

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

**Análise das Situações Competitivas Desencadeadoras de  
Estresse em Atletas Escolares de Basquetebol**

**Miguel Vicente de Castro**

**Brasília (DF)  
2008**

# **Análise das Situações Competitivas Desencadeadoras de Estresse em Atletas Escolares de Basquetebol**

Miguel Vicente de Castro

Dissertação realizada como requisito parcial para obtenção do título de Mestre em Ciências da Saúde no programa de pós-graduação stricto sensu em nível de mestrado, da Faculdade de Ciências da Saúde, da Universidade de Brasília.

**Orientador:**

Professor Doutor Jônatas de França Barros.

CASTRO, Miguel Vicente de  
Análise das Situações Competitivas Desencadeadoras  
de Estresse em Atletas de Basquetebol Escolar, Brasília,  
2008.

44p.

Dissertação (Mestrado) - Universidade de Brasília.  
Programa de Pós-Graduação em Ciências da Saúde – 2007.

1. Estresse; 2. Basquete; 3. Competição.

Miguel Vicente de Castro

## **Análise das Situações Competitivas Desencadeadoras de Estresse em Atletas Escolares de Basquetebol**

**Dissertação aprovada** como requisito para a obtenção do título de **Mestre** no Programa de Pós-Graduação em Ciências da Saúde, da Faculdade de Ciências da Saúde, da Universidade de Brasília, pela Comissão formada pelos professores:

Presidente:	<b><i>Professor Doutor Jônatas de França Barros</i></b> Universidade de Brasília- UnB
Membro Interno:	<b><i>Professor Doutor Paulo Henrique Azevêdo</i></b> Universidade de Brasília - UnB
Membro Externo:	<b><i>Professora Doutora Sandra Helena Correia Diettrich</i></b> Instituto de Ensino Superior da FUNLEC - IESF
Membro suplente	<b><i>Professor Doutor Alexandre Luiz G. Rezende</i></b> Universidade de Brasília - UnB

Brasília (DF), 25 de julho de 2008.

## **DEDICATÓRIA**

Dedico este trabalho a minha esposa, Márcia Maria Grandão Garrido de Castro, pelo apoio, compreensão e incentivo que, sem dúvida, muito colaboraram para consecução deste trabalho; aos meus filhos, Mariana Garrido de Castro e Marcelo Garrido de Castro, dois presentes divinos que são o alimento de minha vida e o verdadeiro sentido em tudo o que realizo.

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço a DEUS, pela existência, pela saúde e paz que sempre me tem proporcionado.

Aos meus pais, Paulo Mascarenhas de Castro e Esther Santos de Castro, pelo carinho, amor e dedicação sem medida para que eu tivesse uma educação justa e honesta.

À minha esposa, Marcia Maria Grandão Garrido de Castro, pelo incentivo e paciência.

Aos meus filhos, Mariana Garrido de Castro e Marcelo Garrido de Castro, por serem a renovação de minhas forças, a luz de minha vida.

Agradeço ao Orientador, Prof. Dr. Jônatas de França Barros, pela confiança, credibilidade, orientação na minha formação acadêmica e pela amizade.

Agradeço aos meus amigos, Joel Saraiva Ferreira e Sarita Mendonça Bacciotti, pelo apoio e pela amizade construída durante a realização deste estudo.

Agradeço, ainda, a todos os funcionários da Fundação Lowtons de Educação e Cultura, em especial aos do Instituto de Ensino Superior, pela paciência e colaboração nos momentos em que me ausentei para os estudos.

Agradecimentos especiais à Fundação Lowtons de Educação e Cultura – FUNLEC, por apoiar e colaborar com esta minha formação cuja realização seria, com certeza, impossível, não fosse o apoio dessa instituição.

Agradeço, enfim, a todos que torceram por mim.

Determinação coragem e auto-confiança são fatores decisivos para o sucesso. Se estamos possuídos por uma inabalável determinação, conseguiremos superá-los. Independentemente das circunstâncias, devemos ser sempre humildes, recatados e despidos de orgulho.

**Dalai Lama**

**SUMÁRIO**

<b>Lista de Gráficos .....</b>	<b>x</b>
<b>Lista de Siglas e Abreviaturas .....</b>	<b>xi</b>
<b>Resumo .....</b>	<b>xii</b>
<b>Abstract.....</b>	<b>xiii</b>
<b>1 INTRODUÇÃO .....</b>	<b>01</b>
1.1 O Problema e sua Importância.....	01
1.2 Problema de Estudo.....	03
1.3 Objetivo Geral .....	03
1.4 Objetivos Específicos .....	03
1.5 Relevância do Estudo .....	03
1.6 Delimitação do Estudo .....	04
<b>2 REVISÃO DE LITERATURA .....</b>	<b>05</b>
2.1 Basquetebol .....	05
2.2 Competição .....	06
2.3 Estresse .....	09
<b>3 MATERIAL E MÉTODO.....</b>	<b>17</b>
3.1 Delineamento do Método .....	17
3.2 Amostra do Estudo.....	17
3.3 Coleta de Dados.....	18
3.4 Tratamento Estatístico .....	19
3.5 Riscos e Benefícios.....	19
3.6 Aspectos Éticos.....	20
<b>4 ANÁLISE DOS RESULTADOS E DISCUSSÃO.....</b>	<b>22</b>
<b>5 CONCLUSÃO .....</b>	<b>33</b>



