTELL & SCHEIER, 1963; ZUCHERMAN & LUBIN, 1965). Em geral, pessoas com escores elevados nesses tipos de teste apresentam uma maior dificuldade de aprendizagem e de performance em determinada habilidade.

O instrumento clássico muito utilizado em pesquisas de estresse foi o Inventário de Ansiedade Estado-Traço (State-Trait Anxiety Inventory - STAI), que mede tanto ansiedade de traço como ansiedade de estado (SPIELBERG, 1984).

Este instrumento possui itens relacionados à ansiedade de traço (T-anxiety) e ansiedade de estado (S-anxiety). Nos itens relacionados à ansiedade de traço o sujeito recebe a instrução para responder como ele se sente dentro de uma escala de frequência de sintomas de ansiedade de 4 pontos: “quase nunca”; “de vez em quando”; “freqüentemente”; “quase sempre”. Os itens representativos de ansiedade de traço no inventário são: “Eu sinto nervosismo e impaciência”; “Eu me aborreço muito com coisas sem importância”; “Falta-me confiança”. Para responder os itens relacionados à ansiedade de estado, o sujeito deveria indicar como eles se sentiam no momento, dentro de uma escala de 4 pontos: “de jeito nenhum”; “um pouco”; “moderadamente”; “muito”.

Os itens representativos de ansiedade de estado (S-anxiety), são: “eu me sinto tenso”; “eu me sinto preocupado”; “eu me sinto nervoso”. Os escores do inventário de ansiedade de estado de SPIELBERG (1983) seguem uma direção que varia de intensidade. Escores baixos indicam calma, serenidade; escores intermediários indicam níveis moderados de tensão e nervosismo; escores elevados indicam altos níveis de apreensão e medo muito próximos do pânico. Verifica-se que o instrumento de Spielberg preocupa-se em medir, nos itens relacionados com a ansiedade de traço, a frequência dos sentimentos. Nos itens relacionados à ansiedade de estado, os sentimentos do momento.

Um dos primeiros instrumentos desenvolvidos para medir, especificamente, o estresse no ambiente esportivo foi o Teste de Ansiedade Competitiva no Esporte (Sports Competitions Anxiety Test - SCAT), de MARTENS (1977).

Até a década de 80 os pesquisadores utilizavam instrumentos que mediam unidimensionalmente os níveis de ansiedade pré-competitiva, ou seja, mediam a ansiedade cognitiva. A partir dos anos 90 os pesquisadores, reconhecendo o caráter multidimensional da ansiedade, passaram a utilizar, também, instrumentos de medida multidimensionais. A teoria multidimensional de maior destaque nas pesquisas no esporte é a de MARTENS et al. (1990).

O inventário competitivo de ansiedade de estado - 2 (CSAI-2), desenvolvido por MARTENS, et al. (1990), propõe que a ansiedade consiste em três sub-componentes: ansiedade cognitiva, ansiedade somática e autoconfiança.

Na teoria de MARTENS, a ansiedade cognitiva caracteriza-se por expectativas negativas, perda de concentração e pensamentos de fracasso. A ansiedade somática relaciona-se à percepção de sintomas fisiológicos como tensão, taquicardia, mãos úmidas e a autoconfiança que é o nível de confiança que o indivíduo tem de atingir a meta.

O CSAI - 2 engloba um total de 27 itens distribuídos por três escalas: ansiedade cognitiva (9 itens); ansiedade somática (9 itens); autoconfiança (9 itens). Os atletas respondem a cada item optando por uma alternativa numa escala de 4 pontos (nada=1; muito=4). Os escores de cada escala ou dimensão são obtidos somando os valores atribuídos em cada um dos respectivos itens. A pontuação mínima da escala é de 9 pontos e a máxima é de 36 pontos. A pontuação atingida em cada dimensão reflete os níveis de ansiedade cognitiva, ansiedade somática e autoconfiança.

Posteriormente JONES e SWAIN (1992) modificaram o CSAI - 2 para incluir uma direcionalidade na escala pela qual era perguntado aos sujeitos como eles percebiam os sintomas de ansiedade pré-competitiva - de forma positiva ou de forma negativa para a performance.

No caso de influência negativa ou positiva, em que extensão. A inclusão da direcionalidade e da intensidade no CSAI-2 aumentou o interesse dos pesquisadores pelo uso deste instrumento.

Além disso, muitos estudos revelaram que a interpretação direcional dos sintomas de ansiedade é um melhor previsor de performance do que medidas de intensidade de ansiedade (WOODMAN & HARDY, 2001).

É importante ressaltar que estes testes possuem uma orientação centrada nos sintomas ou reações emocionais do atleta, provavelmente pela estreita relação que existe entre o agente estressor e a reação emocional de um atleta em determinada situação (DE ROSE JUNIOR & VASCONCELLOS, 1997).

Porém a forma mais eficiente de medir o estresse esportivo é através de listagens de situações de estresse relacionadas a uma determinada modalidade esportiva (DE ROSE JUNIOR & VASCONCELLOS, 1993; SAMULSKI & CHAGAS, 1996; BRANDÃO, 2000).

A identificação de situações específicas forma a base para a construção de instrumentos de medidas confiáveis na avaliação da ansiedade e a sua relação com o rendimento no esporte.

Esta identificação permite o estudo do estresse na perspectiva da relação entre o indivíduo e o meio ambiente, na percepção subjetiva e na atribuição de juízos de valor que o indivíduo tem sobre o estímulo do meio em que atua (LAZARUS & FOLKMAN, 1984).

3. MÉTODO

3.1. AMOSTRA

Participaram deste estudo 472 homens, jogadores de futebol do Distrito Federal, provenientes de 28 clubes que disputaram campeonato em uma das seguintes ligas: Federação Brasiliense de Futebol, da Liga de Futebol Amador do Gama e da Associação Atlética Acadêmica da Universidade de Brasília.

Os participantes tinham idades entre 15 e 50 anos ($20,5 \pm 4,9$ anos), sendo profissionais ($n=159$), amadores ($n=203$) e universitários ($n=110$).

A distribuição por faixa etária destes atletas foi a seguinte: sub 17 ($n=125$), sub 20 ($n=97$) e acima de 20 anos (250). A TABELA 1 mostra a distribuição da amostra por categorias

TABELA 1: Caracterização sócio-demográfica da amostra de participantes ($N = 472$).

Categoria	Frequência	Percentagem
Profissional	159	0,34
Amador	203	0,43
Universitários	110	0,23
Total	472	100
Categoria/Idade	Frequência	Percentagem
Sub 17 anos	125	0,27
Sub 20 anos	97	0,20
Acima 20 anos	250	0,53
Total	472	100

3.2. INSTRUMENTO

Foi utilizado o “Inventário de Stress no Futebol - ISF” desenvolvido por (BRANDÃO, 2000) que avalia 77 situações de estresse que podem interferir no rendimento esportivo.

O instrumento de BRANDÃO (ANEXO I), que descreve situações de estresse gerais e específicas do futebol foi elaborado e validado com atletas profissionais do futebol brasileiro.

A construção do instrumento foi realizada em oito etapas e obedeceu aos critérios estabelecidos por PRIETO (1999). A grande contribuição do ISF foi a de construção de itens que refletem o contexto único do esporte.

Os sujeitos do estudo foram jogadores de futebol pertencentes a 4 clubes das regiões sudeste e sul do Brasil: Sociedade Esportiva Palmeiras, Grêmio Foot-ball Portoalegrense, Sport Clube Internacional e Etti-Jundiaí. No instrumento desenvolvido por Brandão, a construção dos itens foi baseada em uma revisão histórica do estresse no esporte, especificamente em testes para avaliar estresse no futebol (FRESTER, 1976; SAMULSKI & CHAGAS, 1992; TEIPEL, 1993).

Os itens foram testados em um grupo exploratório (BRANDÃO, MEDINA & MARTINHO, 1998; BRANDÃO & WINTERSTEIN, 1999), com 24 jogadores do Internacional de Porto Alegre, para verificar a clareza das instruções e dos enunciados dos itens. A escala do inventário é do tipo Likert com 7 pontos que representam a direcionalidade dos fatores de estresse, podendo ser negativa, neutra ou positiva. As formas negativa e positiva apresentam as alternativas “muito”, “mais ou menos” e “pouco”. A forma neutra apresenta apenas uma alternativa.

Os resultados revelaram 7 fatores de estresse: situações de fracasso iminente ou real; situações de aspecto de competição; situações de demanda física e psicológica; situações de conflito; situações de perturbação; situações de risco; situações de crítica e apreensão.

A análise de precisão do instrumento, através do coeficiente “*alpha de Cronbach*”, demonstrou que o instrumento é válido e fidedigno para o estudo da relação entre estresse e desempenho de jogadores de futebol.

O instrumento proposto por BRANDÃO tem grandes implicações práticas, em termos de estratégias de intervenção no futebol, que podem ajudar os jogadores a enfrentar as situações estressoras que fazem parte do dia-a-dia, pois além de identificar as situações específicas do futebol, indica a extensão e a direcionalidade da reação emocional do atleta em relação ao seu desempenho.

3.3. PROCEDIMENTOS

O ISF foi aplicado com a autorização dos técnicos e dirigentes das equipes que participaram do estudo, nos intervalos e ou finais dos treinamentos e competições, nos locais em que os eventos estavam sendo realizados.

As instruções para o preenchimento do questionário fazem parte do seu cabeçalho e foram comentadas, bem como as dúvidas dos atletas esclarecidas antes de se iniciar as respostas.

3.4. TRATAMENTO ESTATÍSTICO

O estudo dos fatores geradores de estresse no futebol incluiu a análise fatorial do instrumento ISF e a análise da comparação entre faixas etárias e categorias. Utilizou-se no processamento estatístico dos dados o programa SPSS versão 10.0.

Antes de se iniciar as análises dos dados foi feita uma verificação no banco de dados com as seguintes observações: havia menos de 5% de missings por item, logo não foi necessário utilizar nenhuma substituição de missings. As análises foram realizadas solicitando tratamento pairwise.

Foram 25 outliers univariados nos itens idade, 28, 37, 38, 59, 75. E considerando o ponto de corte de 8 variáveis a um $p=0,001$ foram 9 outliers multivariados. Não houve caso de distribuição que necessitasse de transformação após a retirada dos outliers.

A análise fatorial dos dados incluiu: 1) decisão sobre o número de fatores, através da análise dos componentes principais; 2) validade de construto ou de conceito, através da análise fatorial dos itens; 3) precisão do instrumento, cuja análise foi realizada através da verificação da consistência interna dos fatores, considerando o coeficiente *alpha de Cronbach*.

Para a análise das comparações múltiplas entre as categorias utilizou-se a técnica estatística ANOVA. No estudo das diferenças estabeleceu-se a comparação entre jogadores das ligas amadora x profissional; amadora x universitária e profissional x universitária e das faixas etárias acima de 20 x sub-20 anos, sub 20 x sub 17 anos e sub-17 x acima de 20 anos.

4. ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

4.1. ANÁLISE FATORIAL DO INSTRUMENTO

4.1.1. ANÁLISE DOS COMPONENTES PRINCIPAIS

Inicialmente foi realizada uma análise dos componentes principais a fim de verificar a fatorabilidade da matriz. Foram analisados os seguintes índices: KMO (0,82); teste de esfericidade de Bartlett (Quiquadrado=10644,74 com $p < 0,001$) e determinante do posto da matriz (0,000). Tais índices foram considerados satisfatórios, indicando que a matriz é fatorável. O índice determinante do posto da matriz (0,000) além de indicar a fatorabilidade da matriz, aponta para a existência de mais de um fator, pois o valor zero, é um indicador de que o posto da matriz é menor que o número de variáveis.

Para a definição do número de fatores foram utilizados alguns critérios. Se for considerado o critério K-1, que aceita como componentes todos os fatores com eigenvalue maior ou igual a 1, o número de fatores costuma ser muito alto, compondo uma solução não parcimoniosa para o modelo fatorial. Por isso, avalia-se, conjuntamente, a variância explicada que deve ser maior do que 3% por fator (HARMAN, apud PASQUALI, 2002). Desta forma, o número máximo de fatores deveria ser três, conforme pode ser observado na TABELA 2, a seguir.

TABELA 2: Variância explicada e eigenvalues

COMPONENTES	TOTAL	% de VARIANCIA	% CUMULATIVA
1	9,471	12,300	12,300
2	7,089	9,206	21,506
3	3,155	4,098	25,604
4	2,114	2,745	28,349
5	1,931	2,508	30,857

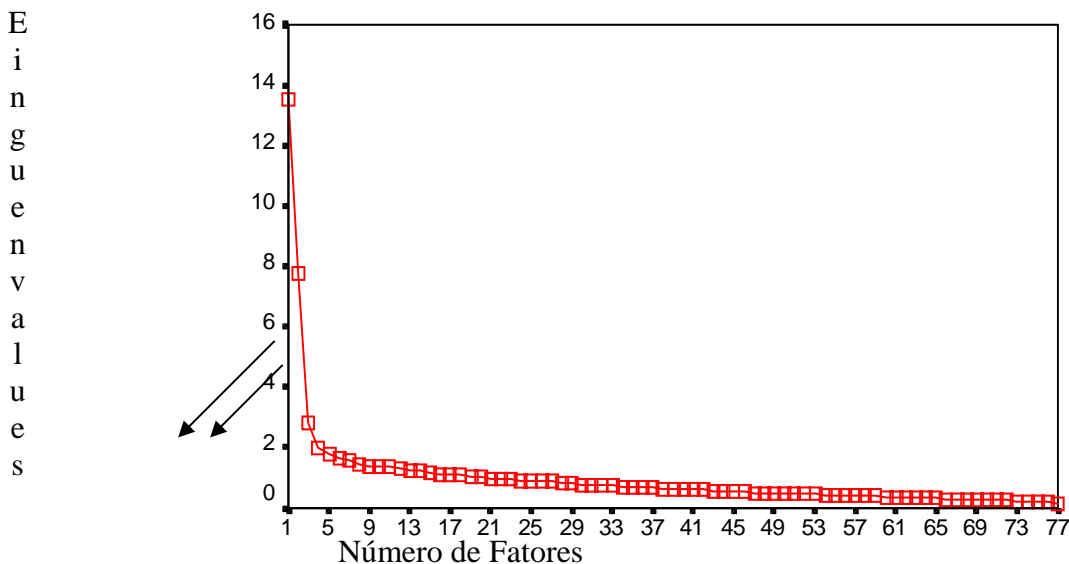
Nota: Parte dos dados foi suprimida, uma vez que a solução baseada no eigenvalues chega a 25 fatores.

Ainda para estimar o número de dimensões do construto, existe o teste de *scree* de CATELL (apud PASQUALI, 2002) que considera o momento da curva em que a descida deixa de ser íngreme e passa a ser praticamente uma constante, à direita, como ponto que indica o número

máximo de dimensões do construto. Neste caso, este ponto seria de três ou quatro componentes, conforme pode ser observado nas setas indicativas da FIGURA 9.

Com base nesses resultados preliminares, foram rodadas análises fatoriais com método de extração *Principal Axis Factoring* (PAF) com rotação promax. Esta técnica se aproxima de uma análise fatorial confirmatória, pois é indicada para casos em que já se conhece a matriz fatorial do instrumento e se produz uma rotação oblíqua a partir de uma solução ortogonal (PASQUALI, 2002).

FIGURA 9 - Gráfico de sedimentação dos eigenvalues.



4.1.2. VALIDADE E PRECISÃO DO INSTRUMENTO

A análise dos componentes principais evidenciou três (3) fatores a partir das respostas dadas aos 77 itens do inventário pelos 472 atletas da amostra. Além da dimensão do construto, verificou-se a coerência teórica e consistência interna dos fatores (medida através do *alfa de Cronbach*) e o poder explicativo do instrumento, que confirmam a evidência de três fatores, TABELA 3.

A coerência teórica do instrumento é medida através das cargas fatoriais de cada item, ou seja, a correlação que cada item tem com o fator.

TABELA 3: Inventário de estresse no futebol – matriz de correlação.

ITEM	DESCRIÇÃO DO ITEM	FATORES		
		F1	F2	F3
52	Saber que será titular com antecedência	0,76		
40	Jogar um clássico	0,70		
19	Jogar “em casa”	0,66		
25	Interesse de outro time por seu futebol	0,66		
55	Ficar concentrado na véspera do jogo	0,65		
34	Fazer alongamento	0,64		
32	Fazer treino de velocidade	0,61		
20	Assumir responsabilidades dentro do grupo	0,61		
43	Treinar logo cedo	0,61		
49	Cobrança de si mesmo para jogar bem	0,61		
45	Ser avisado que será titular minutos antes do jogo	0,61		
06	Estabelecimento de metas muito altas	0,55		
48	Treinar em 2 períodos	0,53		
26	Jogar à noite	0,52		
51	Pressão do técnico para vencer	0,52		
53	Aquecimento muito forte antes do jogo	0,50		
60	Jogar pela manhã	0,50		
69	Muito treino de resistência	0,48		
42	Muito treino físico	0,46		
31	Jogar à tarde	0,45		
50	Comportamento dos jornalistas antes do jogo	0,45		
21	Competição muito longa	0,40		
68	Pré temporada fora do local de rotina	0,40		
07	Jogar contra adversários desconhecidos	0,39		
76	Jogar em posição improvisada	0,39		
62	Fazer muitos exercícios de musculação (aparelhos)	0,39		
22	A cobrança dos jornalistas através da imprensa	0,35		
05	Ser o favorito	0,35		
54	“Bronca” do técnico durante a preleção	0,33		
37	Fazer gol contra		0,68	
38	Perder um pênalti		0,66	
36	Perder gol “feito”		0,63	
30	Gozação do adversário durante a partida		0,63	
17	Ter perdido do mesmo adversário mais de uma vez		0,61	
33	Quando sua equipe toma um gol		0,59	
70	Levar “chapéu” ou “caneta” durante o jogo		0,59	
29	Levar “chapéu” ou “caneta” durante treino		0,54	
08	Derrotas anteriores		0,53	
65	Terminar o primeiro tempo perdendo o jogo		0,52	
35	Ter perdido de goleada		0,52	
39	Pressão de outras pessoas para ganhar		0,51	
12	Derrotas no começo do torneio		0,50	
23	Treinar mal o coletivo final (apronto para a partida)		0,49	
46	Levar “bronca” do técnico no intervalo da partida		0,39	
18	Jogar com torcida contra		0,38	
72	Errar jogadas no final do jogo		0,37	

ITEM	DESCRIÇÃO DO ITEM	FATORES		
		F1	F2	F3
56	Tomar cartão amarelo		0,36	
13	Levar “bronca” de um companheiro durante o jogo		0,35	
77	Jogar contra um adversário agressivo		0,34	
75	Falta de união de grupo			0,79
59	Entrar em jogo machucado			0,66
09	Discordâncias ou conflitos com o treinador			0,58
73	Falta de preparação psicológica			0,56
61	Conflitos com familiares			0,55
63	Ser cortado no vestiário antes do jogo			0,49
74	Preparação técnico-tática inadequada			0,48
10	Discordâncias ou conflitos com os companheiros de time			0,48
47	Viagem muito longa			0,47
28	Jogar em campo ruim			0,45
01	Não estar bem fisicamente			0,45
64	Receber ameaças do árbitro durante uma partida			0,39
03	Nervosismo excessivo			0,38
67	Jogadas erradas em momentos decisivos			0,34
04	Dormir mal na noite anterior à competição			0,34
15	Ser prejudicado pelos árbitros			0,34
71	Jogar com muito calor			0,34
	Alfa de Cronbach	0,91	0,89	0,85
	Eigenvalues	10,21	10,01	8,26
	Número de Itens	29	20	17
	Variância Total Explicada = 28,71%			

Nota: Itens com cargas fatoriais inferior a 0,329 foram desconsiderados.

As cargas fatoriais, assim como os coeficientes de correlação sofrem uma variação de 1,00 a -1,00, sendo que quanto mais próximo de 1,00, maior a correlação existente entre o item e o fator, significando que compartilham da mesma variância, ou seja, têm a variância como fator comum (PASQUALI, 2002).

Com base no critério de carga fatorial superior a 0,329 (TABACHNICK & FIDELL, 1998), onze, (11) itens do ISF foram excluídos (02,11,14,16,24,27,41,44,57,58,66). Permanecendo devidamente os fatores um (1), dois (2) e três (3) com 29, 20 e 17 itens (TABELA 3). Ainda na TABELA 3, verifica-se que todos os fatores apresentam alta consistência interna: Fator 1 (alfa, 0,91); Fator 2 (alfa, 0,89); Fator 3 (alfa, 0,85). Este coeficiente, muito utilizado na área de Estudos Sociais (PASQUALI, 2002), estabelece a expectativa de erro da medida feita, sendo que quanto mais próximo de 1,00, menor a expectativa de erro e, conseqüentemente, maior a

confiabilidade do instrumento. A interpretação dos fatores foi realizada com base no conteúdo semântico dos itens que os compõem e utilizou, para tanto, os itens de maior carga fatorial como ponto de referência, conforme a teoria de BRANDÃO (2000). Desta forma, os três fatores encontrados receberam a seguinte denominação:

Fator 1 – Situações de competição: dizem respeito a eventos que comumente estimulam a competição entre os jogadores, são exemplos: saber que será titular com antecedência (52); jogar um clássico (40); jogar “em casa” (19). Este fator obteve consistência interna de 0,91.

Fator 2 – Situações de fracasso iminente ou real: estão relacionados a situações ameaçadoras que podem produzir no atleta um sentimento de fracasso iminente ou real, são exemplos: fazer gol contra (37); perder um pênalti (38) e perder gol feito (36). Este fator obteve consistência interna de 0,89.

Fator 3 – Situações de demanda física e psicológica: caracterizam-se por exigir do atleta demasiado esforço físico ou psicológico. Os itens: falta de união do grupo (75); entrar em jogo machucado (59) e discordâncias ou conflitos com o treinador (09), são exemplos de demanda física e psicológica. Este fator obteve consistência interna de 0,85.

Com a análise da matriz de correlação entre os fatores, disposta na TABELA 4, percebe-se que existe uma relação forte entre os fatores de *situações de fracasso iminente ou real* e *situações de demanda física e psicológica*. As demais relações não alcançaram o mesmo índice. Na relação entre fatores correlações maiores que 0,30 não devem ser desconsideradas (PASQUALI,2002).

TABELA 4: Matriz de correlação entre os fatores

FATOR	1	2	3
1	1,00		
2	0,29	1,00	
3	0,12	0,55	1,00

Foi realizada a análise fatorial com a amostra de atletas profissionais de futebol do Distrito Federal (n=159) e os resultados apontaram para uma solução composta de 3 (três) fatores com bons índices de confiabilidade e poder explicativo. Os índices analisados foram: KMO = 0,70, teste de esfericidade de Bartlett (quadrado = 6059,87, com $p < 0,001$ e Determinante do Posto da Matriz = 0,000. Na definição do número de fatores alguns critérios foram observados. Pelo critério de eigenvalue superior a 1 seriam 25 fatores, o que é uma solução com um número muito elevado de fatores. Com o critério de porcentagem de variância superior a 3%, obtém-se três fatores. Pelo screeplot seriam 4 fatores. Com base nesses critérios foram rodadas análises fatoriais com a extração dos componentes principais com rotação promax, de 4, 3 e 2 fatores e a melhor solução foi a de 3 fatores. Esses resultados confirmaram a solução encontrada na amostra total evidenciando a diferença da percepção de estresse entre os jogadores do sul e sudeste e os da região centro-oeste do Brasil.

A exclusão de itens, bem como a diferença da estrutura fatorial encontrada com a proposta original (BRANDÃO, 2000), demonstra que a região do país, a condição de profissional ou amador e a faixa etária estudada alteram a percepção das situações estressoras. O conteúdo de cada fator parece abarcar com propriedade sua definição teórica. Desta forma, considera-se que o objetivo principal do estudo foi alcançado. Além de reforçar a possibilidade de utilização do referido instrumento, o presente estudo alerta para necessidade de constante verificação da estrutura fatorial para a amostra considerada, para só então estabelecer comparações entre as categorias existentes, pois o construto estudado pode não se apresentar da mesma forma.

Os resultados deste estudo foram semelhantes aos encontrados no estudo de BRANDÃO. Na variável experiência, avaliada através das faixas etárias, observou-se uma tendência dos jogadores de menos idade de avaliarem as situações negativas ou positivas com maior intensidade do que os jogadores de mais idade na maioria das situações. A direcionalidade e a percepção das situações pelos atletas profissionais serão discutidas mais adiante.

Ressalta-se, ainda, que além das variáveis experiência por tempo na profissão e posição no jogo estudadas por BRANDÃO, outras variáveis podem ser comparadas tais como idade e a condição do jogador pertencer às ligas profissional, amadora e universitária.

4.2. ANÁLISE DA PERCEPÇÃO DO ESTRESSE POR CATEGORIAS

4.2.1. ANÁLISE DOS RESULTADOS POR LIGAS

A primeira análise utilizou como critério de classificação o fato dos jogadores pertencerem às ligas amadora, profissional e universitária. Os resultados em cada uma dessas categorias demonstraram que a percepção das situações no fator 1 – **Situações de competição**, que dizem respeito a eventos que comumente estimulam a competição entre os jogadores, foi semelhante em todas as categorias. A interpretação das situações de competições pode ser positiva e condutora da ação que possibilitará o jogador atingir a meta. Porém, a interpretação negativa pode impedir o jogador de lidar de forma adequada com as demandas da competição. A interpretação dos jogadores das três categorias desse estudo foi positiva na maioria dos itens.

Os jogadores da liga amadora interpretaram negativamente os itens: 22 (cobrança de jornalista através da imprensa); 50 (comportamento de jornalistas através da imprensa); 68 (pré-temporada fora do local de rotina); 76 (jogar em posição improvisada).

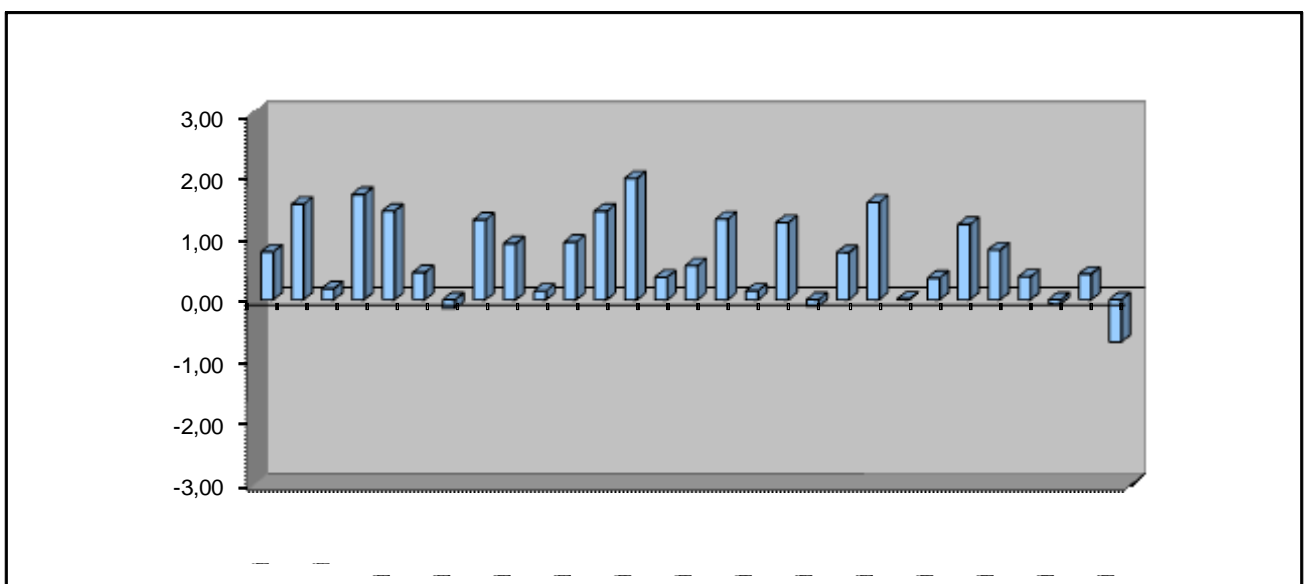
Os jogadores da liga profissional interpretaram negativamente apenas o item 76 (jogar em posição improvisada).

Os jogadores da liga universitária interpretaram negativamente os itens: 22 (cobrança de jornalista através da imprensa); 50 (comportamento dos jornalistas antes do jogo); 53 (aquecimento muito forte antes do jogo); 54 (bronca do técnico durante a preleção), 62 (fazer muitos exercícios de musculação); 68 (pré-temporada fora do local de rotina); 76 (jogar em posição improvisada). A intensidade da influência negativa em todos os itens foi mínima e muito próxima da neutralidade nas três categorias. Porém, o item 76 (jogar em posição improvisada) foi avaliado com maior intensidade nas três categorias (TABELA 5).

A avaliação negativa de jogar em uma posição improvisada demonstra que o processo de adaptação é difícil e, em geral prejudica o rendimento do atleta que esteja atuando fora da sua posição. A crise recente entre Diego e o técnico do Santos Futebol Clube, ilustra as dificuldades que um atleta sente ao atuar fora das suas características. O técnico Leão exigiu do atleta que se colocasse mais à frente, próximo à área adversária. Com isso, aumentou a pressão por gols, que o jogador não aceita por ser armador. Nesta condição, o jogador tem fugido de suas características de armador, tarefa que outro jogador vem fazendo (Jornal de Brasília, 07/04/2004). Este desencontro fez com que o treinador substituísse o atleta durante a partida em alguns jogos. O treinador acabou sendo demitido pelo clube, dentre outros motivos, por essas desavenças com o jogador.

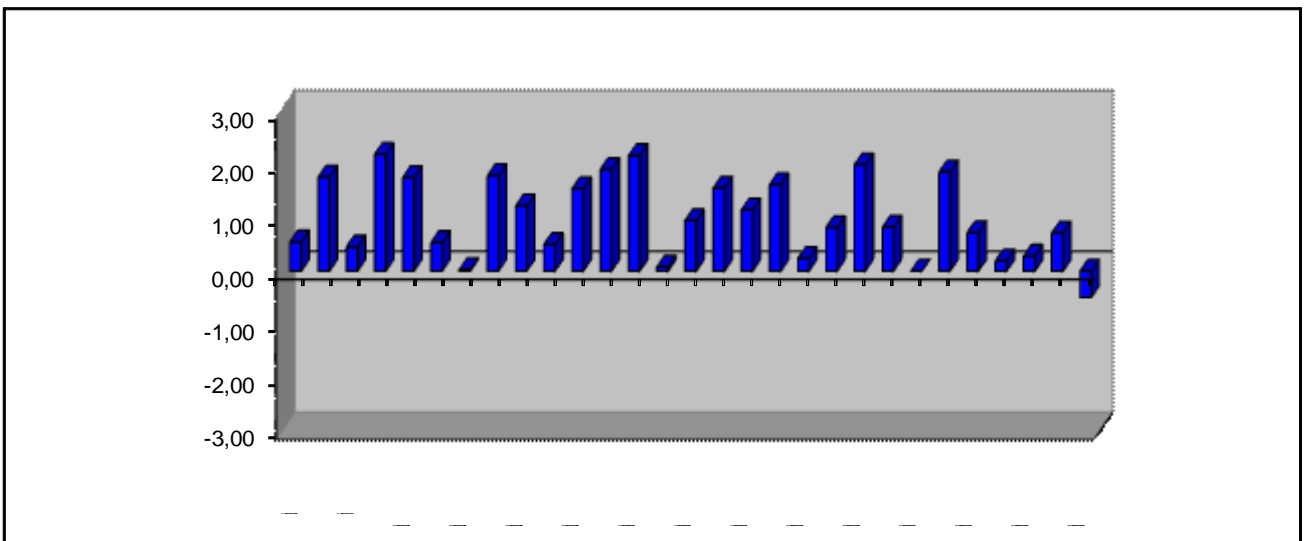
Entre os jogadores da liga amadora (FIGURA 10), o item que atingiu a maior média positiva foi o 40 (jogar um clássico). Este item se apresentou como um estímulo positivo em todas as categorias. A rivalidade entre equipes desportivas atua, freqüentemente, como um elemento motivador do bom desempenho. Especialmente se a orientação motivacional do grupo estiver orientada para o resultado - razões relacionadas com a vitória, reconhecimento social e recompensas provenientes da participação desportiva (CRUZ, 1996). Assim, jogar um clássico foi considerado como situação de influência positiva neste estudo.

FIGURA 10: Estresse em jogadores da liga amadora – Fator 1



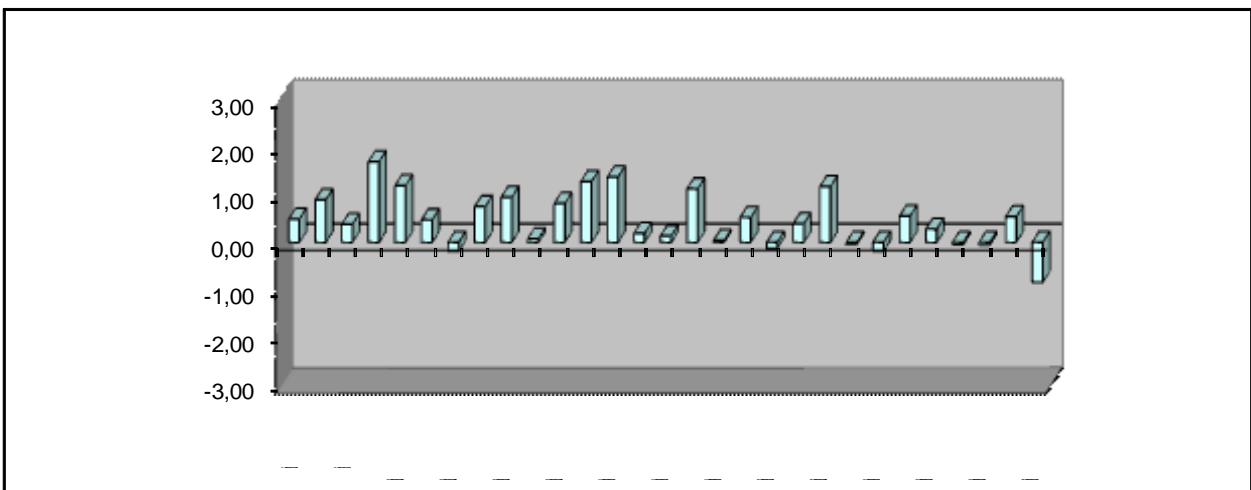
Os atletas da liga profissional (FIGURA 11), além do item 40 (jogar um clássico), consideraram o item 19 (jogar em casa) como positivo (média 2,18). Esta percepção está relacionada, provavelmente, ao fato do adversário ter a maior responsabilidade de alcançar o resultado e se isto demorar acontecer no decorrer da partida a pressão da torcida local pode atrapalhar o desempenho da equipe que tem a torcida a seu favor.

FIGURA 11: Estresse em jogadores da liga profissional – Fator 1



Na liga universitária a maioria das percepções foi positiva, mas em intensidade menor em relação aos jogadores da liga amadora e profissional (FIGURA 12). As diferenças nos níveis de percepção podem ser verificadas na TABELA 5.

FIGURA 12: Estresse em jogadores da liga universitária – Fator 1



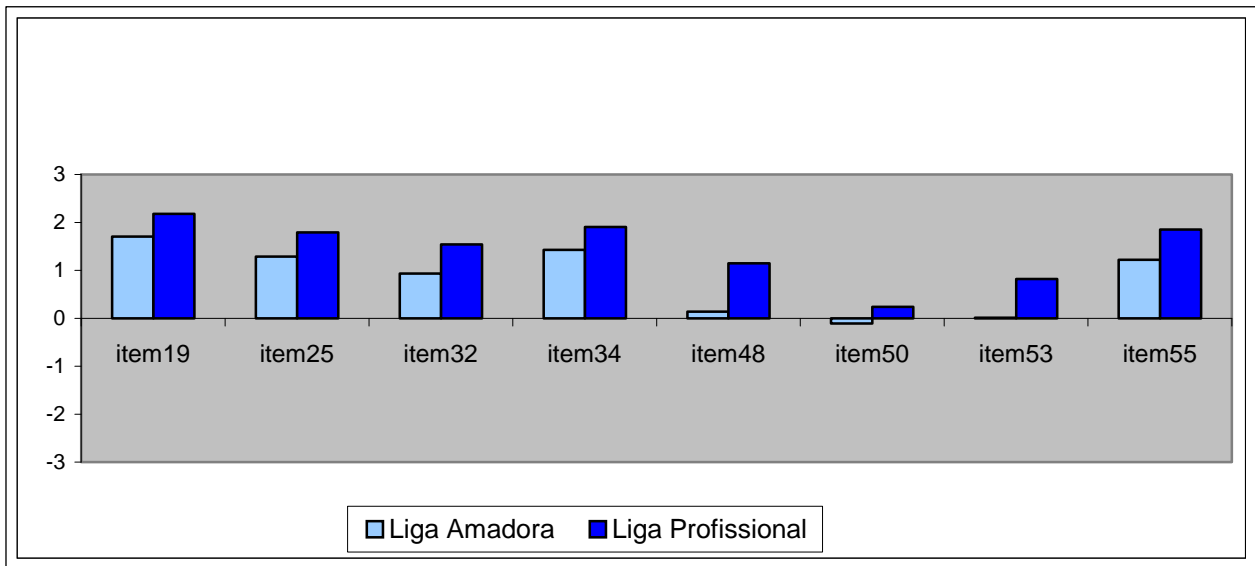
Entre jogadores das ligas amadoras e profissional as diferenças significativas foram nos itens: 19 (jogar em casa); 25 (interesse de outro time pelo seu futebol); 32 (fazer treino de velocidade); 34 (fazer alongamento); 48 (treinar em dois períodos); 50 (comportamento de jornalista antes do jogo); 53 (aquecimento muito forte antes do jogo); 55 (ficar concentrado na véspera do jogo).

TABELA 5: Estresse entre jogadores das ligas amadora, profissional e universitária - Fator 1.

Fator 1	Liga Amadora		Liga Profissional		Liga Universitária		ANOVA		
	Média	Desvio Padrão	Média	Desvio Padrão	Média	Desvio Padrão	Amador X Profissional	Amador X Universitário	Profissional X Universitário
item5	0,77	1,763	0,55	1,677	0,48	1,382			
item6	1,54	1,817	1,76	1,760	0,89	1,607		*	***
item7	0,18	1,599	0,45	1,600	0,38	1,240			
item19	1,70	1,912	2,18	1,477	1,68	1,175	*		*
item20	1,43	1,670	1,75	1,417	1,18	1,323			
item21	0,44	1,718	0,54	1,840	0,47	1,208			
item22	-0,14	1,303	0,03	1,425	-0,18	0,697			
item25	1,29	1,810	1,79	1,690	0,74	1,279	*	*	***
item26	0,90	1,786	1,22	1,582	0,94	1,334			
item31	0,14	1,782	0,50	1,717	0,07	1,103			
item32	0,93	1,997	1,54	1,826	0,81	1,398	**		**
item34	1,43	1,950	1,90	1,662	1,26	1,403	*		**
item40	1,96	1,550	2,16	1,482	1,36	1,347		**	***
item42	0,36	2,070	0,08	2,135	0,19	1,467			
item43	0,55	1,888	0,95	1,659	0,13	1,388			***
item45	1,30	1,817	1,55	1,713	1,11	1,376			
item48	0,14	1,837	1,15	1,879	0,04	1,338	***		***
item49	1,25	1,978	1,62	1,837	0,52	1,759		**	***
item50	-0,11	1,180	0,24	1,167	-0,12	0,749	*		*
item51	0,76	1,832	0,82	1,810	0,39	1,244			
item52	1,57	1,946	1,99	1,528	1,16	1,314			***
item53	0,01	1,948	0,82	1,851	-0,04	1,317	***		***
item54	0,35	1,815	0,00	1,606	-0,19	0,978		*	
item55	1,22	1,735	1,85	1,550	0,55	1,071	***	**	***
item60	0,80	1,979	0,72	1,792	0,28	1,563			
item62	0,37	1,871	0,19	1,891	-0,05	1,307			
item68	-0,06	1,507	0,28	1,801	-0,06	0,871			
item69	0,41	1,902	0,71	1,923	0,53	1,259			
item76	-0,68	1,561	-0,49	1,718	-0,83	1,193			

Nota: *Nível de Significância < 0,05; **Nível de Significância < 0,01; ***Nível de Significância < 0,001.

Verifica-se que há diferenças nas reações emocionais dos jogadores. A maioria das situações foi percebida como positiva pelas duas categorias, mas a intensidade foi maior entre os atletas profissionais talvez porque as situações sejam mais estressoras e importantes entre os atletas profissionais (FIGURA13).

FIGURA 13: Diferenças significativas no Fator 1 entre jogadores das ligas amadora e profissional

O item 19 atingiu a maior média de intensidade positiva entre os jogadores profissionais. A vantagem de jogar em casa em disputas esportivas é um fenômeno que pode ser influenciado por vários fatores: viagem realizada pelo visitante que atua como elemento que pode provocar fadiga e a influência da torcida local antes e durante os jogos. O número maior de torcedores locais e o barulho da torcida incentivando a sua equipe é uma vantagem para a equipe que joga em casa (AGNEW & CARRON, 1994; NEVILL, NEWELL & GALE (1996) e NEVILL & HOLDER, 1999). O jogo em casa traz uma motivação talvez provocada por alterações hormonais favoráveis ao desempenho dos jogadores da casa, principalmente se a rivalidade for exacerbada (NEAVE e WOLFSON, 2003).

“A presença da torcida será fundamental para incentivar a nossa equipe” (técnico Paulo Bonamigo do Clube Atlético Mineiro, Correio Brasiliense, 07/04/2004).

“Jogamos em casa e é inadmissível que não tomemos a iniciativa da vitória”, técnico Cuca do São Paulo Futebol Clube (Correio Brasiliense, 07/04/2004).

“Se tivéssemos em casa, talvez pudéssemos segurar o Palmeiras. Agora será difícil”. Presidente do Paulista de Jundiaí (Correio Brasiliense, 04/04/2004).

SILVA (2004), analisou os resultados de 806 partidas do campeonato brasileiro de futebol profissional das séries A e B de 2003. Os resultados ratificaram as evidências da vantagem de jogar

em casa com aproveitamentos de 68,71% para a série A e 68,46% para a série B do total de pontos disputados nas partidas analisadas.

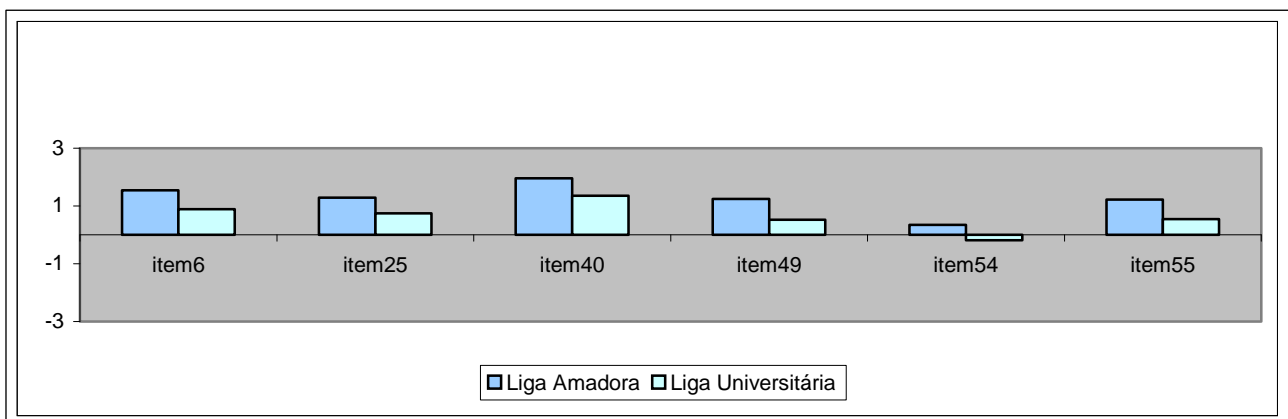
Mas quando a torcida é exigente e não está satisfeita com o desempenho da equipe, a pressão por desempenho pode prejudicar.

“A pressão é forte antes, durante e será assim após o jogo também, conseguindo ou não a classificação” Pedrinho jogador do Palmeiras (Jornal de Brasília, 07/04/2004).

“Lá, a torcida incentiva por 15, 20 minutos. Se as coisas não dão certas, começa a pressionar e os jogadores ficam com medo de errar”. Danrlei ex-goleiro do Grêmio Football Porto-Alegrense (Jornal de Brasília, 16/04/2004).

Na comparação entre os atletas da liga amadora e os atletas da liga universitária verifica-se na TABELA 5, que os itens com diferenças significativas foram: 6 (metas muito altas, por exemplo querer ser campeão brasileiro); 25 (interesse de outro time pelo seu futebol); 40 (jogar um clássico); 49 (cobrança de si mesmo para jogar bem); 54 (bronca do técnico durante a preleção); 55 (ficar concentrado na véspera do jogo). A maioria dos itens foi percebida como de influência positiva para os atletas, mas a intensidade foi maior para os atletas amadores (FIGURA 14).

FIGURA 14: Diferenças significativas no Fator 1 entre jogadores das ligas amadora e universitária



Varias destas situações se referem a fatores pessoais relacionados às demandas psicológicas e expectativas relacionadas com o desempenho. Segundo BRANDÃO, VALDÉS & GONZALEZ (2001), essas expectativas têm dois componentes importantes: metas e pressão. As metas tratam da

ambição do atleta de atingir determinado resultado esportivo e a pressão corresponde à necessidade de atender as demandas da imprensa, de si mesmo e de outras pessoas para cumprir as metas estabelecidas, obrigação de vencer ou de alcançar um resultado esperado.

As metas devem corresponder às reais capacidades e condições em que o atleta se encontra no momento para produzir efeitos ou reações positivas (GRAHAM, KOVALSKI & CROCKER, 2002).

Entretanto a obrigação de ganhar pode ser prejudicial pela pressão exercida sobre o atleta. A ginasta Daiane dos Santos está sofrendo pressão elevada da imprensa e de todos os brasileiros pela cobrança de ganhar uma medalha nas Olimpíadas de 2004:

“Não penso nesta pressão que todos falam. Não tenho obrigação de ganhar nada... vou dar o meu máximo... não vou prometer nada para ninguém... procuro não pensar na pressão...os torcedores querem tanto isso. Se você não estiver com a cabeça legal, pode te atrapalhar”. (Folha de São Paulo, 02/04/2004).