<b>6 SUGESTÕES .....</b>	<b>35</b>
<b>7 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....</b>	<b>36</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>41</b>

## Lista de Gráficos

<b>Gráfico 1</b> - Distribuição dos atletas de basquetebol, conforme a idade.....	23
<b>Gráfico 2</b> - Distribuição dos atletas de basquetebol, conforme a posição em que joga.....	23
<b>Gráfico 3</b> - Distribuição dos atletas de basquetebol, conforme tempo no esporte....	23
<b>Gráfico 4</b> - Distribuição dos atletas de basquetebol, conforme o nível da competição.....	24
<b>Gráfico 5</b> - Distribuição dos atletas de basquetebol, conforme a participação em seleções.....	24
<b>Gráfico 6</b> - Diagrama apresentando as freqüências de respostas nas questões que envolvem o atleta.....	25
<b>Gráfico 7</b> - Diagrama apresentando as freqüências de respostas nas questões que envolvem o técnico.....	26
<b>Gráfico 8</b> - Diagrama apresentando as freqüências de respostas nas questões que envolvem os companheiros da equipe.....	28
<b>Gráfico 9</b> - Diagrama apresentando as freqüências de respostas nas questões que envolvem os adversários.....	29
<b>Gráfico 10</b> - Diagrama apresentando as freqüências de respostas nas questões que envolvem o resultado do jogo.....	30
<b>Gráfico 11</b> - Diagrama apresentando as freqüências de respostas nas questões que envolvem a arbitragem.....	30
<b>Gráfico 12</b> - Diagrama apresentando as freqüências de respostas de questões isoladas e agrupadas.....	31

## **Lista de Siglas e Abreviaturas**

**CEP** - Comitê de Ética em Pesquisa.

**FEPSAC** - Federação Européia de Associações de Psicologia do Esporte.

**FISS-B** - Formulário para Identificação de Situações de *Stress* no Basquetebol.

**FISS-J** - Formulário para Identificação de Situações de *Stress* em Jogo.

**ISSP** - *International Society of Sport Psychology*.

**JOJUMS** - Jogos da Juventude de Mato Grosso do Sul.

**UnB** – Universidade de Brasília

**Unigran** - Centro Universitário da Grande Dourados

## RESUMO

O estudo procurou-se analisar as situações competitivas desencadeadoras de estresse em atletas de basquetebol escolar no Estado de Mato Grosso do Sul. A pesquisa caracteriza-se como descritiva transversal e foi realizada com 63 atletas de basquetebol, com idades variando entre 15 e 17 anos, todos com, pelo menos, uma participação nos jogos escolares do seu município. Os dados foram coletados por meio do Formulário para Identificação de Situações de *Stress* em Jogo (FISS-J). Os dados foram analisados e apresentados em forma de gráficos e discutidos a partir da literatura. Este estudo demonstrou que as situações causadoras de estresse estão relacionadas, principalmente, a duas grandes categorias: competência individual e ao técnico. A importância da competência foi expressa pelas três situações mais citadas pelos atletas: errar em momentos decisivos, repetir os mesmos erros e cometer erros que causem a derrota da equipe. A importância da atuação do técnico ficou evidenciada nas seguintes situações: técnico injusto, técnico que só enxerga o lado negativo, técnico que não reconhece o esforço do jogador e técnico que só critica. Observa-se que por não existir muitos estudos realizados na área de estresse competitivo relacionados a atletas escolares, percebe-se que os dados encontrados não diferem muito dos dados encontrados nessas pesquisas anteriores para populações de mesma faixa etária. Os resultados demonstram também, que as situações de estresse mais significativas para o grupo pesquisado estão relacionadas com a competência do atleta e a solicitação de tarefas pelo técnico.