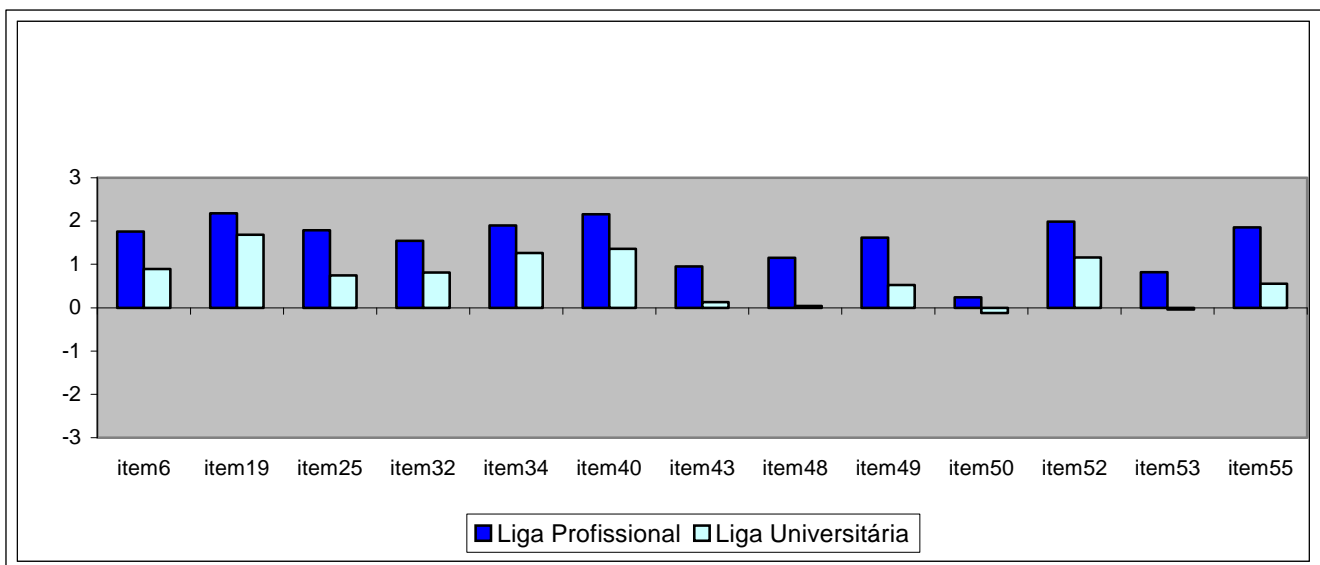
Os dados referentes à comparação entre jogadores da liga profissional e universitária (FIGURA 15), indicam a existência de diferenças significativas nos itens: 6 (estabelecimento de metas muito altas); 19 (jogar em casa); 25 (interesse de outro time pelo seu futebol); 32 (fazer treino de velocidade); 34 (fazer alongamento); 40 (jogar um clássico); 43 (treinar logo cedo); 48 (treinar em dois períodos); 49 (cobrança de si mesmo para jogar bem); 50 (comportamento de jornalistas antes dos jogos); 52 (saber que será titular com antecedência); 53 (aquecimento muito forte antes dos jogos); 55 (ficar concentrado na véspera do jogo).

No Fator 1, a maior quantidade de itens (13) com diferença significativa foi na comparação entre jogadores profissionais e jogadores universitários que parece destacar o caráter profissional dos jogadores por um lado e a prática do futebol na perspectiva do lazer por parte dos jogadores universitários. Dos 13 itens 46% referem-se a situações de demanda física que abrange aspectos de treinamento e competição. Parece que os atletas universitários não percebem tanto a necessidade ou não estão motivados para situações como: treinar em dois períodos, treinar cedo, fazer alongamento, fazer treino de velocidade, aquecimento forte antes do jogo e ficar concentrado na véspera do jogo.

Verifica-se no Fator 1 que os resultados dos jogadores da liga profissional deste estudo apresentaram dois itens que foram percebidos, respectivamente, com médias semelhantes a dos atletas profissionais do estudo de BRANDÃO (2000): 20 (assumir responsabilidade dentro do grupo: 1,75; 2,56); 52 (saber que será titular com antecedência: 1,99; 2,77).

A comparação dos resultados demonstrou que a direcionalidade foi a mesma para os dois grupos, porém a intensidade foi maior para os jogadores profissionais do estudo de BRANDÃO.

FIGURA 15: Diferenças significativas no Fator 1 entre jogadores das ligas profissional universitária



O Fator 2 - **Situações de Fracasso iminente ou real** – está relacionado a situações ameaçadoras que podem produzir no atleta um sentimento de fracasso iminente ou real. O medo é um sentimento primitivo do ser humano produtor de reações negativas que induz o atleta a produzir o que ele mais teme, o erro (ROFFÉ, 1999). ROFFÉ cita duas expressões usadas por esportistas experientes e de alto rendimento que definem bem os efeitos deste tipo de pressão sobre o jogador. A primeira é a do ex-jogador argentino Jorge Valdano, campeão mundial pela Argentina na Copa do Mundo do México em 1986: “El miedo escenico”. A apresentação do jogador e a expectativa do público ou do torcedor em relação ao seu desempenho funcionam como um mecanismo de pressão que atemoriza o atleta.

A segunda, representa uma analogia que costuma ser muito utilizada em discussões acadêmicas que é a comparação entre o funcionamento do homem e da máquina. Garry Kasparov, jogador soviético campeão mundial de xadrez por muitos anos, ao ser derrotado por uma máquina de última geração, a DEEP BLUE, afirmou: “ela não sente pressão”.

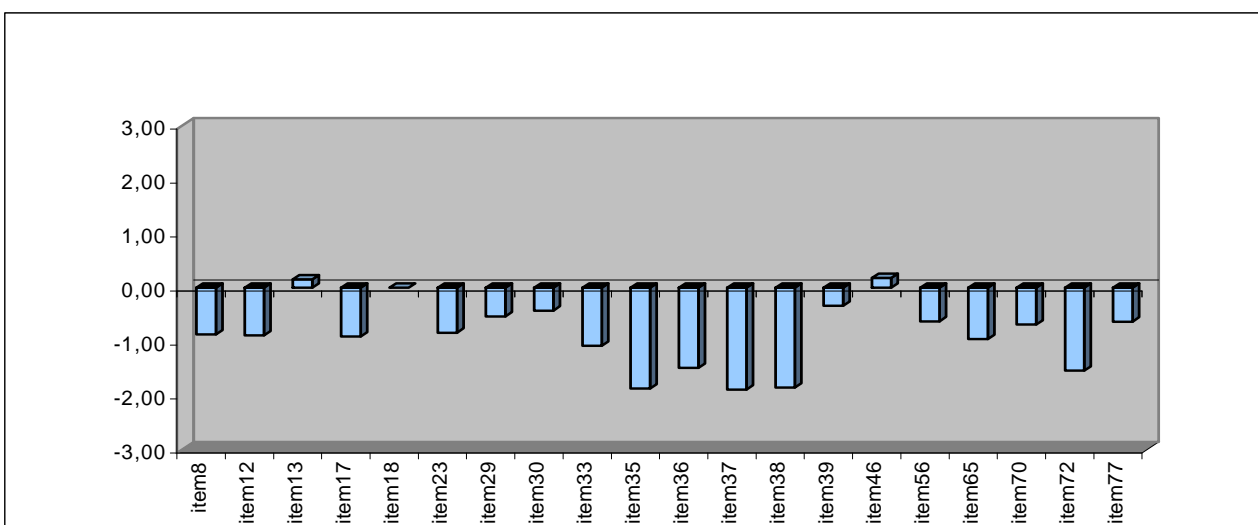
Neste Fator, a FIGURA 16, demonstra que os jogadores da liga amadora perceberam a maioria das situações negativamente e dois itens como positivos: 13 (levar “bronca” de um companheiro durante o jogo); 46 (levar “bronca” do técnico no intervalo da partida) e um item como neutro, 18 (jogar com torcida contra).

Os resultados dos jogadores da liga amadora são inesperados uma vez que levar “brincas” de técnico ou companheiros de equipe caracteriza-se como situação de crítica e repreensão sobre a performance que funciona como feedback negativo (BRANDÃO, 2000).

Esta avaliação, provavelmente, encara a repreensão do treinador e dos companheiros como natural desde que sejam feitas sem agressões.

“O importante é que cada jogador cobre os erros dos outros sem que isto interfira no relacionamento pessoal”(Raí, São Paulo Futebol Clube, Jornal o Estado de São Paulo, 09/05/1999).

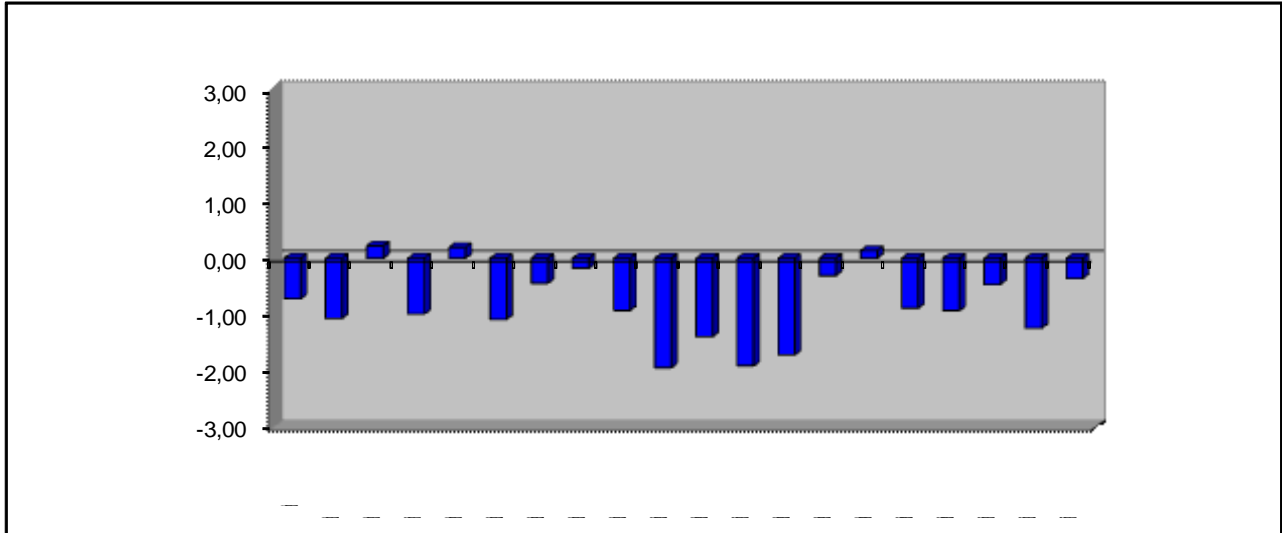
FIGURA 16: Estresse em jogadores da liga amadora - Fator 2



A percepção dos jogadores da liga amadora foi semelhante (FIGURA 16) a dos atletas da liga profissional (FIGURA 17), sendo que os itens: 35 (ter perdido de goleada); 37 (fazer gol

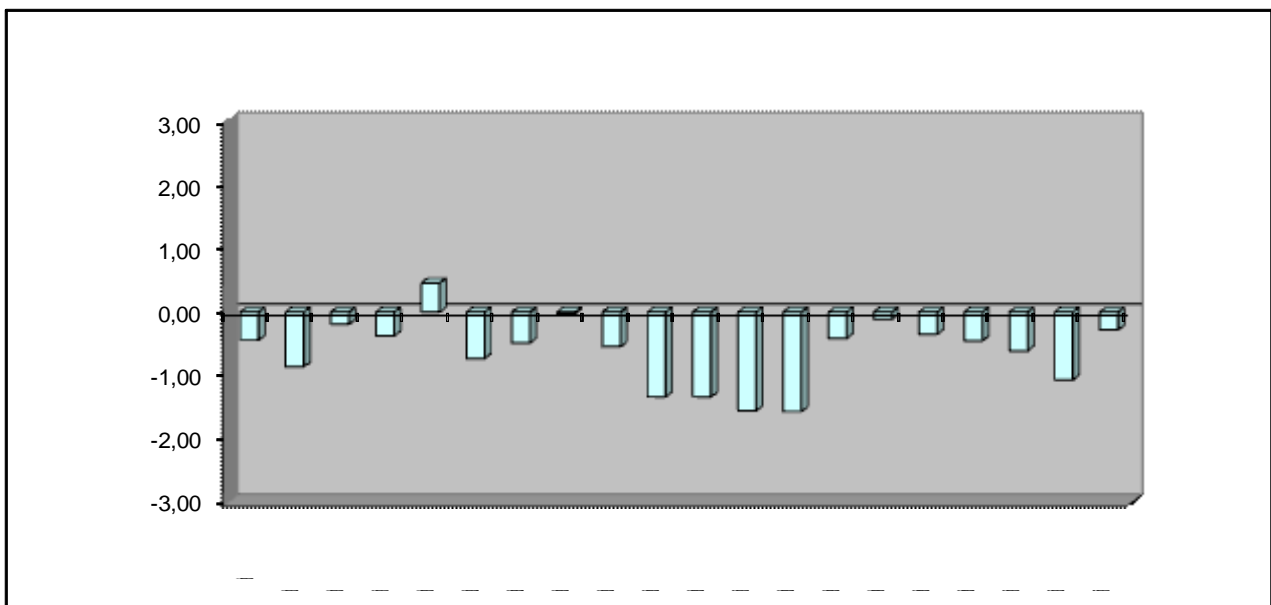
contra) e 38 (perder um pênalti) foram os que apresentaram as maiores médias negativas entre os jogadores da liga profissional.

FIGURA 17: Estresse em jogadores da liga profissional - Fator 2



A percepção no fator 2 entre os atletas universitários é negativa na maioria dos itens e menos intensa em relação aos atletas das ligas amadora e profissional (FIGURA 18).

FIGURA 18: Estresse em jogadores da liga universitária - Fator 2



Na comparação das médias alcançadas no Fator 2 entre os atletas das ligas amadora, profissional e universitária (TABELA 6), verifica-se que não houve diferença significativa entre os

atletas da liga amadora e profissional, provavelmente pelo fato das situações serem muito pertinentes com as práticas dessas categorias.

TABELA 6: Estresse entre jogadores da ligas amadora, profissional e universitária – Fator 2

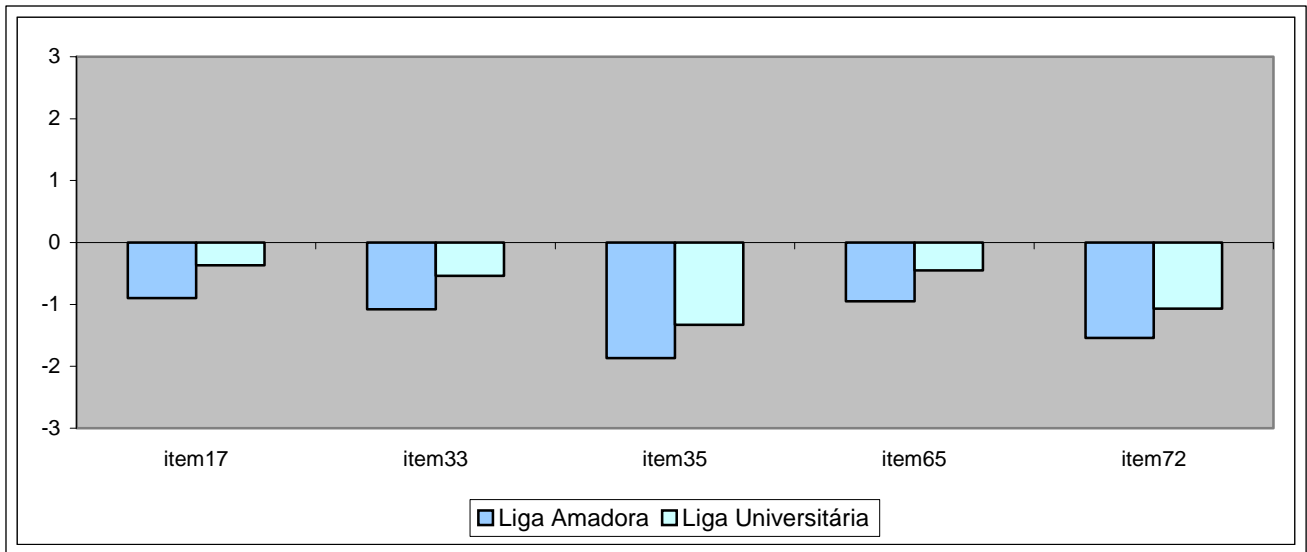
Fator 2	Liga Amadora		Liga Profissional		Liga Universitária		ANOVA		
	Média	Desvio Padrão	Média	Desvio Padrão	Média	Desvio Padrão	Amador X Profissional	Amador X Universitário	Profissional X Universitário
item8	-0,86	1,456	-0,71	1,650	-0,44	1,183			
item12	-0,88	1,582	-1,07	1,429	-0,86	1,073			
item13	0,15	1,592	0,22	1,585	-0,19	1,461			
item17	-0,90	1,606	-0,99	1,807	-0,37	1,347		*	**
item18	0,00	1,855	0,19	1,952	0,45	1,475			
item23	-0,83	1,535	-1,08	1,525	-0,73	1,051			
item29	-0,53	1,287	-0,44	1,055	-0,48	0,859			
item30	-0,42	1,554	-0,18	1,478	-0,03	1,377			
item33	-1,08	1,623	-0,92	1,583	-0,54	1,159		*	
item35	-1,87	1,689	-1,94	1,566	-1,33	1,119		*	**
item36	-1,48	1,664	-1,39	1,513	-1,33	1,063			
item37	-1,89	1,526	-1,90	1,322	-1,55	1,179			
item38	-1,85	1,571	-1,71	1,319	-1,56	1,084			
item39	-0,34	1,708	-0,31	1,580	-0,41	1,203			
item46	0,18	1,704	0,13	1,666	-0,11	1,263			
item56	-0,62	1,313	-0,88	1,235	-0,35	0,809			***
item65	-0,95	1,547	-0,93	1,470	-0,45	1,118		*	*
item70	-0,68	1,301	-0,46	1,187	-0,61	0,998			
item72	-1,54	1,385	-1,24	1,396	-1,07	1,110		*	
item77	-0,63	1,840	-0,36	1,803	-0,28	1,490			

Nota: *Nível de Significância < 0,05; **Nível de Significância < 0,01; ***Nível de Significância < 0,001.

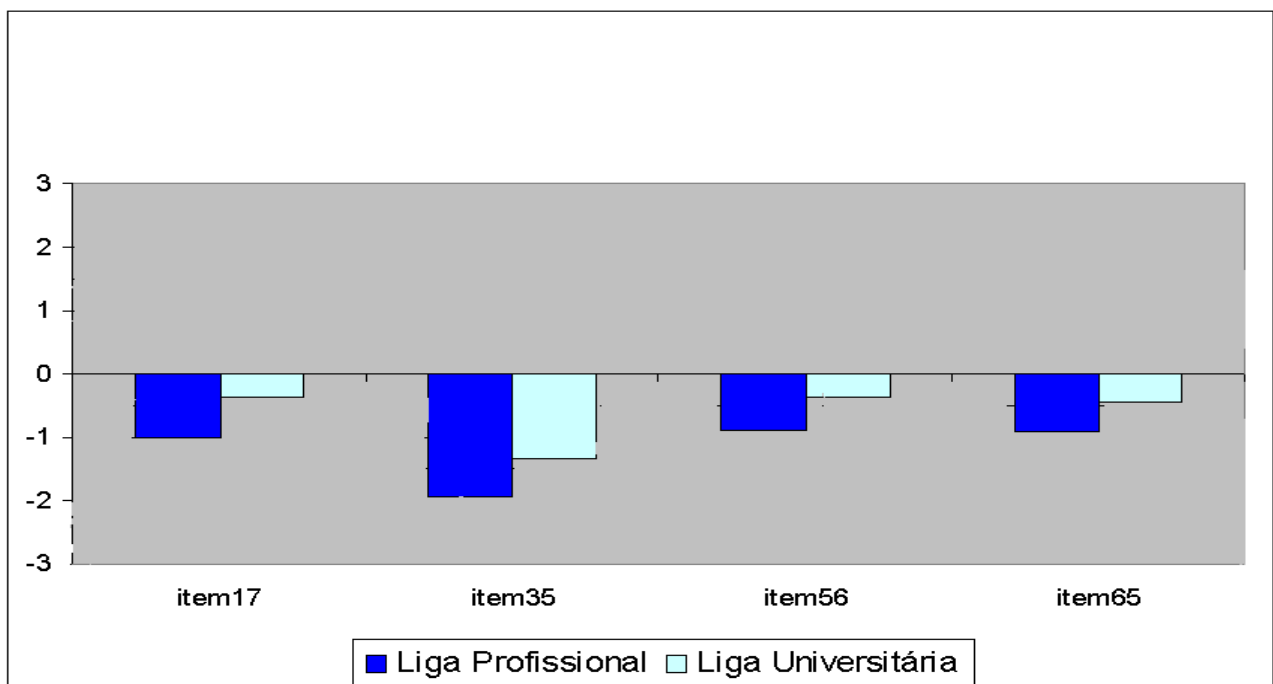
Na comparação entre os atletas da liga amadora e universitária, verificou-se diferença significativa nos seguintes itens: 17 (ter perdido do mesmo adversário mais de uma vez); 33 (quando sua equipe toma um gol); 35 (ter perdido de goleada); 65 (terminar o primeiro tempo perdendo o jogo); 72 (errar jogadas no final do jogo), FIGURA 19.

Essas situações produzem uma incerteza nos jogadores que os faz sentirem-se ameaçados em não atingir os seus objetivos, ou seja, a vitória.

A maior intensidade na percepção negativa dos jogadores da liga amadora demonstra que estes atletas se sentem mais ameaçados com estas situações que os jogadores da liga universitária.

FIGURA 19: Diferenças significativas no Fator 2 entre jogadores das ligas amadora e universitária

Na comparação das diferenças das médias entre jogadores da liga profissional e liga universitária (FIGURA 20), verifica-se diferença significativa nas seguintes situações: 17 (ter perdido do mesmo adversário mais de uma vez); 35 (ter perdido de goleada); 56 (tomar cartão amarelo); 65 (terminar o primeiro tempo perdendo o jogo).

FIGURA 20: Diferenças significativas no Fator 2 entre jogadores das ligas profissional e universitária.

Estes itens representam a possibilidade da equipe não alcançar o objetivo, ou seja, a vitória. O medo de não atingir a meta pode levar a sentimentos de inadequação e auto-estima baixos (BRANDÃO, VALDÉS & GONZÁLEZ, 2001). A intensidade das percepções negativas a esses itens foi maior nos jogadores da liga profissional, provavelmente, em virtude das pressões que são exercidas sobre os jogadores, que devem errar o mínimo possível.

A maior experiência dos jogadores com mais tempo de profissão do estudo de BRANDÃO em relação aos jogadores da liga profissional deste estudo fica evidente na comparação das médias alcançadas pelos grupos em dois itens deste Fator: 23 (treinar mal o coletivo final: -1,08; - 0,11); 33 (quando sua equipe toma um gol: 0;92; - 0,44;). Os resultados foram negativos mas a intensidade da percepção foi maior entre os jogadores do Distrito Federal.

O Fator 3 – **Situações de demanda física e psicológica**, caracteriza-se por exigir do atleta demasiado esforço físico e psicológico. A percepção dos atletas nas três categorias foi negativa para todos os itens. Estas situações estão relacionadas a pressões físicas e psicológicas que podem prejudicar a desempenho dos jogadores.

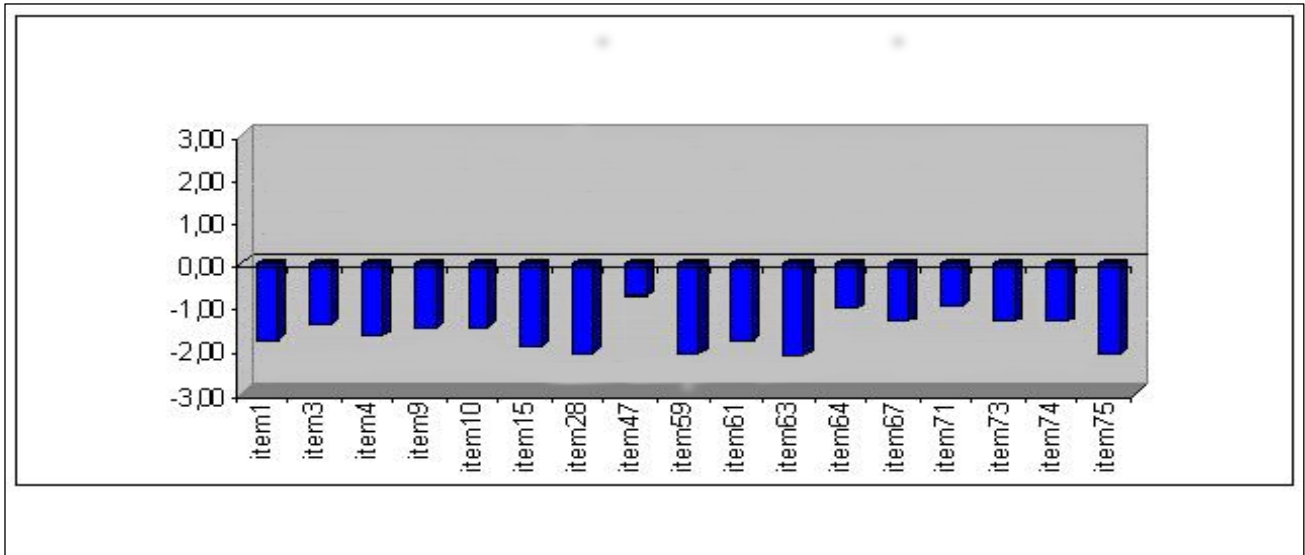
O desempenho de um atleta é inversamente correlacionado a psicopatologias e alterações fisiológicas. Distúrbios psíquicos e físicos diminuem o desempenho enquanto a saúde física e mental está associada a altos índices de desempenho (COSTILL et.al, 1987; SPIELBERG, 1987).

Na análise dos resultados no Fator 3 os itens negativos com maior intensidade nos jogadores da liga profissional (FIGURA 21), foram: 28 (jogar em campo ruim); 59 (entrar em jogo machucado); 63 (ser cortado no vestiário antes do jogo); 75 (falta de união do grupo). O item de menor intensidade foi o 47 (viagem muito longa).

A avaliação do item 47 feita pelos jogadores pode variar em intensidade entre os jogadores das diferentes categorias pois a interpretação depende de aspectos subjetivos. Porém, o desgaste das viagens costuma ser relatado pelos atletas. A reclamação do atacante Ronaldo da seleção brasileira mostra como é difícil esta situação para aqueles que viajam muito:

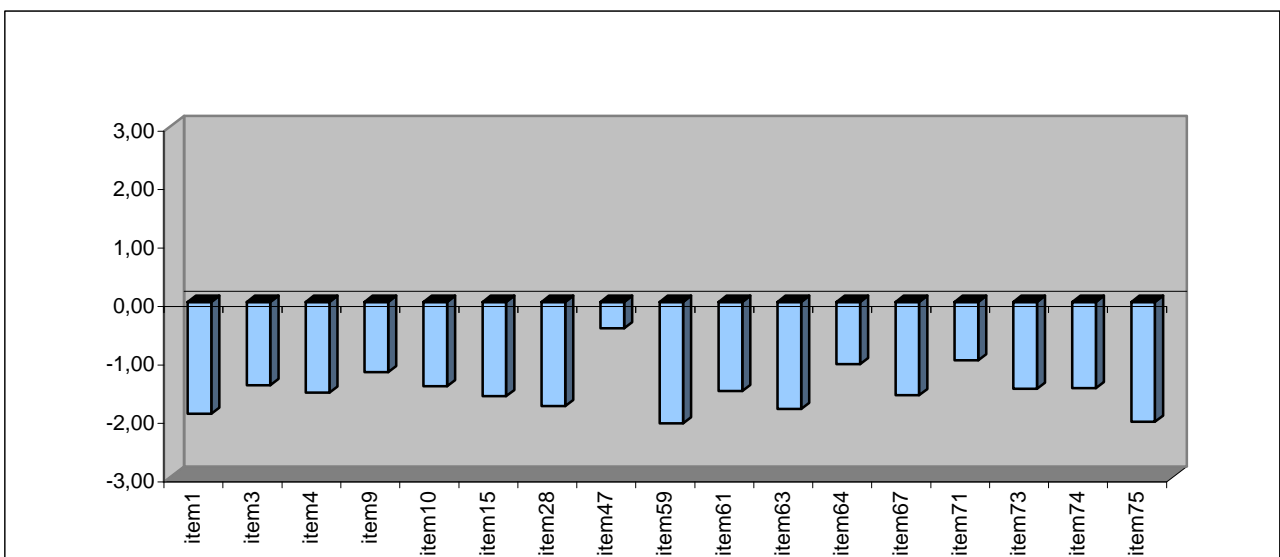
“É estressante ter de viajar quase 17 horas. Já estou nessa vida desde os 17 anos chega a um ponto que cansa” (Jornal Correio Brasiliense, 30/03/2004)

FIGURA 21: Estresse em jogadores da liga profissional - Fator 3



Na liga amadora, os itens negativos de maior intensidade (FIGURA 22), foram os itens: 75 (falta de união de grupo); 59 (entrar em jogo machucado); 1 (não estar bem fisicamente); 63 (ser cortado no vestiário antes do jogo).

FIGURA 22: Estresse em jogadores da liga amadora - Fator 3



Na liga universitária, os itens negativos de maior intensidade (FIGURA 23), foram: 1 (não estar bem fisicamente); 28 (jogar em campo ruim); 59 (entrar em jogo machucado); 75 (falta de união do grupo).

A falta de união do grupo aparece como um item negativo nas três categorias. O trabalho nos desportos coletivos necessita de esforços conjugados e coesos para o cumprimento das tarefas exigidas. Neste sentido CRUZ (1996), utiliza a máxima que “o todo é maior que a soma das partes” e dá vários exemplos que se aplicam aos grupos desportivos: muitas vezes, nem sempre a equipe que dispõe dos jogadores mais talentosos, ganha os jogos ou a competição; algumas vezes, equipes conquistam títulos, sem possuírem os melhores jogadores; muitos treinadores, abrem mão de jogadores mais talentosos e preferem um conjunto de atletas que jogam em equipe e que se complementam dentro do espírito coletivo.

Numa revisão nos estudos que examinaram a relação coesão-rendimento, CARRON (1988), relata que não há dúvida na natureza da relação, uma vez que 83% dos estudos referidos demonstraram uma relação positiva entre coesão e rendimento.

EVANS & DION (1991) e DION & EVANS (1992), em outro tipo de revisão, demonstraram também uma relação positiva entre estas variáveis. Apesar da importância da coesão do grupo para a busca do melhor rendimento este fator pode ser uma condição necessária, mas não suficiente para o sucesso de uma equipe (WIDMEYER, CARRON & BRAWLEY, 1993).

O que se observa na prática é que a máxima “o todo é mais do que a soma das partes” é uma preocupação constante. O técnico atual da seleção brasileira de futebol Carlos Alberto Parreira utiliza como critério, para a convocação dos atletas observar, primeiramente, o comportamento do atleta dentro e fora do campo: “primeiro o homem, depois o atleta”, diz Parreira.

O presidente do Fluminense Futebol Clube do Rio de Janeiro não pensou da mesma forma ao montar a sua equipe para a temporada de 2004. Ele resolveu contratar as chamadas estrelas do futebol brasileiro e reuniu no mesmo grupo: Romário, Edmundo, Roger, Ramon.

O Fluminense não se destacou em nenhuma competição da temporada até o momento e os seus dirigentes e as equipes técnicas enfrentam sérios problemas para trabalhar a coesão do grupo:

“Não gostei e não posso negar. Jamais ficarei satisfeito com o banco de reservas. Ramon (Jornal de Brasília, 07/04/2004)”;

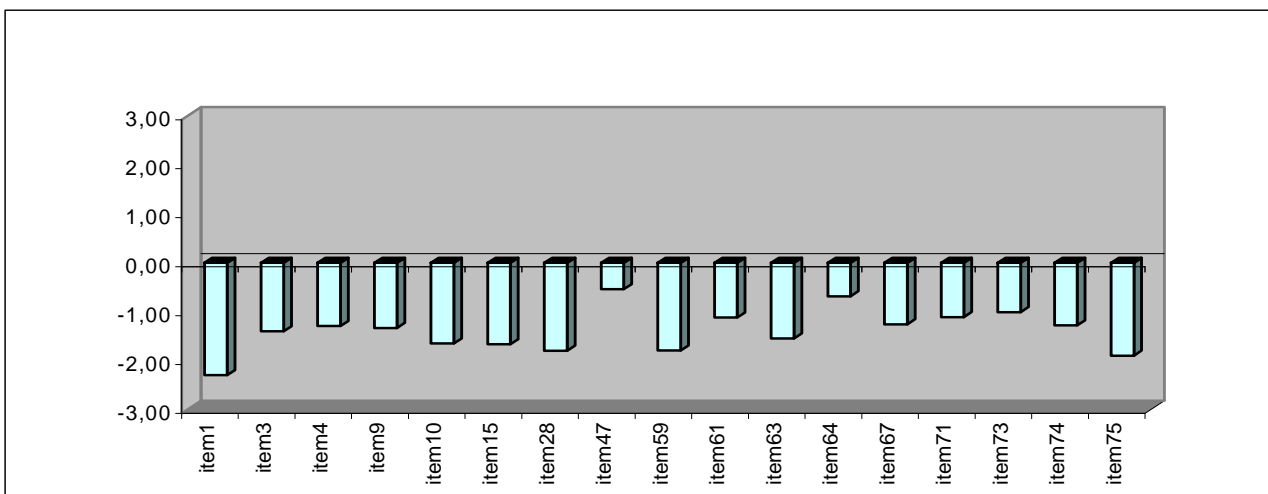
“Só fui aproveitado duas vezes, em 45 minutos contra Vasco e Flamengo. Na verdade, fui muito mal aproveitado pelos treinadores... eu treinei mais do que todos os jogadores e fui jogado na fogueira.” André Luis (Jornal de Brasília, 07/04/2004);

“Estou ali e vocês mandam eu ir pra lá!!! É pra cruzar ou pra correr?”. Edmundo (Jornal de Brasília, 01/04/2004);

“São jogadores exigentes. E têm temperamento forte, o que é muito bom... Seria pior se os jogadores discutissem entre eles. É melhor que briguem com a comissão técnica, pois nós somos chatos mesmo”. Ricardo Gomes, técnico do Fluminense (Jornal de Brasília, 01/04/2004);

“Enquanto havia só Romário no grupo, tudo era mais fácil. Depois, com a chegada dos outros a coisa se complicou. Ficou muito difícil de se administrar egos e vaidades”. Kleber, goleiro do Fluminense (Jornal de Brasília, 07/04/2004).

FIGURA 23: Estresse em jogadores da liga universitária - Fator 3



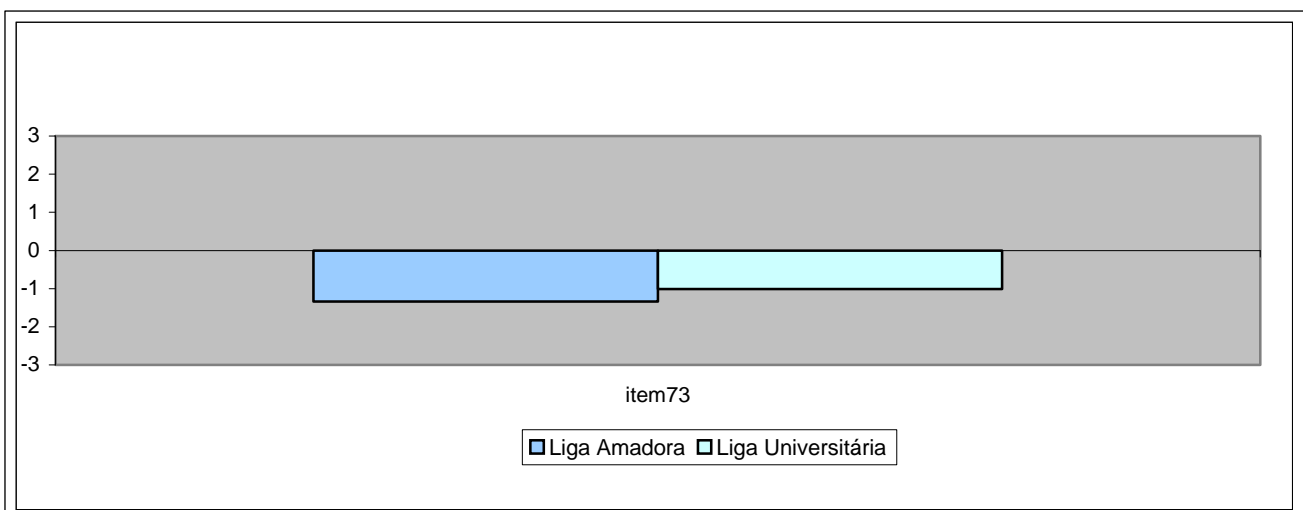
No Fator 3, foram encontradas diferenças significativas na comparação dos grupos da liga amadora e liga universitária e entre jogadores da liga profissional e universitária (TABELA 7).

TABELA 7: Estresse entre jogadores da ligas amadora, profissional e universitária - Fator 3

Fator 3	Liga Amadora		Liga Profissional		Liga Universitária		ANOVA		
	Média	Desvio Padrão	Média	Desvio Padrão	Média	Desvio Padrão	Amador X Profissional	Amador X Universitário	Profissional X Universitário
item1	-1,91	1,735	-1,76	1,850	-2,30	1,168			*
item3	-1,42	1,533	-1,41	1,528	-1,40	1,282			
item4	-1,55	1,517	-1,69	1,777	-1,29	1,141			
item9	-1,20	1,825	-1,48	1,742	-1,33	1,268			
item10	-1,44	1,715	-1,48	1,455	-1,65	1,306			
item15	-1,61	1,845	-1,90	1,660	-1,67	1,200			
item28	-1,78	1,572	-2,05	1,322	-1,80	1,078			
item47	-0,45	1,832	-0,75	1,699	-0,54	1,075			
item59	-2,08	1,552	-2,10	1,470	-1,79	1,211			
item61	-1,52	1,612	-1,79	1,515	-1,12	1,147			***
item63	-1,83	1,673	-2,14	1,425	-1,55	1,281			**
item64	-1,06	1,559	-1,03	1,358	-0,69	1,165			
item67	-1,60	1,395	-1,34	1,516	-1,26	1,134			
item71	-1,00	1,688	-0,96	1,628	-1,11	1,410			
item73	-1,48	1,518	-1,34	1,518	-1,01	1,051		*	
item74	-1,47	1,636	-1,34	1,696	-1,28	1,142			
item75	-2,05	1,543	-2,08	1,421	-1,90	1,119			

Nota: *Nível de Significância < 0,05; **Nível de Significância < 0,01; ***Nível de Significância < 0,001.

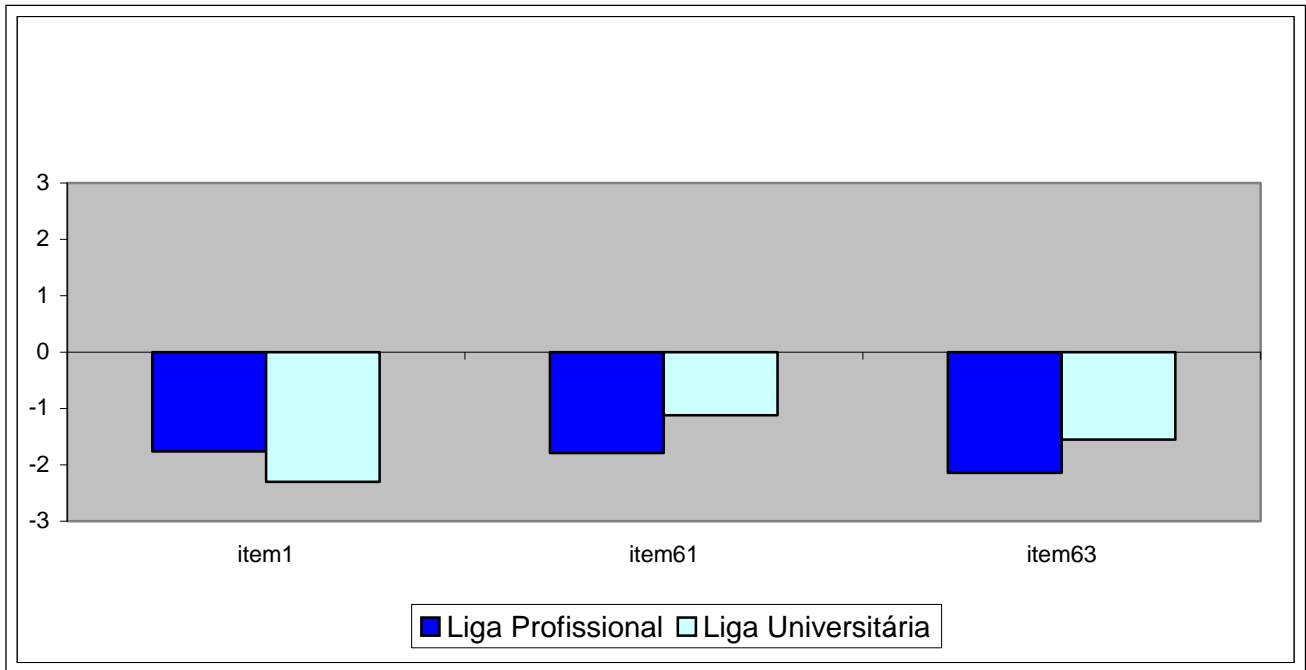
A diferença no Fator 3 apenas no item 73 (falta de preparação psicológica) entre as categorias amadora e universitária (FIGURA 24), destaca a semelhança da percepção das situações dos dois grupos, provavelmente por não ser o futebol encarado como profissão por esses grupos.

FIGURA 24: Diferenças significativas no Fator 3 entre jogadores das ligas amadora e universitária

O mesmo acontece na comparação entre os jogadores da liga profissional e os jogadores da liga universitária (FIGURA 25), onde foram encontradas diferenças significativas de percepção

apenas nos itens: 1 (não estar bem fisicamente); 61 (conflitos com os familiares) e 63 (ser cortado no vestiário antes do jogo).

FIGURA 25: Diferenças significativas no Fator 3 entre jogadores das ligas profissional e universitária.



Apesar de ter sido encontrada diferença significativa no item 73 apenas na comparação feita entre jogadores da liga amadora e universitária, a falta de preparação psicológica no desporto é uma variável importante na complexa preparação do atleta para a competição. ROFFÉ (1998) enfatiza a importância deste tipo de trabalho e descreve as tarefas que desenvolveu junto a uma equipe de jovens da 1ª divisão do futebol da Argentina: ajudar a garantir a coesão do grupo; planejar metas e objetivos alcançáveis; avaliar as condições de concentração, confiança, motivação, controle de pressão individual e do grupo, dentre outras que foram trabalhadas em conjunto com o grupo de jogadores e a equipe técnica.

A atleta brasileira de natação Rebeca Gusmão é o exemplo da importância da preparação psicológica. No auge da sua forma física e técnica a atleta lutava para alcançar o índice para a olimpíada de 2004, na prova dos 50 metros nado livre, e preparava-se para melhorar 10 centésimos

do seu índice no troféu Brasil de natação realizado em maio deste ano. Em matéria publicada no Correio Brasiliense de 06/04/2004, a atleta colocava toda a sua preocupação com o fato:

“A pressão em competição é algo que eu já estou acostumada. Mas vou fazer um trabalho com uma psicóloga dessa vez para poder suportar melhor”;

“No sul-americano eu nem estava nervosa. Só que errei na saída da prova e foi isso que definiu o meu resultado... isso por um lado, me deixa tranqüila”

“... só precisarei controlar a ansiedade e apostar que tudo vai dar certo”;

“Eu só preciso acertar detalhes. A preparação neste estágio é mais psicológica”;

“Meu desafio é estabelecer o índice na prova individual (50m, livre). Seria muito mais gratificante e uma conquista pessoal”.

A atleta conseguiu o índice olímpico no troféu Brasil disputado na cidade do Rio de Janeiro, no último mês de maio, e após ter conseguido alcançar o índice bateu o recorde brasileiro e sul americano dos 50 metros nado livre.

Na comparação da influência das situações entre jogadores das ligas profissional e universitária (FIGURA 25), conflito com familiares foi percebido com maior intensidade pelos jogadores da liga profissional. Esta percepção evidencia a importância de fatores extracampo que podem ser interpretados como debilitadores da performance, especialmente com jogadores profissionais. A natureza do vínculo com pessoas significativas é de suma importância para os jogadores de futebol.

Ser cortado no vestiário antes do jogo foi considerado mais negativo pelos jogadores da liga profissional. A escalação da equipe antes dos jogos pode ser percebida antecipadamente, entre os jogadores mais experientes (BRANDÃO, 2000). Porém, para os jogadores menos experientes esta situação pode abalar a auto-estima do jogador, principalmente se este jogador pertencer ao futebol profissional.

Os jogadores da liga profissional perceberam com intensidade menor o item 1 (não estar bem fisicamente) do que os jogadores da liga universitária. As situações de insuficiência física produzem insegurança e ansiedade nos jogadores. Porém, o jogador profissional se preocupa com o tempo de recuperação e precisa retomar o seu lugar na equipe o mais rápido possível. E, muitas das vezes, está disposto a jogar, ainda que fora de suas melhores condições. Neste sentido, parece que os atletas da liga universitária preocupam-se mais com o seu desempenho quando não está no melhor das suas condições físicas.

O técnico Ricardo Gomes do Fluminense diante da pressão do jogador Edmundo para ser escalado comenta:

“Nunca escondi que jogador só deve entrar em suas melhores condições” (Jornal de Brasília, 30/03/2004);

“Quem não trabalha bem durante a semana dificilmente joga bem. Vamos ver como é que ele se comporta daqui para frente” (Jornal de Brasília, 30/03/2004).

Neste Fator muitos itens dos jogadores da liga profissional se comparam com os resultados alcançados pelos atletas profissionais do estudo de BRANDÃO (2000): 4 (dormir mal na noite anterior à competição: -1,69; -1,50); 09 (discordâncias e conflitos com o treinador: -1,48; -1,75); 10 (discordâncias e conflitos com os companheiros de time: -1,48; -1,67); 28 (jogar em campo ruim: -2,05; -1,64); 59 (entrar em jogo machucado: -2,10; -1,72); 63 (ser cortado no vestiário antes do jogo: -2,14; -2,10); 67 (jogadas erradas em momentos decisivos: -1,34; -0,92); 73 (falta de preparação psicológica: -1,34; -1,22;). Verifica-se que houve concordância na direcionalidade em todos os itens mas a intensidade variou de acordo com a percepção de cada grupo.

A análise comparativa entre os jogadores das ligas constantes deste estudo demonstrou que não existe diferença de percepção entre os jogadores das ligas amadora e profissional em situações relacionadas ao Fator 2- **situações de fracasso iminente e real** - e Fator 3 - **situações de demanda física e psicológica**. Por outro lado, no Fator 1 - **situações de competição** - foram encontradas diferenças em 08 das 29 situações previstas no Fator, o que evidencia a diferença de percepção

entre os jogadores das ligas amadora e profissional nas situações de competição. Embora haja concordância de direcionalidade entre as percepções dos jogadores a intensidade foi maior entre os jogadores profissionais em todos os fatores.

Na comparação entre os atletas das ligas amadora e universitária e das ligas profissional e universitária, foram encontradas diferenças significativas em todos os Fatores, sendo que, na comparação entre as categorias profissional e universitária foram encontradas diferenças em 13 dos 29 itens do Fator 1 – situações de competição. Esses resultados eram esperados, uma vez que um menor antagonismo pode atenuar os efeitos de uma determinada situação estressora, em competições de menor relevância, nas quais os resultados não sejam tão importantes para uma carreira.