**Palavras-chave:** Estresse, Basquete e Competição

## ABSTRACT

This study sought to examine the unchaining situations of stress in competitive athletes from basketball school in Mato Grosso do Sul. The research is characterized as descriptive cross and was held with 63 athletes from basketball, with ages ranging between 15 and 17 years, all with at least one school participating in the games of their municipality. The data were collected by using the form for identification of situations of stress in game (FISS-J). These data were analyzed and presented in the form of graphs and discussed from the literature. This study showed that the situations of stress are related, primarily, the two major categories: competence individual and the coach. The importance of competence was expressed by the three situations most cited by athletes: mistakes in decisive moments, repeating the same errors and mistakes that cause the defeat of the team. The importance of the coach was cited in the following situations: coach unjust, coach that only see the negative side, which coach do not recognize the effort of the player and that only coach criticism. Through the results realized discerned that the results do not differ much of the data found for people of same age group, since there are few studies in the area of stress related to competitive school athletes. The results showed that the most significant situations of stress for the group researched are related to the athlete's request for the technical tasks.

**Keywords:** Stress, basketball, and competitions.

# 1 INTRODUÇÃO

## 1.1 O Problema e sua Importância

Freire (1994), Marco (1995) e Greco (2001) defendem a idéia de que a atividade esportiva contribui para a formação do ser humano; nessa linha de pensamento o esporte é um instrumento de prática salutar que pode resultar na melhoria funcional geral. Não obstante essa teoria deve-se considerar que a prática esportiva pode, por outro lado, acarretar ou imbuir-se de comportamentos que nem sempre serão considerados positivos ou salutar. Como exemplo, pode-se referir-se à competitividade que pode desenvolver elevados níveis de estresse desportistas.

O esporte, como uma manifestação da sociedade, é marcado pela proposta neoliberal na medida em que, na sua prática, competir significa vencer e, ainda, na medida em que utiliza essa lógica indiscriminadamente para todas as faixas etárias e sexo. Então, o esporte que coloca o vencer está acima de qualquer outro objetivo traz, de forma implícita, o estresse exagerado imposto pelas condições competitivas (MOREIRA, 2002).

De acordo com Gould *et al.* (apud CASAL, 2000), o estresse, sob a perspectiva psicológica, é definido como um processo que ocorre quando o indivíduo percebe um desequilíbrio entre alguma demanda física ou psicológica e acredita não ter recursos para encarar a demanda de uma atividade considerada importante.

Observa-se que o estresse em situações competitivas, tem se transformado em um dos temas mais preocupantes e angustiantes, atingindo distintas faixas etárias, especificamente a população mais jovem que, muitas vezes, não está preparada para responder a um trabalho coletivo ou ter condições de suportar

cargas além de seu limite corporal, fisiológico ou psicológico, necessárias ao esporte competitivo.

Assim sendo, é preciso haver critérios ao se expor adolescentes a situações estressantes. Samulski (1996) observa que o treinamento deve ser conduzido sem a prescrição de expectativa e rendimento; o treinador deve evitar cargas excessivas e exigências psíquicas demasiadas na competição. Por outro lado, deve diferenciar bem as medidas e programas do treinamento, considerando as faixas etárias, os níveis de treinamento, os níveis de rendimento e sexo.

Pela importância do tema, a Federação Européia de Associações de Psicologia do Esporte (FEPSAC) elaborou seu Manifesto nº 2, publicado pela *International Society of Sport Psychology* - ISSP (1996) e citado por Becker (1999), o qual considera que o esporte pode acarretar situações adversas em alguns aspectos, entre elas, a manifestação do estresse. O Manifesto considera perspectivas positivas e negativas; considera “as circunstâncias do ambiente onde a criança compete”, bem como a influência do comportamento de pais e treinadores, sugerindo que os mesmos podem e devem fazer uma aliança para reduzir a tendência unidimensional (produção) do sistema, construindo um ambiente positivo e harmônico no qual o jovem possa sentir-se seguro, praticando o esporte de acordo com o seu potencial psicofísico.

Esse ambiente somente é conseguido quando os pais e treinadores centram sua atenção no processo saudável de socialização que ocorre no esporte e não no rendimento que a criança pode alcançar no mesmo Hopper e Jeffries (apud BECKER, 1999).

## **1.2 Problema de Estudo**

Dentre as situações competitivas desencadeadoras de estresse em jogadores masculinos de basquetebol escolar na faixa etária de 15 à 17 anos, no Estado de Mato Grosso do Sul, qual (is) a (s) mais significativa(s) ?

## **1.3 Objetivo Geral**

Analisar diferentes situações competitivas, desencadeadoras de estresse em jogadores masculinos de basquetebol escolar, na faixa etária de 15 a 17 anos, no Estado de Mato Grosso do Sul.

## **1.4 Objetivos Específicos**

Descrever a frequência com que ocorrem as situações competitivas desencadeadoras de estresse em jogadores masculinos de basquetebol na faixa etária 15 a 17 anos, em Mato Grosso do Sul

Analisar a contribuição das diferentes situações competitivas desencadeadoras de estresse em jogadores masculinos de basquetebol na faixa etária 15 a 17 anos, em Mato Grosso do Sul.