4.2.2. ANÁLISE DOS RESULTADOS POR FAIXA ETÁRIA

Apesar da importância da situação estressora na percepção atribuída pelo atleta, algumas características relacionadas com os indivíduos parecem estar na base de algumas diferenças verificadas (FONSECA,1996). A idade, por exemplo, pode ser uma característica do atleta que interfere nesta percepção. Atletas jovens que se encontram em fases sensíveis de desenvolvimento da personalidade podem apresentar problemas no controle de suas emoções e reações dentro de situações competitivas (SMOLL & SMITH, 1989).

Em relação ao atleta adulto, o atleta jovem tem pouca experiência e encontra-se em fase de desenvolvimento das suas potencialidades e das habilidades requeridas pelo futebol. Nesta condição, esses atletas apresentam uma maior probabilidade de sentir os efeitos negativos do estresse, problemas para controlar suas emoções e reações em situações de competição (BRANDÃO, 2000).

Pesquisas têm demonstrado que atletas mais experientes e habilidosos avaliam as situações com menor intensidade (CAMPBELL & JONES,1997; GAL-OR, TENEBBAUM & SHIMRONY, 1986), interpretação mais facilitativa das situações associadas com ansiedade pré-competitiva (JONES, HANTON & SWAIN,1994).

Todavia, os dados dos escassos estudos realizados no contexto desportivo sob uma perspectiva desenvolvimentista não são consistentes (FONSECA,1996). Enquanto alguns autores (FIELSTEIN et al., 1985; WEISS, McAULEY, EBBECK & WIESE,1990), salientaram a inexistência de diferenças de percepção entre diferentes idades, outros (FRIEZE & SNYDER, 1980), referiram a existência de uma correlação positiva entre a idade e a utilização de causas instáveis na explicação dos resultados obtidos, essencialmente quando em situações de insucesso.

Na tentativa de esclarecer esta inconsistência FONSECA (1994), desenvolveu um estudo com praticantes de diversos desportos, pertencentes a faixa etária de 10 a 24 anos. A hipótese formulada pelo autor é a de que atletas mais velhos caracterizariam as causas de seus resultados de forma mais instável do que os atletas mais novos. A percepção por parte dos atletas mais novos, de maior estabilidade das causas dos seus resultados foi evidente, independentemente dos resultados obtidos terem sido positivos ou negativos.

Segundo FONSECA (1996), questões metodológicas podem estar contribuindo para a inconsistência dos resultados de estudos realizados no contexto desportivo.

Nas análises dos resultados na comparação entre as faixas etárias deste estudo, verifica-se no Fator 1 – **situações de competição**, que nas três categorias a maioria dos itens apresentou direcionalidade positiva com variabilidade na intensidade das percepções.

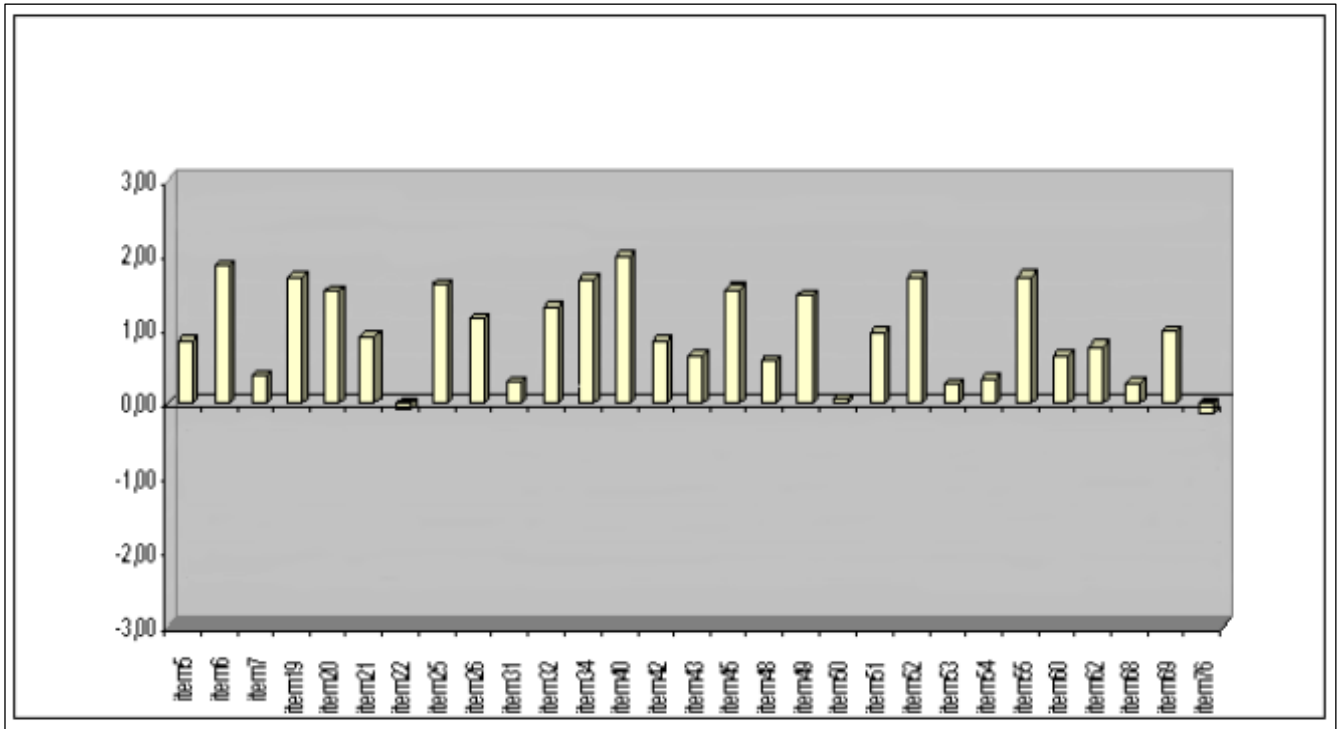
Na categoria sub-17 anos (FIGURA, 26), os itens de maior intensidade positiva foram: 6 (estabelecimento de metas muito altas); 40 (jogar um clássico); 52 (saber que será titular com antecedência); 55 (ficar concentrado na véspera do jogo).

Dois itens apresentaram direcionalidade negativa: 22 (cobrança de jornalista através da imprensa); 76 (jogar em posição improvisada).

Na categoria sub-20 anos (FIGURA, 27), verifica-se que os itens que atingiram a maior intensidade positiva foram: 19 (jogar em casa); 25 (interesse de outro time pelo seu futebol); 40 (jogar um clássico); 52 (saber que será titular com antecedência). Dois itens apresentaram

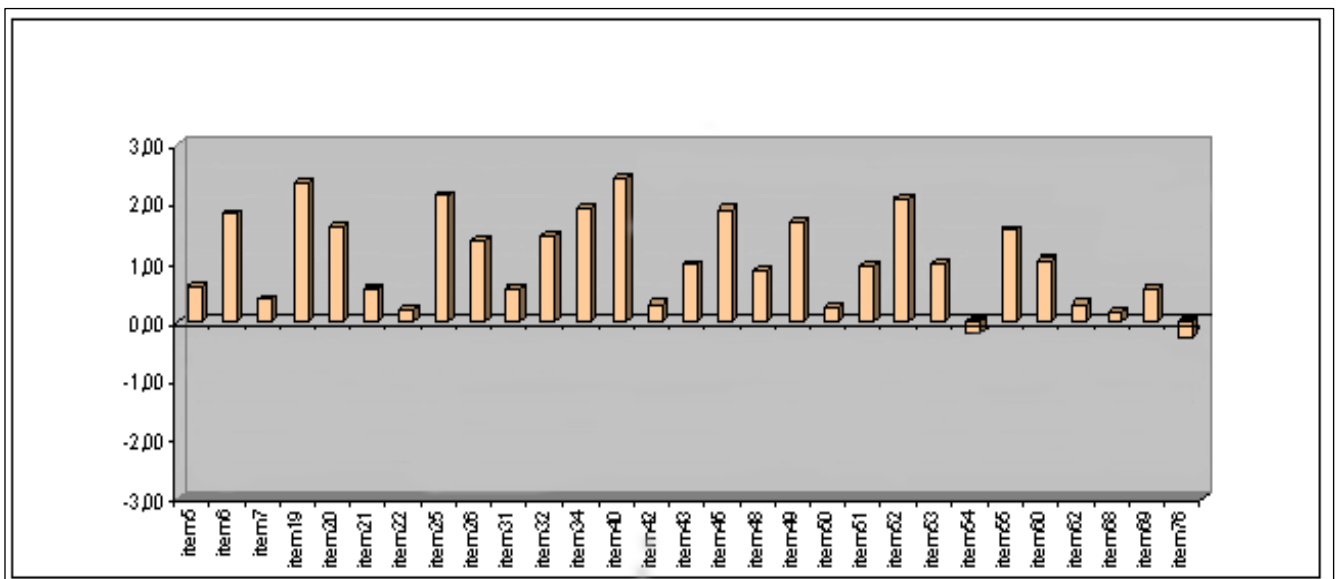
direcionalidade negativa: 54 (“bronca” do técnico durante a preleção); 76 (jogar em posição improvisada).

FIGURA 26: Estresse em jogadores da faixa etária sub -17 anos - Fator 1



Na categoria acima de 20 anos (FIGURA, 28), verifica-se que a intensidade dos itens foi menor em relação à intensidade das categorias sub-17 e sub-20 anos.

FIGURA 27: Estresse em jogadores da faixa etária sub -20 anos - Fator 1

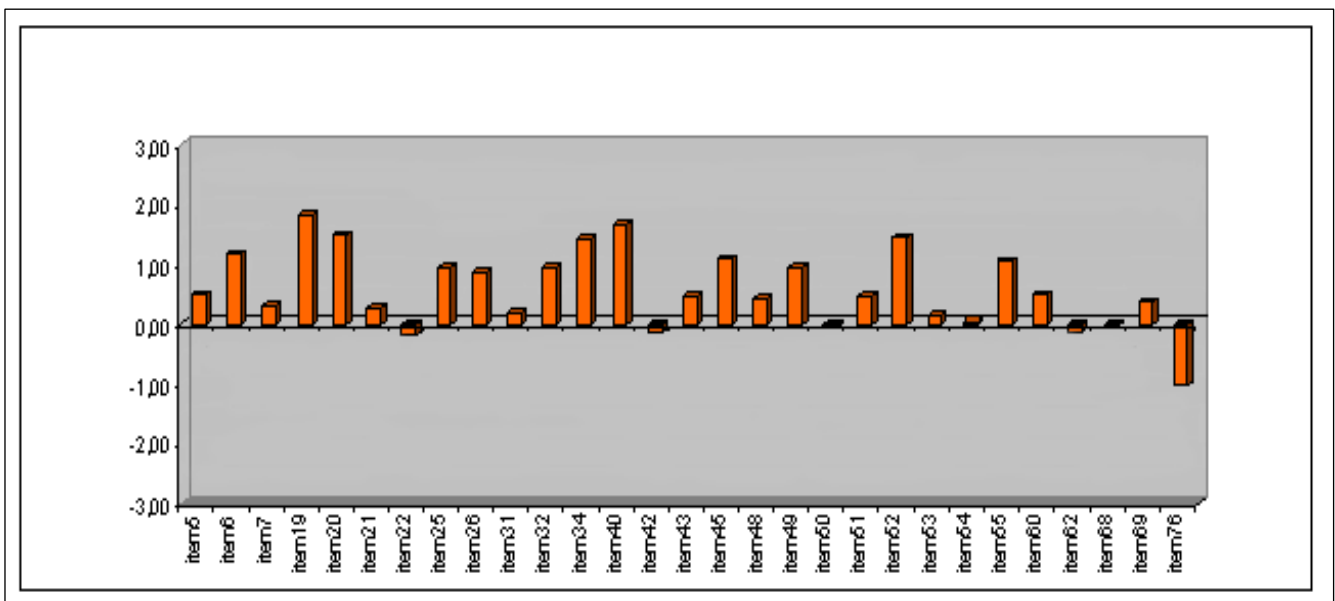


Saber que será titular com antecedência foi percebido positivamente nas três faixas etárias. A antecipação da escalação da equipe pode provocar uma reação positiva nos jogadores especialmente os mais jovens que desejam obter uma oportunidade na equipe ao mesmo tempo em que dá ao jogador o tempo necessário para a preparação psicológica e tática.

Os itens com direcionalidade positiva de maior intensidade na categoria de jogadores acima de 20 anos foram: 19 (jogar em casa); 20 (assumir responsabilidade dentro do grupo); 40 (jogar um clássico); 52 (saber que será titular com antecedência).

Os itens com direcionalidade negativa foram: 22 (cobrança do jornalista através da imprensa); 42 (muito treino físico); 50 (comportamento do jornalista antes do jogo); 62 (fazer muitos exercícios de musculação); 68 (pré-temporada fora do local de rotina); 76 (jogar em uma posição improvisada).

FIGURA 28: Estresse em jogadores da faixa etária acima de 20 anos - Fator 1



A TABELA 8, mostra as médias alcançadas nas faixas etárias e destaca as médias com diferenças significativas no Fator 1.

Na comparação das médias alcançadas entre as faixas etárias sub-17 e sub-20 anos, os itens com diferenças significativas foram: 19 (jogar em casa); 25 (interesse de outro time pelo seu futebol); 53 (aquecimento muito forte durante o jogo).

O resultado da comparação dos níveis de influência dos fatores entre jogadores das categorias sub-17 e sub-20 anos apresenta poucos itens com diferenças significativas no Fator 1, o que é um indício de que os atletas nessas faixas etárias percebem as situações estressoras verificadas de forma semelhante (FIGURA 29).

TABELA 8: Estresse em jogadores das faixas etárias sub-17, sub-20 e acima de 20 anos - Fator 1

Fator 1	Sub 17		Sub 20		Acima de 20 anos		Sub17 X Sub20	Sub17 X Acima de 20	Sub20 X Acima de 20
	Média	Desvio Padrão	Média	Desvio Padrão	Média	Desvio Padrão			
item5	0,83	1,582	0,59	1,741	0,50	1,635			
item6	1,84	1,755	1,82	1,744	1,18	1,748		**	**
item7	0,38	1,523	0,37	1,585	0,31	1,513			
item19	1,70	1,850	2,36	1,307	1,83	1,529	**		*
item20	1,49	1,586	1,60	1,462	1,49	1,478			
item21	0,90	1,734	0,53	1,683	0,26	1,594		**	
item22	-0,09	1,414	0,20	1,403	-0,18	1,080			*
item25	1,59	1,722	2,15	1,391	0,96	1,671	*	**	***
item26	1,13	1,683	1,37	1,691	0,88	1,514			*
item31	0,27	1,701	0,55	1,809	0,18	1,504			
item32	1,30	1,996	1,47	1,794	0,97	1,727			
item34	1,65	1,788	1,92	1,575	1,44	1,744			
item40	1,98	1,559	2,43	1,238	1,67	1,524			***
item42	0,82	1,963	0,29	2,072	-0,15	1,867		***	
item43	0,64	1,656	0,96	1,823	0,49	1,677			
item45	1,52	1,665	1,91	1,474	1,08	1,716			***
item48	0,57	1,843	0,85	1,995	0,43	1,739			
item49	1,44	1,860	1,69	1,856	0,96	1,922			**
item50	0,06	1,218	0,24	0,993	-0,05	1,071			
item51	0,95	1,768	0,95	1,822	0,47	1,607		*	
item52	1,70	1,747	2,07	1,545	1,47	1,647			**
item53	0,25	1,913	1,00	1,835	0,14	1,714	**		***
item54	0,33	1,665	-0,18	1,531	0,05	1,532			
item55	1,70	1,613	1,56	1,746	1,05	1,490		***	*
item60	0,65	1,866	1,03	1,588	0,50	1,857			
item62	0,76	1,780	0,29	1,765	-0,12	1,697		***	
item68	0,26	1,622	0,16	1,648	-0,03	1,444			
item69	0,98	1,883	0,54	1,835	0,38	1,681		**	
item76	-0,16	1,553	-0,28	1,807	-1,02	1,346		***	***

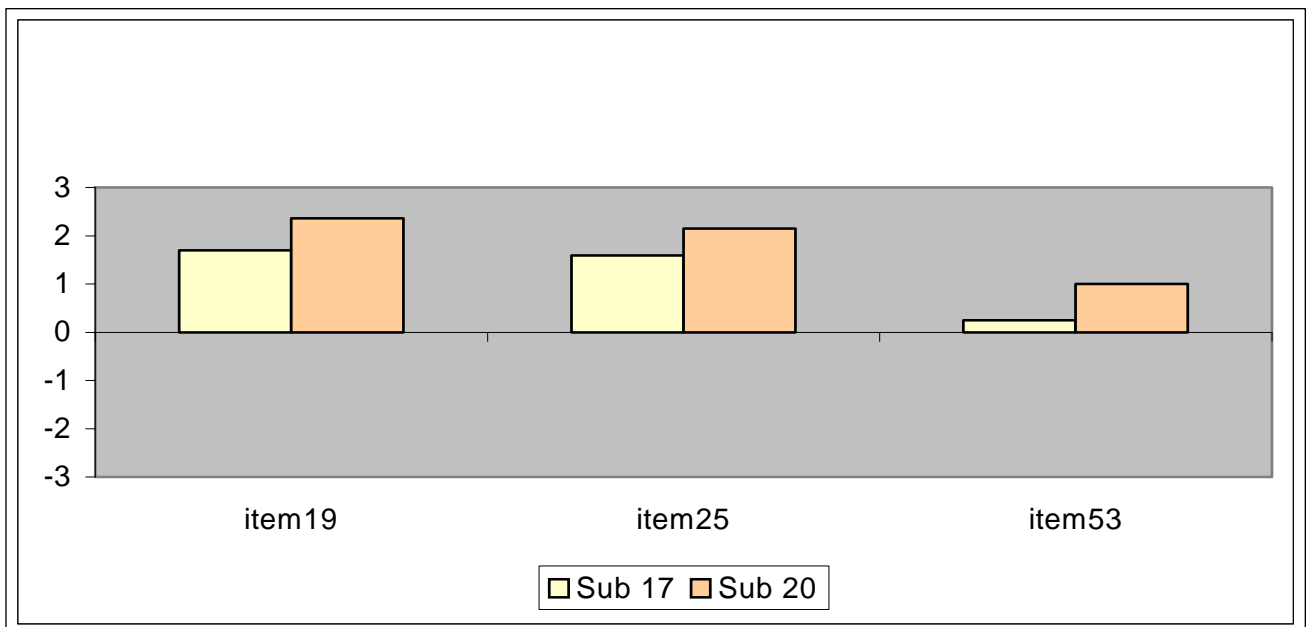
Nota: *Nível de Significância < 0,05; **Nível de Significância < 0,01; ***Nível de Significância < 0,001.

No estudo desenvolvido por SAMULSKI & CHAGAS (1996) com atletas juvenis e juniores de futebol de campo de Belo Horizonte-MG, os resultados foram semelhantes aos do estudo com jogadores de futebol do Distrito Federal, ou seja, foram encontradas poucas situações com diferenças significativas, verificou-se que as situações que apresentaram direcionalidade positiva de

maior intensidade foram: comportamento da torcida no jogo em casa (1,80) cobrança de si mesmo para ganhar (1,64); ser o favorito (1,17); comportamento de jornalistas e repórteres antes do jogo (0,49); o time adversário é o favorito (0,31).

As situações que apresentaram direcionalidade negativa de maior intensidade naquele estudo foram: entrar em jogo machucado (-2,15); condicionamento físico inadequado (-1,84); conflitos com os companheiros (-1,79); conflitos com o treinador (-1,77); dormir mal na noite anterior ao jogo (-1,74).

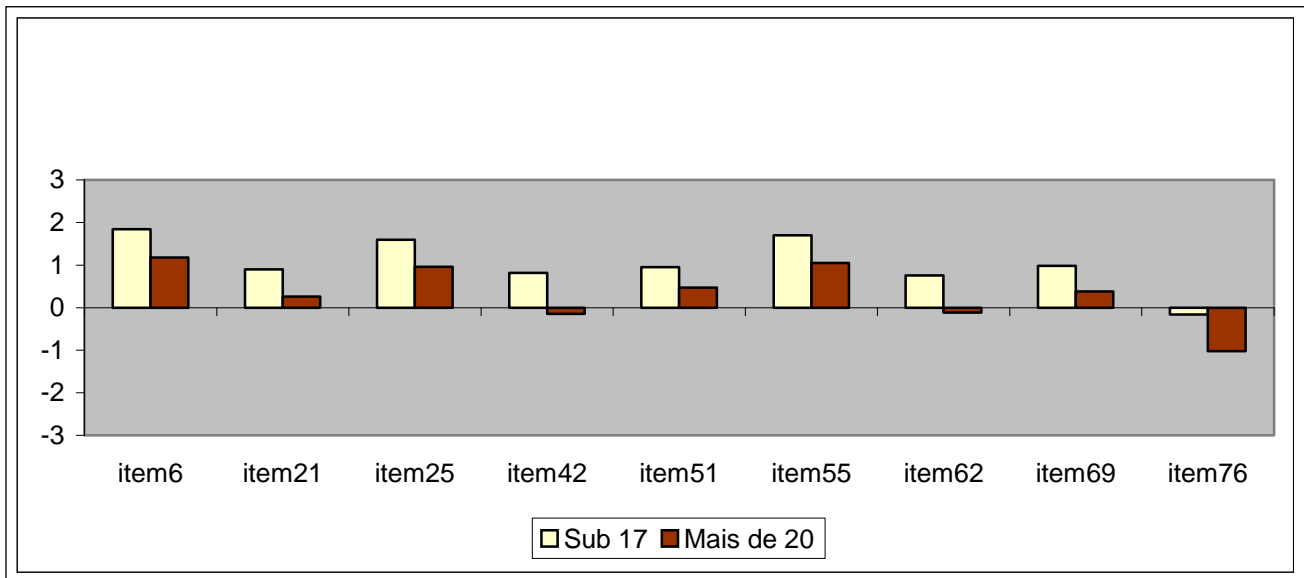
FIGURA 29: Diferenças significativas no Fator 1 entre as faixas etárias sub-17 e sub-20 anos



Na comparação entre jogadores da categoria sub-17 anos e acima de 20 anos, verifica-se diferença significativa nos itens: 6 (estabelecimento de metas muito altas); 21 (competição muito longa); 25 (interesse de outro time pelo seu futebol); 42 (muito treino físico); 51 (pressão do técnico para vencer); 55 (ficar concentrado na véspera do jogo); 62 (fazer muito exercício de musculação); 69 (muito treino de resistência); 76 (jogar em posição improvisada).

Verifica-se (FIGURA, 30), que os atletas da categoria sub-17 perceberam a influência das situações com maior intensidade do que os atletas acima de 20 anos, em oito situações.

FIGURA 30: Diferenças significativas no Fator 1 entre as faixas etárias sub-17 e acima de 20 anos



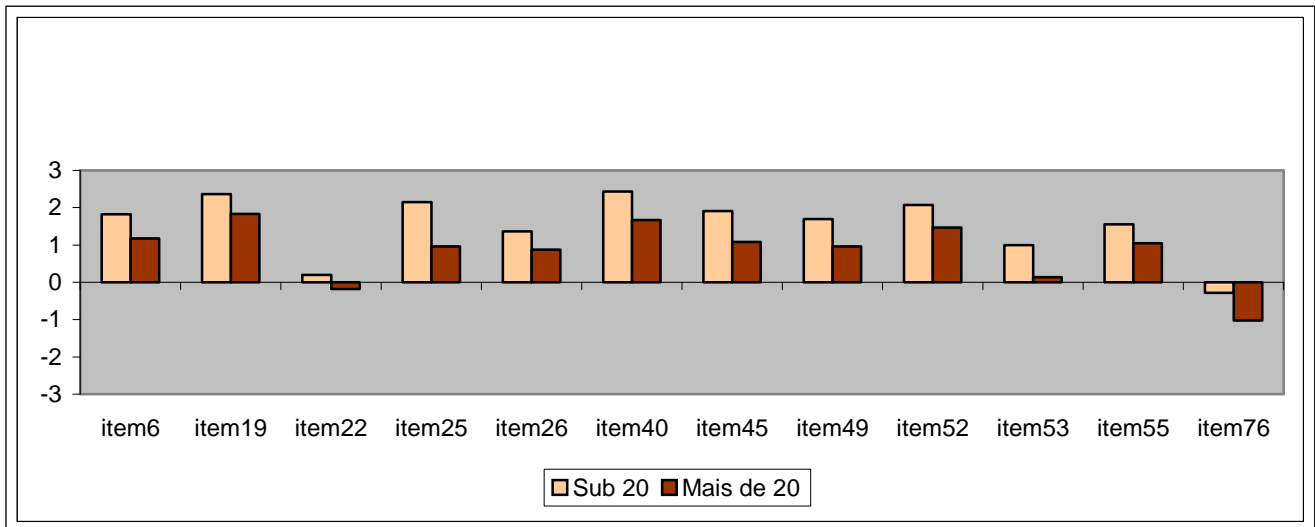
Na comparação das médias alcançadas pelos jogadores das categorias sub-20 anos e acima de 20 anos verificou-se diferenças significativas nos itens: 6 (estabelecimento de metas muito altas); 19 (jogar em casa); 22 (cobrança de jornalista através da imprensa); 25 (interesse de outro time pelo seu futebol); 26 (jogar á noite); 40 (jogar um clássico); 45 (ser avisado que será titular minutos antes do jogo); 49 (cobrança de si mesmo para jogar bem); 52 (saber que será titular com antecedência); 53 (“aquecimento muito forte antes do jogo); 55 (ficar concentrado na véspera do jogo); 76 (jogar em uma posição improvisada). Os jogadores sub-20 anos perceberam as situações em intensidade maior do que os jogadores da faixa etária acima de 20 anos (FIGURA 31).

Os resultados comparativos entre as categorias sub-17, sub-20 e acima de 20 anos evidenciam a diferença de percepção das situações estressoras no Fator 1 – **situações de competição** - entre essas categorias, sendo que a tendência dos jogadores de mais idade foi a de atenuar os efeitos destas situações.

O item 25 (interesse de outro time pelo futebol), por exemplo, foi avaliado positivamente com diferenças significativas, pelos jogadores das três faixas etárias.

O interesse de outro time evidencia as qualidades do jogador e atua como elemento motivacional, principalmente se a transação envolver grandes quantias. A maior experiência dos jogadores da categoria acima de 20 anos atenuou a intensidade da reação dos jogadores a essa situação (0,96) em relação à dos jogadores das categorias sub-20 (2,15) e sub -17 anos (1,59).

FIGURA 31: Diferenças significativas no Fator 1 entre as faixas etárias sub-20 e acima de 20 anos

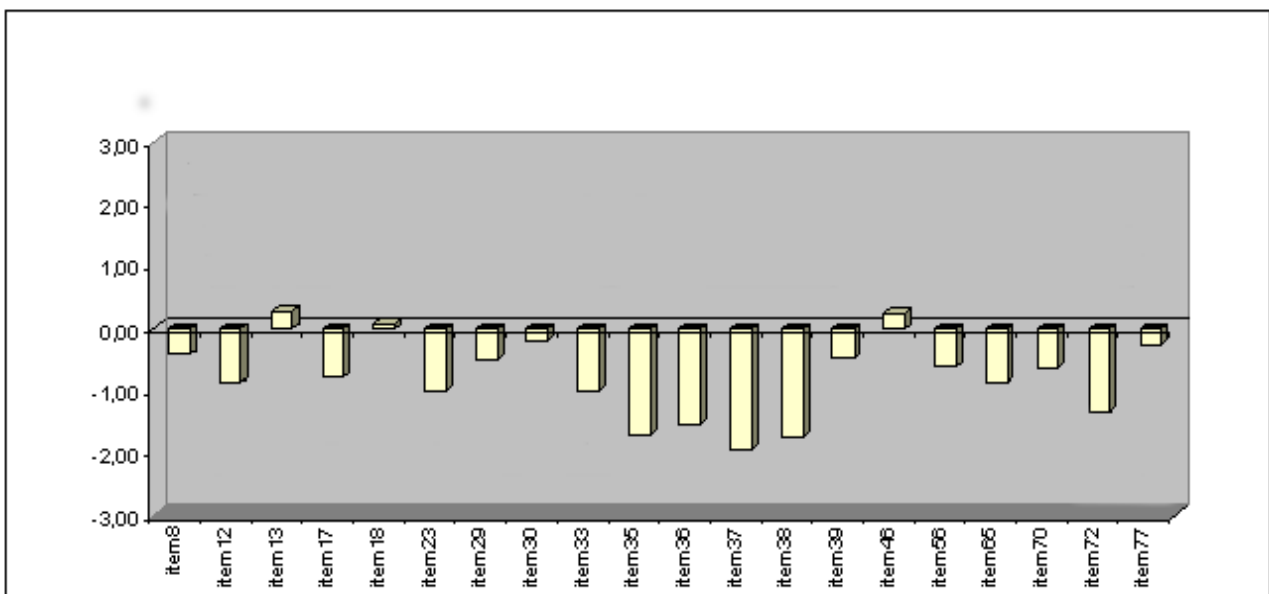


Os jogadores das categorias sub-20 e sub-17 anos deste estudo talvez estejam motivados pela idéia de transformarem-se em atletas profissionais. Principalmente os jogadores sub-20 que reagiram positivamente e com intensidade maior do que os atletas acima de 20 anos na maioria dos itens do Fator 1.

No Fator 2 – **Situações de fracasso iminente ou real**, a percepção dos atletas nas três faixas etárias foi na maioria dos itens de direcionalidade negativa. Na categoria sub - 17 anos (FIGURA 32), os itens negativos foram: 8 (derrotas anteriores); 12 (derrotas no começo do torneio); 17 (ter perdido do mesmo adversário mais de uma vez); 23 (treinar mal o coletivo final); 29 (levar chapéu ou caneta durante o treino); 30 (gozação do adversário durante a partida); 33 (quando sua equipe toma um gol); 35 (ter perdido de goleada); 36 (perder gol feito); 37 (fazer gol contra); 38 (perder um pênalti); 39 (pressão de outras pessoas para ganhar); 56 (tomar cartão amarelo); 65 (terminar o primeiro tempo perdendo o jogo); 70 (levar “chapéu” ou “caneta” durante o jogo); 72 (errar jogadas

no final do jogo); 77 (jogar contra adversário agressivo). Foram percebidos como positivos os itens: 13 (levar bronca de um companheiro durante o jogo); 18 (jogar com torcida contra); 46 (levar bronca do técnico no intervalo da partida). Destaca-se na avaliação feita nas três faixas etárias a diferença de percepção entre os atletas mais jovens e de mais idade nas situações de repreensão de técnico e companheiro. Por exemplo, levar “bronca” do técnico no intervalo da partida .

FIGURA 32: Estresse em jogadores da faixa etária sub-17 anos - Fator 2



Os jogadores das categorias sub-17 e sub-20 anos, avaliaram positivamente (0, 24; 0,18), e os jogadores profissionais avaliaram em direção contrária, ou seja, negativamente (- 0,02), TABELA 9.

A relação estabelecida entre os treinadores e atletas é considerada fundamental no contexto desportivo em virtude da sua influência nas reações emocionais dos atletas com o tradicional impacto no rendimento do jogador ou de uma equipe (SERPA, 1996). Embora a atuação do técnico seja vista, freqüentemente, do ponto de vista técnico, o aspecto sócio-emocional, muitas das vezes, pode interferir no rendimento das equipes.

TEIPEL (1993), investigou duzentos e trinta jogadores do futebol alemão, pertencentes a diversos níveis competitivos, e afirma que os treinadores podem ser uma das mais importantes fontes de estresse. Por outro lado, ROSADO, CAMPOS e APARÍCIO (1993), destacaram que uma

postura otimista e positiva do treinador pode ter um efeito positivo no desempenho dos seus jogadores.

Segundo CRUZ (1996), o treinador, como líder do grupo, é um ponto sensível de equilíbrio entre dois tipos de unidade ou forças: a) a organização ou clube na qual ele deve cumprir as exigências esperadas, principalmente em termos de produtividade e rendimento; b) os atletas que tem de influenciar e motivar assegurando-lhes as condições para o respectivo envolvimento na organização, no clube e na equipe.

O modelo de liderança, específico e adaptado ao contexto desportivo mais conhecido e utilizado é o modelo multidimensional desenvolvido por CHELLADURAI (1993). Este modelo é interacionista e enfatiza, além das características situacionais do líder, as características dos membros do grupo. Assim, a eficácia da liderança pode variar em função das características dos atletas e das limitações e exigências impostas pela situação.

Nos resultados apresentados neste estudo, parece que os jogadores mais jovens preferem um estilo de liderança mais autocrática e autoritária do treinador dirigida, principalmente, para a instrução e o rendimento. Por outro lado, os jogadores de mais idade têm problemas com este tipo de liderança.

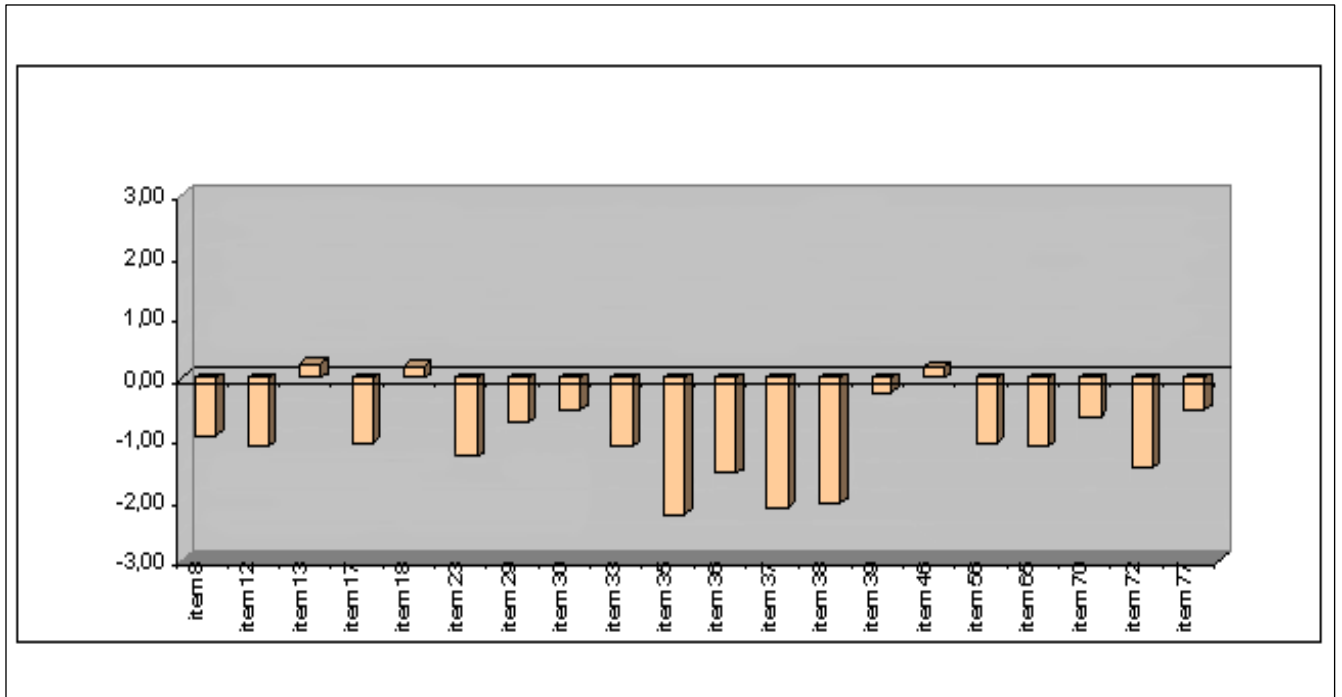
Em revisão recente das investigações já realizadas para testar o modelo multidimensional de Chelladurai, WEINBERG e GOULD (1995) destacaram, também, que à medida que o atleta vai atingindo melhores níveis de rendimento e sucesso, prefere um tipo de liderança mais democrática.

Os resultados alcançados pela categoria sub-20 anos (FIGURA 33) foram semelhantes aos resultados alcançados pela categoria sub-17 anos, ou seja, houve concordância na direcionalidade com pequenas diferenças na intensidade das percepções.

A maioria dos itens foi percebida negativamente, sendo que, além dos itens já discutidos anteriormente: 13 (levar “bronca” de um companheiro); 46 (levar “bronca” do técnico no intervalo da partida), o item 18 (jogar com torcida contra) foi avaliado positivamente tanto pelos atletas da categoria sub-17 quanto pelos atletas da categoria sub – 20 anos.

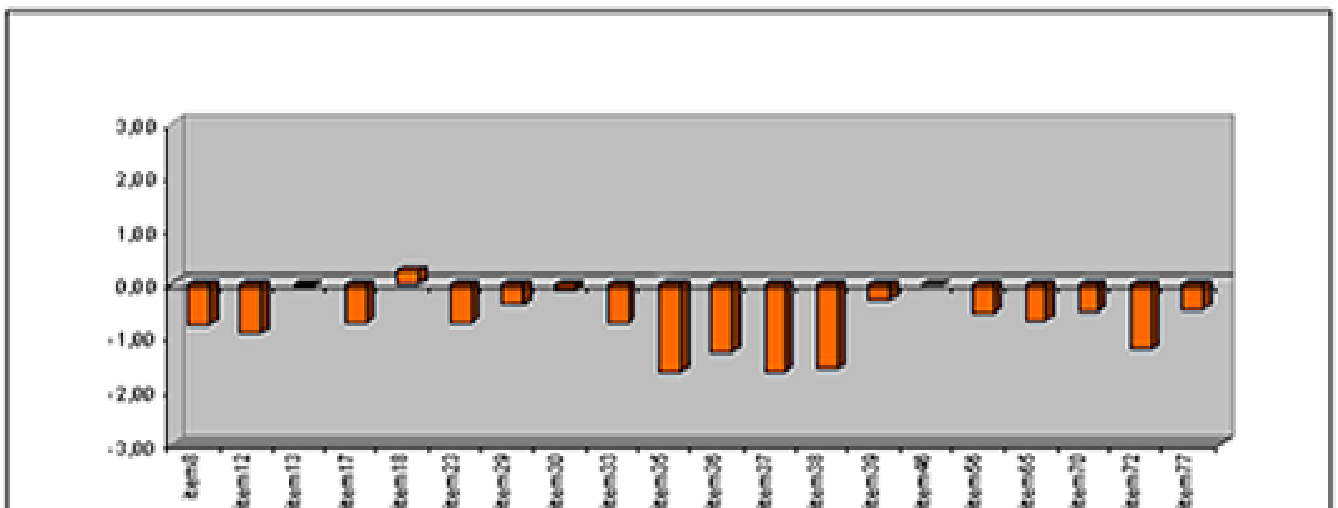
Jogar com a torcida contra pode ser fator de pressão contra ou a favor do próprio jogador (NEVILL & HOLDER, 1999). Alguns jogadores tiram proveito dessa situação, principalmente quando conseguem calar, com resultado positivo, a torcida adversária em seus próprios domínios.

FIGURA 33: Estresse em jogadores da faixa etária sub-20 anos - Fator 2



A distinção que pode ser feita com os resultados da faixa etária acima de 20 anos em relação as demais faixas etárias, é a percepção de menor intensidade da categoria observada na maioria dos itens (FIGURA 34).

FIGURA 34: Estresse em jogadores da faixa etária acima de 20 anos - Fator 2



Na comparação das médias alcançadas (TABELA 9), nas três faixas etárias, verificam-se as diferenças significativas das situações de estresse.

TABELA 9: Estresse em jogadores das faixas etárias sub17, sub20 e acima de 20 anos - Fator 2.

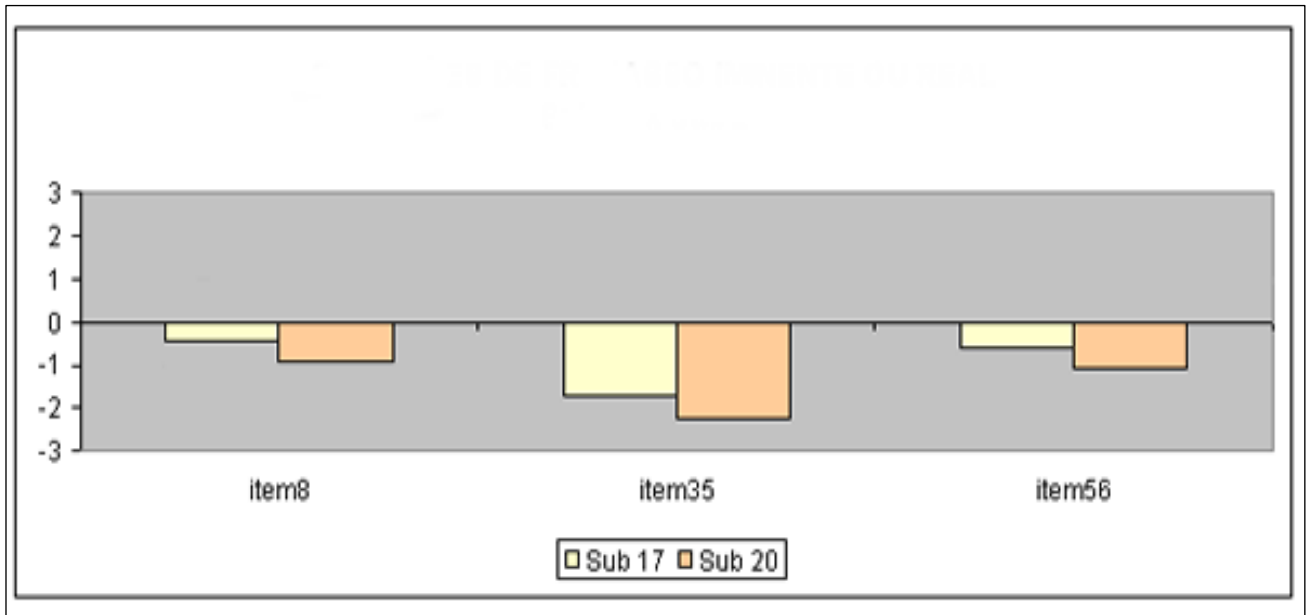
Fator 2	Sub 17		Sub 20		Acima de 20		Sub17 x Sub20	Sub17 x Acima de 20	Sub20 X Acima de 20
	Média	SD	Média	SD	Média	SD			
Item8	-0,43	1,612	-0,94	1,668	-0,74	1,337	*		
item12	-0,89	1,487	-1,13	1,526	-0,92	1,322			
item13	0,27	1,449	0,24	1,736	-0,04	1,541			
item17	-0,79	1,656	-1,07	1,892	-0,73	1,555			
item18	0,06	1,763	0,20	1,998	0,25	1,785			
item23	-1,02	1,572	-1,29	1,597	-0,72	1,264			**
item29	-0,52	1,259	-0,73	1,125	-0,37	0,983			*
item30	-0,20	1,366	-0,55	1,603	-0,11	1,484			
item33	-1,02	1,630	-1,13	1,621	-0,73	1,407			
item35	-1,71	1,867	-2,23	1,364	-1,63	1,381	*		**
item36	-1,53	1,548	-1,57	1,527	-1,28	1,411			
item37	-1,93	1,433	-2,10	1,237	-1,65	1,369			*
item38	-1,75	1,463	-2,05	1,155	-1,58	1,365			*
item39	-0,49	1,615	-0,24	1,657	-0,31	1,460			
item46	0,24	1,766	0,18	1,720	-0,02	1,448			
item56	-0,62	1,240	-1,06	1,201	-0,54	1,141	*		***
item65	-0,87	1,525	-1,12	1,428	-0,69	1,380			*
item70	-0,63	1,216	-0,63	1,193	-0,51	1,176			
item72	-1,35	1,455	-1,48	1,268	-1,20	1,305			
item77	-0,27	1,722	-0,52	1,789	-0,48	1,754			

Nota: *Nível de Significância < 0,05; **Nível de Significância < 0,01; ***Nível de Significância < 0,001.

Entre as categorias sub-17 e sub-20 anos, foram encontradas diferenças significativas nos itens 8 – derrotas anteriores ($p < 0,05$); 35 ter perdido de goleada ($p < 0,05$) e 56 tomar cartão amarelo ($p < 0,05$).

Derrotas anteriores e ter perdido de goleada colocam em dúvida a capacidade ou habilidade dos jogadores que pode produzir certa insegurança quanto à obtenção de resultados, principalmente em jogadores mais jovens. A FIGURA 35 demonstra que as reações emocionais foram mais intensas nos jogadores da categoria acima de 20 anos. Por outro lado, não foram encontradas diferenças significativas entre as médias alcançadas pelas categorias sub-17 anos e acima de 20 anos.

FIGURA 35: Diferenças significativas no Fator 2 entre jogadores das faixas etárias sub-17 e sub-20 anos

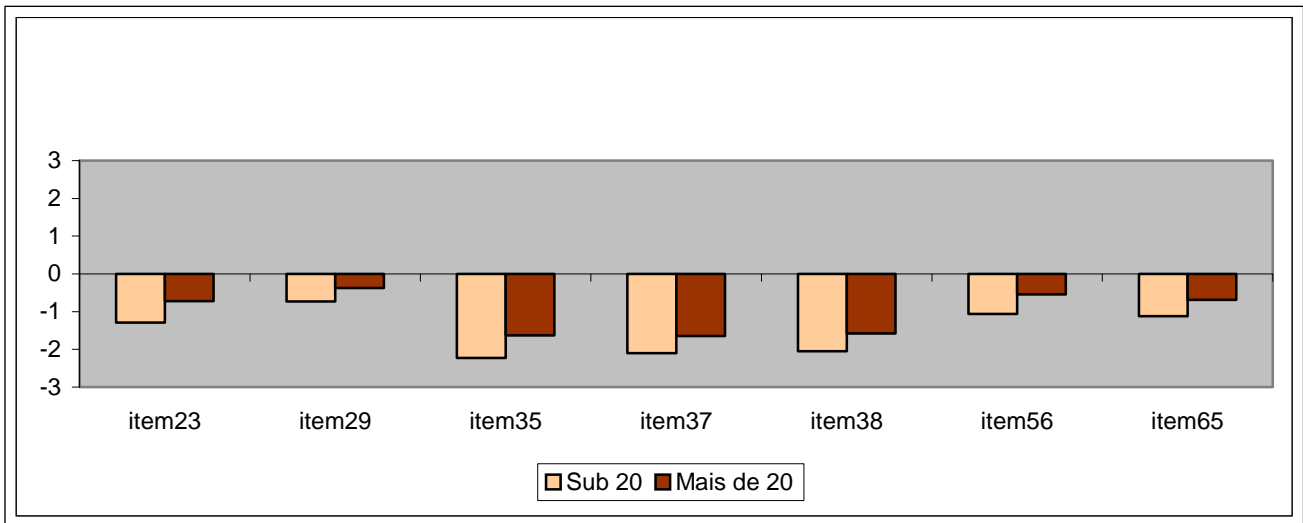


Entre as categorias sub-20 anos e acima de 20 anos foram encontradas diferenças nos itens: 23 - treinar mal o coletivo final ($p < 0,01$); 29 - levar “chapéu” ou “caneta” durante o treino ($p < 0,05$); 35 - ter perdido de goleada ($p < 0,01$); 37 - fazer gol contra ($p < 0,05$); 38 - perder um pênalti ($p < 0,05$); 56 - tomar cartão amarelo ($p < 0,001$); 65 - terminar o primeiro tempo perdendo o jogo ($p < 0,05$), TABELA 9.

A quantidade de situações com diferenças significativas entre essas faixas etárias e a maior intensidade das percepções em todos itens entre os jogadores da faixa etária sub-20 anos em relação aos jogadores acima de 20 anos (FIGURA 36), evidencia que os jogadores deste estudo, nessas categorias, interpretaram de maneira diferente as situações do Fator 2, situações de fracasso iminente ou real.

O fato de não terem sido encontradas diferenças significativas, no Fator 2, entre as médias alcançadas pelos jogadores mais jovens – sub-17 anos – e as dos jogadores acima de 20 anos (TABELA 9) é inesperado e será discutido mais adiante.

FIGURA 36: Diferenças significativas no Fator 2 entre jogadores das faixas etárias sub-20 e acima de 20 anos

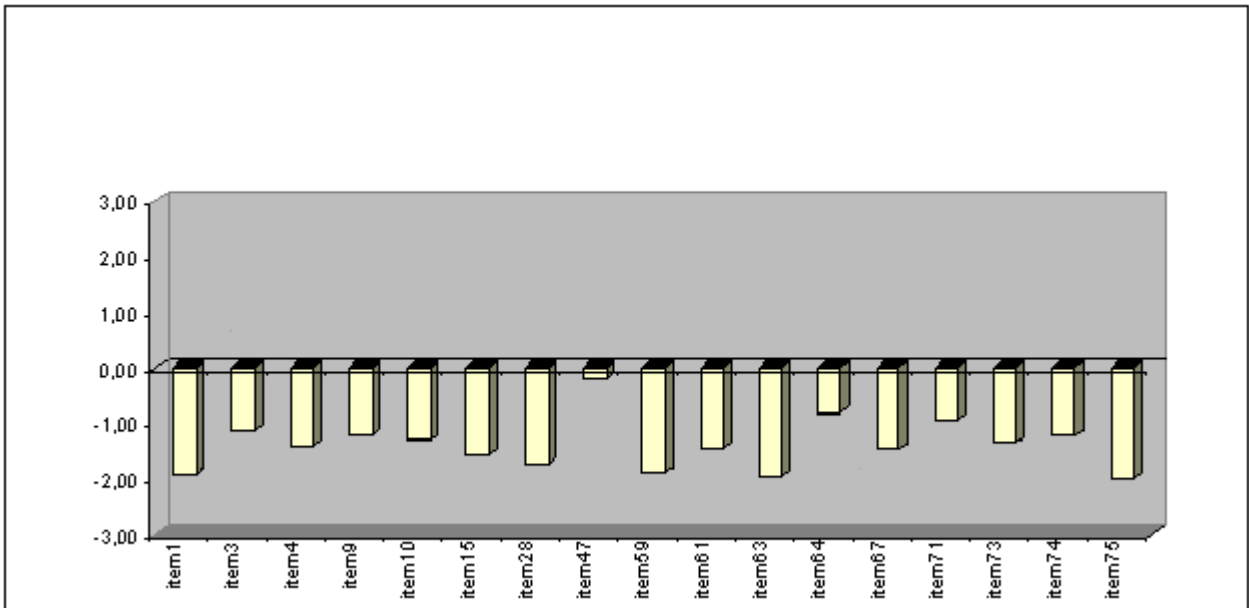


No Fator 3 – **Situações de demanda física e psicológica**, os resultados das avaliações foram semelhantes, ou seja, todas as situações foram percebidas negativamente, sendo que os jogadores sub-17 perceberam as situações com menor intensidade que os jogadores sub-20 a acima de 20 anos.

Na categoria sub-17 anos os itens percebidos com maior intensidade foram (FIGURA 37): 75 (falta de união de grupo); 63 (ser cortado no vestiário antes do jogo); 1 (não estar bem fisicamente); 59 (entrar em jogo machucado); 28 (jogar em campo ruim). A menor intensidade nesta faixa etária foi no item 47 (viagem muito longa).

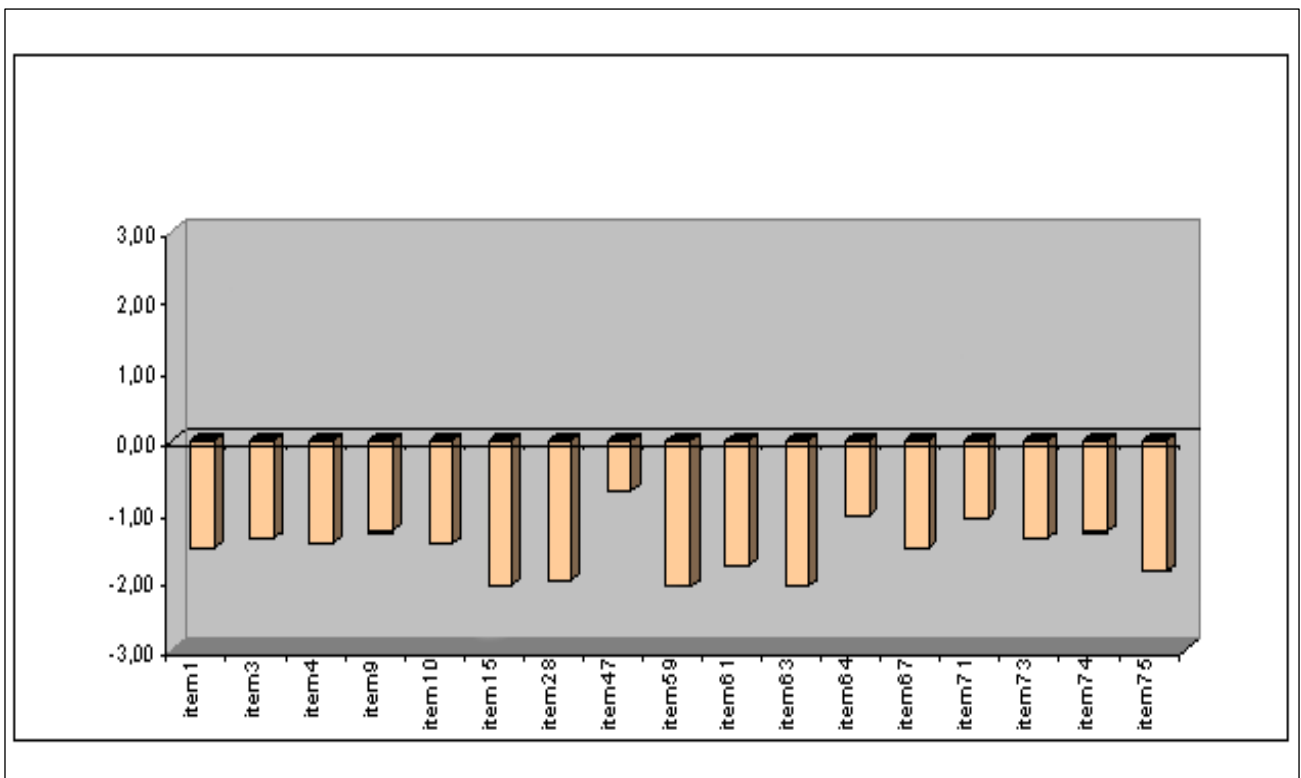
Ser cortado no vestiário antes do jogo é uma situação que pode produzir no jogador um sentimento de fracasso. A expectativa da definição da equipe gera pressão elevada e expectativas naqueles que aguardam ansiosamente esta definição. Este item foi percebido negativamente nas três faixas etárias, sendo que a intensidade foi maior nos jogadores das categorias sub-17 (-1,96) e sub – 20 anos (2,07). A menor intensidade para os jogadores acima de 20 anos (1,80), deve-se, provavelmente, à maior experiência desses atletas que lhes permite antecipar certas situações.

FIGURA 37: Estresse em jogadores da faixa etária sub-17 anos - Fator 3



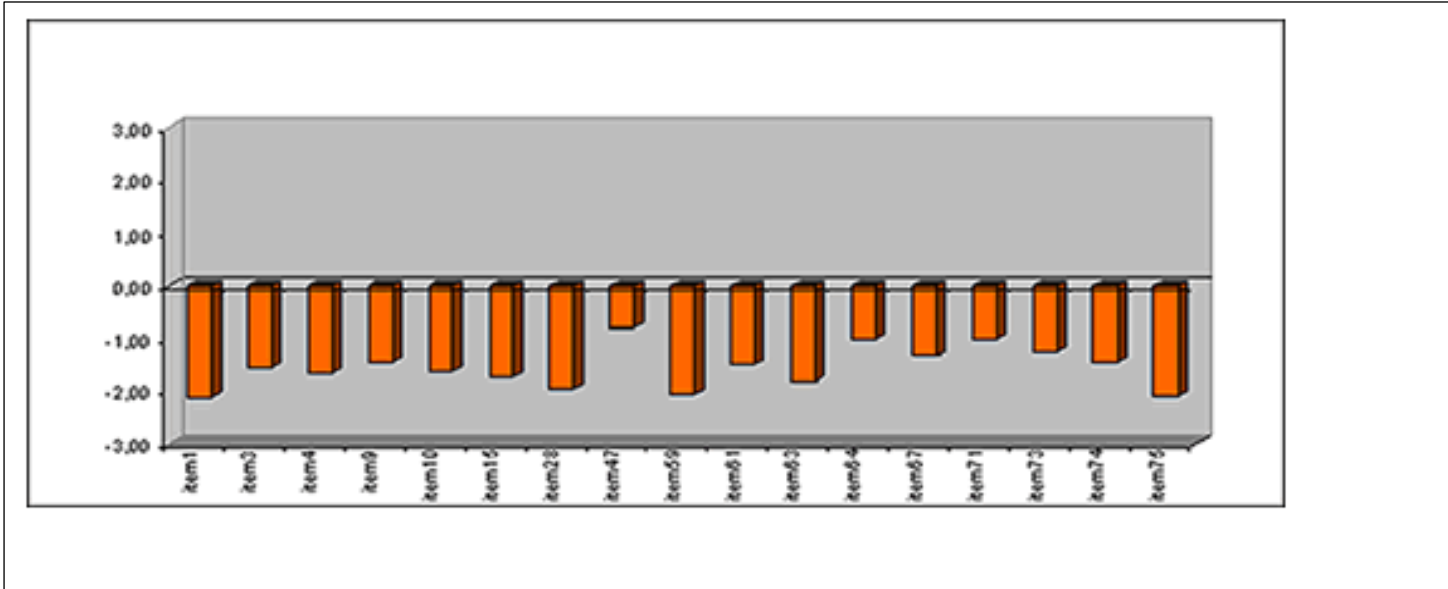
Na categoria sub-20 anos, os itens percebidos com maior intensidade foram (FIGURA 38): 59 (entrar em jogo machucado); 63 (ser cortado no vestiário antes do jogo); 15 (ser prejudicado pelos árbitros); 28 (jogar em campo ruim); 75 (falta de união de grupo).

FIGURA 38: Estresse em jogadores da faixa etária sub-20 anos - Fator 3



Na categoria acima de 20 anos os itens percebidos com maior intensidade foram (FIGURA 39): 1 (não estar bem fisicamente); 75 (falta de união de grupo); 59 (entrar em jogo machucado); 28 (jogar em campo ruim); 63 (ser cortado no vestiário antes do jogo).

FIGURA 39: Estresse em jogadores da faixa etária acima de 20 anos - Fator 3



Na comparação das médias alcançadas nas três faixas etárias (TABELA 10), verifica-se que não foram encontradas diferenças significativas entre as médias das faixas etárias sub-17 e sub-20 anos.

TABELA 10: Estresse em jogadores das faixas etárias sub-17, sub-20 e acima de 20 anos - Fator 3

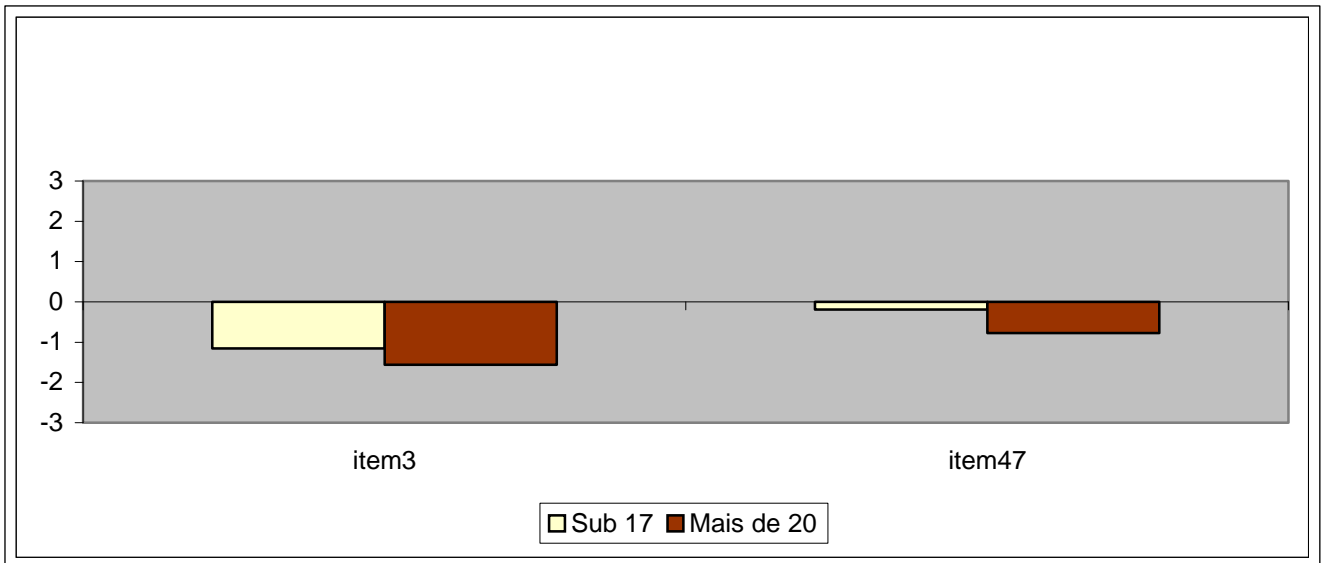
Fator 3	Sub 17		Sub 20		Acima de 20		Sub17 X Sub20	Sub17 X Acima de 20	Sub20 X Acima de 20
	Média	Desvio Padrão	Média	Desvio Padrão	Média	Desvio Padrão			
item1	-1,92	1,651	-1,52	1,952	-2,10	1,565			*
item3	-1,15	1,519	-1,39	1,546	-1,56	1,406		*	
item4	-1,43	1,499	-1,45	1,891	-1,65	1,460			
item9	-1,21	1,824	-1,29	1,932	-1,45	1,480			
item10	-1,29	1,786	-1,48	1,433	-1,62	1,387			
item15	-1,57	1,981	-2,06	1,487	-1,72	1,487			
item28	-1,73	1,607	-1,98	1,263	-1,96	1,266			
item47	-0,19	1,924	-0,71	1,753	-0,77	1,359		**	
item59	-1,90	1,696	-2,08	1,382	-2,06	1,332			
item61	-1,46	1,729	-1,76	1,594	-1,51	1,316			
item63	-1,96	1,590	-2,07	1,551	-1,80	1,430			
item64	-0,79	1,522	-1,05	1,294	-1,02	1,364			
item67	-1,48	1,473	-1,52	1,557	-1,33	1,292			
item71	-0,94	1,740	-1,07	1,554	-1,02	1,546			
item73	-1,35	1,460	-1,40	1,540	-1,25	1,376			
item74	-1,23	1,665	-1,31	1,739	-1,47	1,430			

item75	-2,01	1,622	-1,86	1,615	-2,10	1,171			
--------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	--	--	--

Nota: *Nível de Significância < 0,05; **Nível de Significância < 0,01; ***Nível de Significância < 0,001.

Entre as faixas etárias sub-17 e acima de 20 anos, foram encontradas diferenças significativas nos itens 3 (nervosismo excessivo); 47 (viagem muito longa). A FIGURA 40 ilustra os itens com diferenças significativas entre essas categorias.

FIGURA 40: Diferenças significativas no Fator 2 entre as faixas etárias sub-17 e acima de 20 anos



O nervosismo excessivo foi avaliado negativamente e com intensidade semelhante pelos jogadores das três faixas etárias, com diferença significativa ($p < 0,05$) entre as faixas sub-17 e acima de 20 anos. As médias alcançadas nas categorias sub-17, sub-20 e acima de 20 anos foram respectivamente: -1,15; -1,39; -1,56.

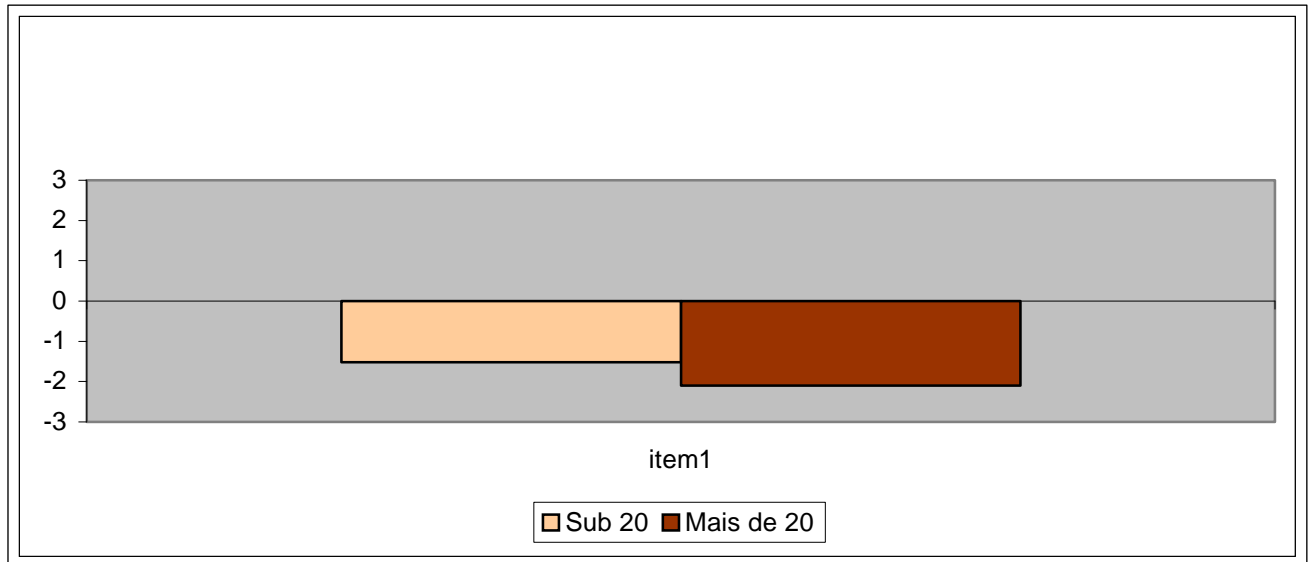
O nervosismo é um debilitador da performance e pode gerar tensão psicológica e muscular (BRANDÃO, 2000).

“Preciso apenas controlar a ansiedade e o meu nervosismo... isto prejudica o meu rendimento” (Rebeca Gusmão, Correio Brasiliense, 06/04/2004).

Na comparação das médias alcançadas entre as faixas sub 20 e acima de 20 anos, verifica-se diferença significativa (FIGURA 41) apenas no item 1 (não estar bem fisicamente), sendo que os

atletas de mais idade interpretam a situação de uma forma mais intensa que os jogadores mais jovens.

FIGURA 41: Diferenças significativas entre jogadores das faixas etárias sub-20 e acima de 20 anos



No Fator 3, dos aspectos relacionados à **demanda física e psicológica**, os jogadores da faixa etária sub-17 anos, embora tivessem a mesma percepção, em termos de direcionalidade (negativa), das faixas etárias sub-20 e acima de 20 anos, a intensidade da percepção foi menor na maioria dos itens.

Os resultados demonstraram que a idade pode ser uma característica do jogador que interfere na maneira do indivíduo perceber uma determinada situação estressora. Este fato evidencia que a variabilidade de percepção depende da subjetividade individual, da experiência e de aspectos sócio-culturais (BRANDÃO & VALDÉS, no prelo).

Segundo (BRUSTAD et al. 2001), as pesquisas que estudam os aspectos emocionais dos atletas revelam que os jovens com percepção negativa da sua capacidade para atingir determinada meta ou objetivo combinado com avaliação social negativa ou falta de apoio, tendem a ser jogadores ansiosos. Por outro lado, atletas que avaliam positivamente a sua capacidade e têm apoio social, tendem a avaliar as situações ou demandas de forma mais positiva.

Outro aspecto que pode influenciar as reações ao estresse dos atletas mais jovens é o reconhecimento que esses atletas encontram-se em processo de formação bio-psico-social e não devem estar sendo submetidos às cargas de treinamento e de pressão psicológicas por parte de familiares, torcedores e treinadores.

Esses aspectos podem explicar os resultados inesperados na comparação feita entre os jogadores das categorias sub-17 e acima de 20 anos, na qual não foram encontradas diferenças significativas no Fator 2 – **situações de fracasso iminente ou real**. Porém, como o esperado, há indícios neste estudo, de que não há diferença de percepção das situações estressoras entre jogadores das faixas etárias sub-17 e sub-20 anos. Por outro lado, foram encontradas diferenças significativas, em muitos itens, na maneira de perceber as situações estressoras entre os jogadores das categorias sub-17 e acima de 20 anos e sub-20 e acima de 20 anos, no Fator 1 - **situações de competição** e entre os jogadores sub-20 e acima de 20 anos no Fator 2 - **situações de fracasso iminente ou real**.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estresse é um processo psico-biológico. A avaliação subjetiva individual de um estímulo desencadeia reações emocionais que provocam mudanças neurológicas, fisiológicas e metabólicas importantes no organismo humano. O processo de avaliação confronta as exigências de uma determinada situação ou meta com as dificuldades que o indivíduo terá que enfrentar. A percepção ou avaliação da situação ou circunstância (estressor) como ameaça resulta na ativação de um estado de ansiedade que produz sentimentos, apreensão, nervosismo. A avaliação da situação como desafiadora produz uma conduta adaptada de prazer canalizadora de energia positiva muito importante para a ação.

A natureza da relação entre estresse e rendimento no esporte é de alta complexidade, sobretudo porque é moderada por variáveis pessoais, situacionais e pelas características da tarefa (CRUZ, 1996). Porém, o reconhecimento de que o rendimento, além dos pré-requisitos físicos, técnicos e táticos, depende também de competências emocionais (EKBLUM, 1995), torna a avaliação da condição psicológica do jogador uma tarefa de fundamental importância no planejamento e execução de programas de treinamento no desporto de rendimento.

Assim, este trabalho colocou algumas questões que foram avaliadas no estudo do estresse: será que o fato de o jogador atuar em diferentes níveis de competição ou pertencer a uma determinada faixa etária pode influenciar na maneira como ele percebe as situações específicas e gerais do futebol?

O estudo do estresse em diferentes categorias mostrou que os atletas amadores e os atletas mais jovens tendem a acompanhar a direcionalidade, positiva ou negativa, da percepção das situações estressoras, dos atletas profissionais e de mais idade.

Na comparação entre atletas das ligas profissional e amadora não foram encontradas diferenças de percepção no Fator 2 - **situações de fracasso iminente ou real** - e no Fator 3 **situação de demanda física e psicológica**. No Fator 1 - **situações de competição** - foram

encontradas diferenças de percepção em 8 situações, sendo que em todas as situações a intensidade foi maior entre os jogadores da liga profissional.

Os resultados demonstraram que os jogadores da liga universitária têm percepção bem distinta quando comparados com os jogadores das ligas amadora e profissional, especialmente em relação aos jogadores profissionais. As diferenças entre jogadores das ligas profissional e universitária, encontradas neste estudo, parecem destacar o caráter profissional dos jogadores da liga profissional; a importância da competição para esta categoria e a prática do futebol na perspectiva do lazer por parte dos jogadores universitários.

Em relação à idade, foi confirmado o pressuposto de que atletas de mais idade, pela experiência ou pela competência, exerceriam um melhor controle sobre as situações. A percepção mais intensa por parte dos atletas mais novos, foi evidente, na maioria dos resultados obtidos, especialmente no Fator 1 – **situações de competição**.

Para este tipo de estudo que busca investigar a avaliação da influência do fator de estresse em diferentes categorias é importante verificar a estrutura fatorial do instrumento para a amostra considerada, uma vez que o construto estudado pode não se apresentar da mesma forma. Este fato pode ser uma problemática para o instrumento, uma vez que a linguagem utilizada deve ser direcionada à população estudada.

A contribuição prática deste estudo está relacionada à compreensão da influência de determinadas situações estressoras na percepção dos jogadores de futebol. Esta compreensão permitirá que treinadores e professores estendam a qualidade do seu treinamento para além da preparação física e técnica dos seus jogadores. A avaliação psicológica produz informações que podem servir para minimizar os efeitos negativos das situações estressoras sobre o desempenho dos atletas. O campo de estudo é vasto e as possibilidades de aplicação prática são relevantes.

A complexidade do fenômeno bem como problemas de ordem conceitual e metodológica dificultam a definição de hipóteses que possam produzir resultados consistentes. Mais pesquisas devem ser feitas para trazer um melhor esclarecimento sobre esta temática.

ANEXO – Inventário de Fatores de Stress no Futebol – ISF

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- AGNEW, J.C.; CARRON, A .V. (1994). Crowd effects and home advantage. *International Journal Sports Behavior*, 25.
- ANSHEL, M.H.(1990). Toward Validation of a Model for Coping with Acute Stress in Sport. *International Journal of Sports Psychology*, 21.
- APITZSCH, E.(1994). La personalidad del jugador de futebol de elite. *Revista de Psicologia del Deporte*, 6.
- AYGUL, Z.S.; AKOVA,B.& GUR H. (2001). The relationship of stress and stress management factor with injury in soccer players. *Journal of Sports Medicine*, 36 (2). Turquia.
- BRANDÃO, M.R.F. (2000). Fatores de “stress” em jogadores de futebol profissional. *Tese de Doutorado em Ciências do Esporte*. Escola de Educação Física da Universidade de Campinas.
- BRANDÃO, M.R.F.; MEDINA, JP.& MARTINHO, W. (1998). Stress factors in professional soccer players. Orlando: *FIMS World Congress*.
- BRANDÃO, M.R.F. & WINTERSTEIN, P. (1999). Stress factors in professional soccer players inventory. *Proceedings of the X European congress of sport psychology*, Praga, 128-130.
- BRANDÃO, M.R.F.; VALDÉS, H.M.C.. & GONZÁLEZ, E.G. (2001). Estrés en jugadores de fútbol: una comparación Brasil & Colombia. *Revista Digital*, ano 7, número 35. Efdportes, Buenos Aires, Argentina.
- BRANDÃO, M.R.F.; VALDÉS, H.M.C. (no prelo). Sobre a Psicologia do Esporte: uma análise crítica a partir dos conceitos de subjetividade e sentido.
- BRUSTAD, J.R.; BABKES, M.L. & SMITH A.L. (2001). Youth in Sport: psychological considerations. In: SINGER; HAUSENBLAS & JANELLE (Eds.). *Sport Psychology*, John Wiley & Sons, inc.
- CAMPBELL, E. & JONES, G. (1997). Pre-competition anxiety and self-confidence in elite and non-elite wheelchair sport participants. *Adapted Physical Activity Quartely*, 14.
- CAPITANIO, A .M. (2002). Estudo descritivo das situações mais críticas de stress em futebolistas infanto-juvenis de ambos os sexos. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, 10 (4), complemento.
- CARRON, A .V. (1988). *Group dynamics in sport*. Londo, Ontario: Spodym Publishers.
- CATTELL, R.B. & SCHEIER I.H.(1963). *Handbook for the IPAT anxiety scale*. Champaign, Illinois: Institute for Personality and ability Testing.
- CHELLADURAI, P. (1993). Leadership. In R.N. Singer; M. Murphey & L.K. Tennent (Eds.). *Handbook of Research on Sport Psychology*.
- COSTILL, D.L.; MAGLISHO, R.; MORGAN, W.; WILMORE, J. & KUIPERS, H. (1987). Overtraining: physiological and psychological effects of a sudden increase in training. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 19.
- CRUZ, J.F. da S.A .(1996). *Stress, ansiedade e rendimento na competição desportiva*. Universidade do Minho: Instituto de Educação e Psicologia, Portugal.

- DE ROSE JÚNIOR, D. & VASCONCELLOS E.G.(1997). Ansiedade-traço competitiva e atletismo: um estudo com atletas infanto-juvenis. *Revista Paulista de Educação Física*, 11 (2): 148-154.
- _____ (1993). Situações de “stress” específicas do basquetebol. *Revista Paulista de Educação Física*, 7 (2): 25-34.
- DE ROSE JUNIOR, D. (1999). Situações específicas e fatores de estresse no basquetebol de alto nível. *Tese de Livre Docência*, São Paulo, EEFUSP.
- _____ (2002). A competição como fonte de estresse no esporte. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, 10 (4): 19-26.
- _____ (1998). Lista de sintomas de “stress” pré competitivo infanto-juvenil: elaboração e validação de um instrumento. *Revista Paulista de Educação Física*, 12 (2): 126-133.
- DE ROSE JÚNIOR, D.; D. SIMÕES, A .C. & VASCONCELLOS (1994). Situações de jogo causadoras de “stress” no handebol de alto nível. *Revista Paulista de Educação Física*, 8 (1): 30-37.
- DE ROSE JÚNIOR, D.; DESCHAMPS, S.; KORSAKAS, P. (2001). Situações causadoras de “stress” no basquetebol de alto rendimento: fatores extracompetitivos. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, 9 (1): 25-30.
- _____ (1999). Situações causadoras de “stress” no basquetebol de alto rendimento: fatores competitivos. *Revista Paulista de Educação Física*, 13 (2): 217-229.
- DE ROSE JÚNIOR, D.; VASCONCELLOS, E.G.; SIMÕES A .C. MEDALHA J.(1996). Padrão de comportamento do “stress” em atletas de alto nível. *Revista Paulista de Educação Física*, 10 (2): 139-145.
- De WITT, - DANIEL – J. (1980). Cognitive and biofeedback training for stress reduction with university athletes. *Journal of Sport Psychology*, 2 (4), Human Kinetics Publishers.
- EKBLOM, B (1995). *Football (Soccer)*. Londres: Blackwell Scientific Publication.
- DION, K.L. & EVANS, C.R. (1992). On cohesiveness: Reply to Keyton and others critics of the constructs. *Small groups research*, 23.
- EVANS, N.J.& DION, K.L. (1991). Group Cohesion and performance: A meta-analysis. *Small groups research*, 22.
- FIELSTEIN, E.; KLEIN, M.S.; FISHER, M.; HANAN, C.; KOBURGER, P.; SCHNEIDER, M.J. & LEITENBERG (1985). Self-esteem and causal attribution for success and failure in children. *Cognitive therapy and research*, 9 (4).
- FLETCHER, D. & HANTON S. (2001). The relationships between psychological skills usage and competitive anxiety response. *Psychology of Sport and Exercise*, 2.
- FOLHA DE BOAVISTA (2003). Página de esporte, 17/10. Boa Vista, Roraima.
- FLORES & VALDÉS (1985). *Psicobiologia de Estrés*. Edição Martinez Roca, S. A . Barcelona, Espanha.
- FONSECA, A.M. (1994). Perception des causes des resultants par les athletes: Il y a relations avec l’ âge? In M. Audiffren & G. Minvielle (Eds.), *Psychologie des pratiques physiques et sportives: Actes du Congrès International de la Société Française de Psychologie du Sport*. Université de Poitiers: Presses de l’ UFR APS.

- _____ (1996). As atribuições causais em contextos desportivos. In *Manual de Psicologia do Desporto*. Jose Fernando Cruz (Ed.). Lusografe – Braga, Portugal.
- FRESTER, R. (1976). El “test” del sintoma de carga: un procedimiento para el analisis de la elaboración de condiciones de carga psíquica em los deportista. In Kunath, P. (Org.). *Aportes a la Psicología Deportiva*. Editora Orbe, Havana.
- FRIEZE, I.H. & SNYDER, H.N. (1980). Children’s beliefs about the causes of success and failure in school settings. *Journal of Educational psychplogy*, 72 (2).
- GAL-OR, Y.; TENENBAUM, G. & SHIMRONY, S. (1986). Cognitive behavioral strategies and anxiety in elite orienteers. *Journal of Sport Sciences*, 4.
- GAUDREAU, P.; BLONDIN J.-P.; LAPIERRE A .-M. (2002). Athletes’ coping during a competition: relationship of coping strategies with positive affect, negative affect, and performance-goal discrepancy. *Psychology of Sport and Exercise*, 3.
- GOLDSMITH, - PATRICK- A. & WILLIAMS, - JEAN-M. (1992). Perceived stressors for football and volleyball officials from three ratings levels. *Journal of Sport Behavior*, 15 (2): 106-118.
- GONZÁLEZ, A.M. (1998). *Stress: um enfoque integral*. Editorial Científico-Técnica, Havana, Cuba.
- GOULD, D. & KRANE, V.(1992). The arousal-athletic performance relationship: current status and future direction. In Horn, S. *Advances in Sport Psychology*. Campaign, Illinois: Human Kinetics Publishers.
- GOULD, D. EKLUND, R.C. & JACKSON, S.A. (1993). Coping strategies used by US Olympic Wrestler. *Research Quartely for exercise and Sport*, 64.
- GRAHAM, T.R.; KOVALSKI, K.C. & CROCKER, P.R.E. (2002). The contributions of goal characteristic and causal attributions to emotional experience in youth sport participants. *Psychology of Sport and Exercise*, 3.
- HALE, B.D. & WHITEHOUSE, A. (1998). The effects of imagery-manipulated appraisal on intensity and direction of competitive anxiety. *The Sport Psychologist*, 12.
- HANIN, Y.L. (1986). State-trait anxiety research on sport in the URSS. In C.D. Spielberg & R. Diaz-Guerrero (Eds.), *Cross-Cultural Anxiety*, 3. New York, Hemisphere.
- _____ (1989). Interpersonal and intergroup anxiety in sports. In D.HACKFORT & C.D. SPIELBERG (Eds.) *Anxiety in sports: An international perspective*. New York, Hemisphere.
- _____ (1993). Optimizing pre-contest anxiety. In J. Nitsch and R. Seiler. *Motivation, emotion, stress: Proceedings of the VIII European Congress of Sport Psychology (1)*, Sankt Augustin: Academia Verlag.
- _____ (1997). Emotion and athletic performance: Individual zones of optimal functioning model. *European Yearbook of Sport Psychology*, 15.
- _____ (2000). *Emotions in sport*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- HANTON, S. & JONES, G. (1999). The acquisition and development of cognitive skills and strategies: I. Making the butterflies in formation. *The Sport Psychologist*, 13.

- HARDY, L. (1996). Testing the prediction of the cup catastrophe model of anxiety and performance. *The Sport Psychologist*, 10.
- _____. (1990). A catastrophe model of anxiety and performance of anxiety and performance. In *Stress and Performance in Sport* (Eds. J.G. Jones e L. Hardy) Chichesters: John Wiley & Sons.
- HOLT, N.L. & HOOGG, J.M. (2002). Perception of stress and coping during preparation for the 1999 women's soccer world cup finals. *Sport-Psychologist*, 16 (3). Human Kinetics Publishers.
- JANELLE, C.M. (2002). Anxiety, arousal and visual attention: a mechanistic account of performance variability. *Journal of Sport Sciences*, 20.
- JONES G.; SWAIN, A. & CALE, A. (1990). Antecedents of multidimensional competitive state anxiety and self-confidence in elite intercollegiate middle-distance runners. *The Sports Psychologist*, 4.
- JONES G.; SWAIN, A. & HARDY L. (1993). Intensity and Directions Dimension of Competitive State Anxiety and Relationships with performance. *Journal of Sports Sciences*, 11.
- JONES, G. & HANTON, S. (1996). Interpretations of competitive anxiety symptoms and goal attainment expectancies. *Journal of Sport and Exercise psychology*, 18.
- JONES, G. & SWAIN, A. B. J. (1992). Intensity and direction dimension of competitive state anxiety and relationship with competitiveness. *Perceptual and Motor Skills*, 74.
- _____. (1995) Predispositions To Experience Debilitative and Facilitative Anxiety in Elite and Nonelite Performers. *The Sports Psychologist*, 9.
- JONES, G. (1990). A cognitive perspective on the process underlying the relationship between stress in sport. In Jones & Hardy (Eds.). *Stress and Performance in Sport*. Chichester: John Willy & Sons.
- _____. (1995a). Anxiety and Performance. In S. Biddle (Eds.) *European Perspectives on Exercise and Sport Psychology*. Champaign: IL: Human Kinetics.
- _____. (1995b) More than just a game: research developments and issues in competitive anxiety in Sport. *British Journal of Psychology*, 86.
- _____. (1995c). Competitive Anxiety in Sport. In Biddle (ed.). *European Perspectives on Exercise and Sport Psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- JONES, G.; HANTÓN, S. & SWAIN, A.B.J. (1994). Intensity and interpretation of anxiety symptoms in elite and non-elite sports performers. *Personality and individual differences*, 17.
- JORNAL DE BRASÍLIA (2004). *Encarte de esporte*, 07/04. Brasília, DF.
- _____. (2004). *Encarte de esporte*, 01/04. Brasília, DF.
- _____. (2004). *Encarte de esporte*, 30/03. Brasília, DF.
- _____. (2004). *Encarte de esporte*, 16/04. Brasília, DF.
- JORNAL CORREIO BRASILIENSE (2004). *Página de esporte*, 07/04. Brasília, DF.
- _____. (2004). *Página de esporte*, 04/04. Brasília, DF.
- _____. (2004). *Página de esporte*, 06/04. Brasília, DF.
- _____. (2004). *Página de esporte*, 30/03. Brasília, DF.
- JORNAL O GLOBO (2004). *Página de esporte*, 27/05. Rio de Janeiro, RJ.
- JORNAL FOLHA DE SÃO PAULO (2004). *Página de esporte*, 02/04. São Paulo, SP.

- JORNAL O ESTADO DE SÃO PAULO* (1999). *Página de esporte*, 09/05. São Paulo, SP.
- KRANE, V. (1992). Conceptual and methodological consideration in sport anxiety research: from the inverted-U to catastrophe theory. *Quest*, 44, 72-87.
- _____. (1993). A practical application of the anxiety-athletic performance relationship- The Zone of Optimal Functioning hypothesis. *The Sport Psychologist*, 7.
- LAZARUS, R.S. & FOLKMAN, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Spring Publishing.
- LAZARUS, R.S. (2000). How emotions influence performance in competitive sports. *The Sport Psychologist*, 14.
- MARTENS, R. (1991). Sobre batallas de laboratorios y chandales. In: Cruz J. e J. Riera *Psicología del Deporte: perspectivas y aplicaciones*. Barcelona, Martinez Roca.
- _____. (1977). *Sport competition anxiety test*. Champaign, Illinois: Human Kinetics Publishers.
- MARTENS, R., BURTON, D., VEALEY, R.S., BUMP, L.A., & SMITH, D.E. (1990). Development and validations of the competitive state anxiety inventory – 2. In Martens, Vealey & D. Burton (Eds.), *Competitive anxiety in Sport*. Champaign, Illinois: Human Kinetics.
- MAYNARD, M.W.; HEMMINGS, B. & WARWICK-EVANS, L. (1995). The effects of a somatic intervention strategy on competitive state anxiety and performance in semiprofessional soccer players. *The Sport Psychologist*, 9.
- MORAES, L.C. (1990). Ansiedade e desempenho no esporte. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, 4 (2):51-56.
- MORAN, A. BYRNE A. & McGLADE (2002). The effects of anxiety and strategic planning on visual search behavior. *Journal of Sport Sciences*, 20.
- NEAVE, N.; WOLFSON, S. (2003). Testosterone, territoriality, and the 'home advantage'. *Physiology & Behavior*, 78 (2).
- NEVILL, A.M. & HOLDER, R.L. (1999). Home advantage in sport: an overview of studies on the advantage of playing at home. *Sports Medicine*, 28.
- NEVILL, A.M.; NEWELL, S.M.; GALE, S. (1996). Factors associated with home advantage in English and Scottish soccer matches. *Journal of Sports Sciences*, 14 (2).
- NTOUMANIS, N. & BIDLLE, S.J.H. (2000). Relationship of intensity and direction of cognitive state anxiety with coping strategies. *The Sport Psychologist*, 14.
- PARGMAN, D. (1986). *Stress and Motor Performance: understanding and coping*. NY: Movement Publications.
- PASQUALI, L. (2002). *Análise Fatorial para pesquisadores*. Brasília- UnB: LabPAM.
- PENSGAARD, A.M. & DUDA J.L. (2002). "If we work hard, we can do it". A tale from an Olympic (gold) medallist. *Journal of Applied Sport Psychology* 14 (3). Canada.
- PRIETO, G. (1999). *Procedimientos de Construcción Y Analisis de Tests Psicométricos*. In Wechsler, S.M. & Guzzo, R.S.L. (Eds.). *Avaliação Psicológica: perspectiva internacional*. São Paulo: Casa do Psicólogo
- ROFFÉ, M. (1998). Batman, Robin y los jugadores de fútbol. *Revista Digital*, año 3, número 12. Edeportes, Buenos Aires, Argentina.

- _____ (1999). Los miedos de los futbolistas. *Revista Digital*, ano 4, número 16. Efdeportes, Buenos Aires, Argentina.
- ROSADO, A; CAMPOS, J. & APARÍCIO, J. (1993). Comportamentos entusiastas em desportos. Perfis comportamentais de treinadores em diferentes desportos: um estudo exploratório: In: S. Serpa; J. Alves; V. Ferreira & A P. Brito (Eds.). *Actas do 8º Congresso Mundial de Psicologia do Desporto*. Lisboa, Portugal.
- SAMULSKI, D. & CHAGAS, M.H. (1992). Análise do stress na competição em jogadores de futebol de campo das categorias infantil e juvenil. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, número 4, 12-18.
- _____ (1996). Análise do estresse psíquico na competição em jogadores de futebol de campo das categorias juvenil e júnior. *Revista da Associação dos Professores de Educação Física de Londrina*, v.11, número 19, 03-11.
- SAMULSKI, D.M.; CHAGAS, M.H. & NITSCH J. R. (1996). *Stress: teorias básicas*. Editora Gráfica Cupertino Ltda. Belo Horizonte.
- SAMULSKY, D. (1991). La carga psíquica antes, durante y después de la competencia. In: *Entrenamiento Deportivo*. Cali: Editorial XYZ.
- SELYE, H. (1956). *The stress of life*. New York, Macgraw Hill.
- _____ (1946). The general adaptation syndrome and diseases of adaptation. *Journal clinic endocrinoly*, 6.
- SERPA, S. (1996). A relação treinador-atleta. In Cruz et al. (Eds). *Manual de Psicologia do Desporto*. Lusografe – Braga, Portugal.
- SINGER (1989). “Sport Psychology: international perspective”. In *Proceedings of the 7th World Congress in Sport Psychology*.
- SILVA, C.D.(2004). A vantagem de jogar em casa: uma avaliação no futebol brasileiro na temporada de 2003. *Revista Digital*, ano 10, número 71. Efdeportes, Buenos Aires, Argentina.
- SMOLL, F.L. & SMITH (1989). Competitive stress and young athlete. In Teitz, C.C. *Scientific Foundations of Sports Medicine*. Ontário: B.C. Becker.
- SPENCE, J.T. & SPENCE, K.W. (1966). The Motivational components of manifest anxiety: Drive and drive stimuli. In C.D. Spielberg (Eds.). *Anxiety and behavior*. New York: Academic Press.
- SPIELBERG, C. D. (1989). Stress and anxiety in sports. In *Anxiety in sports: an international perspective*. Hackfort, D. & Spielberg, C. (Eds.). Hemisphere Publishing Corporation, New York.
- _____ (1984). *State-Trait Anxiety Inventory: A Comprehensive Bibliography*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- _____ (1987). Stress, emotions and health. In Morgan & Goldstone (Eds). *Exercise and Mental Health*. Washington: Hemisphere Publishing Corporation.
- _____ (1983). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory (Revised)*. Palo Alto, CA: Consulting Psychology Press.
- TAYLOR, J.A. (1953). A personality scale of manifest anxiety. *Journal of abnormal and social psychology*, 48, 285-290.
- TABACHNICK, B.G. & FIDELL, L.S. (1998). *Using Multivariate Statistics*. 3^a ed. New York: Harper Collins Publishers, Inc.
- TEIPEL, D. (1993). Evaluations of environmental and game-related stress conditions in soccer players. In: S. Serpa; J. Alves; V. Ferreira & A P. Brito (Eds.). *Actas do 8º Congresso Mundial de Psicologia do Desporto*. Lisboa, Portugal.

- VALDÉS, H.M. (2000). Energía, motivación y stress. *Revista Digital*, ano 5, número 21. Buenos Aires, Argentina.
- VICKERS, J.N. (1996a). Visual control while aiming at a far target. *Journal of Experimental Experimental Psychology: Human Perception and Performance*, 22.
- _____. (1996b). Control of visual attention during the basketball free throw. *American Journal of Sports Medicine*, 24.
- WEINBERG, R. & GOULD, D. (1995). *Foundations of Sport and Exercise Psychology*. Champaign, Illinois: Human Kinetics.
- WEINBERG, R.S. (1990). Anxiety and motor performance- Where to from here. *Anxiety Research*, 2.
- WEISS, M.R.; McAULEY, E.; EBBECK, V. & WIESE, D.M. (1990). Self-esteem and causal attribution for children's physical and social competence in sport. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 12.
- WIDMEYER, W.N.; CARRON, A.N. & BRAWLEY, L.R.(1993). Group cohesion in sport and exercise. In R.N. Singer, M. Murphey, & L.K. Tennant (Eds.), *Handbook of Research on Sport Psychology*.
- WILLIAMS, A .M.; VICKERS, J.N.; RODRIGUES S. & HILLIS, F. (2000). Anxiety and performance in table tennis: a test of Eysenck and Calvo's processing efficiency theory. *Journal of Sport and Exercise psychology*, 22.
- WILLIAMS, A.M. & ELLIOTT, D. (1999). Anxiety, expertise, and visual search strategy in karate. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 21.
- WOODMAN, T. & HARDY, L. (2001). Stress and Anxiety. In Singer, R.N., Hausenblas, H.A. & Janelle, C.M. (Eds.). *Handbook of Sport Psychology*. John Wiley & Sons, Inc.
- ZUCHERMAN, M. (1960). Development of an Affect Adjective Check List for the measurement of anxiety. *Journal of Consulting Psychology*, 24.
- ZUCHERMAN, M., & LUBIN B. (1965). *Manual for the multiple affect adjective checklists*. San Diego, CA: Educational & Industrial Testing Service.