## **1.5 Relevância do Estudo**

Acreditando na necessidade de estudos relacionados a atletas escolares, e com a intenção de fornecer informações aos profissionais de Educação Física que atuam no desporto escolar, para servir de subsídios na elaboração de estratégias e de programas de treinamento onde se pretende minimizar a influência do estresse no desempenho dos atletas e com isso, conseqüentemente, melhorar os resultados das equipes e o prazer pela prática do basquetebol. Percebeu-se a possibilidade de investigar e gerar informações relevantes direcionadas ao atendimento desse público. Desta forma foi realizada, no presente estudo, uma análise das situações



competitivas desencadeadoras de estresse em atletas escolares de basquetebol no Estado de Mato Grosso do Sul.

### **1.6 Delimitação do Estudo**

A população-alvo deste estudo foi de 63 atletas masculinos de basquetebol, com idade entre 15 e 17 anos, integrantes de equipes de basquete escolar da rede de ensino de diferentes municípios do Estado de Mato Grosso do Sul.

## 2 REVISÃO DE LITERATURA

### 2.1 Basquetebol

O basquetebol, segundo as Regras Oficiais de *Basketball* e o Manual dos Árbitros 2004 da Confederação Brasileira de *Basketball*, é jogado por duas equipes de cinco jogadores cada. O objetivo de cada equipe é o de marcar pontos na cesta de seus adversários e impedir a outra equipe de ganhar o controle de bola ou marcar pontos. A equipe que marcar o maior número de pontos no final do tempo de jogo será a ganhadora.

Na atualidade, o basquetebol apresenta uma grande variedade de ações durante o jogo levando a que esta seja considerada uma das mais complexas modalidades esportivas; além disso é a modalidade que apresenta limitações relacionadas ao espaço e ao tempo de jogo. O jogo, no basquetebol, está estruturado com base em três aspectos seqüenciais e interdependentes: fundamentos, situações em que ocorre a combinação desses fundamentos e aspectos táticos de defesa e ataque. Exige, ainda, três fatores básicos para a sua prática: concentração, controle e confiança. O atleta precisa estar focalizado na tarefa, controlando suas emoções e confiando na sua capacidade de realizá-la. (DE ROSE JUNIOR, DESCHAMPS E KORSAKAS, 2001)

Segundo Parlebás (1987), o basquetebol apresenta características específicas com grande diversidade de movimentos, dinâmicas de jogo e variações de ritmo durante todo o tempo. O congestionamento provocado pela área limitada de jogo e a necessidade de distribuição dos jogadores pressupõem e exigem habilidade, velocidade de reação, capacidade de iniciativa, prontidão.

O basquetebol pode ser considerado um esporte complexo, que envolve um processo dinâmico e contínuo de situações específicas para atingir um nível de

execução considerado adequado. Os atletas devem estar preparados, física, técnica e taticamente. Esses fatores, aliados aos aspectos psicológicos envolvidos na prática de qualquer esporte competitivo, são decisivos na determinação do desempenho dos atletas e, até mesmo, na definição dos resultados dos jogos. (DE ROSE JUNIOR, DESCHAMPS E KORSAKAS, 2001)

Como esporte de competição, o basquetebol é uma modalidade potencialmente geradora de estresse pelo fato de os atletas serem solicitados a desempenharem de forma ideal, sob circunstâncias dinâmicas que exigem grande atenção, concentração e participação ativa. Tudo isso mediado por pressões diversas como tempo de jogo, adversários, arbitragem, além de fatores como a necessidade de vencer, a obtenção de status social, a recompensa e necessidade de reconhecimento que, no conjunto, podem afetar o rendimento. (DE ROSE JUNIOR, DESCHAMPS E KORSAKAS, 2001)

## **2.2 Competição**

A palavra competição vem do latim *competere*, que significa 'buscar juntos'. Apesar desse sentido, não se pode aqui adotá-lo em virtude da inexistência de uma literalidade do termo, o que faz com que se compreenda que a palavra competição, por sua materialidade histórica, possibilita a atribuição de vários sentidos. Por esse motivo, hoje, normalmente ela subentende uma disputa com um oponente e uma comparação do desempenho em relação a um padrão que normalmente é o outro competidor, mas também pode ser a própria pessoa. Dessa forma, o sujeito pode competir com ele próprio ou com outra pessoa (DEVIDE, 2003).

Uma competição existe quando duas ou mais pessoas correm em conjunto, concorrem, visando a alcançarem o mesmo objetivo. Nesse sentido, será o mesmo que concorrência e que concurso. Implica a atividade rival de duas ou mais pessoas

ou grupos; cada um, correndo na sua atividade, visa a superar ou vencer o outro tanto através de um jogo de soma zero, quando aquilo que um ganha o outro perde, como através de um jogo de soma variável onde todos os jogadores, apesar de competirem uns com os outros, podem acabar por ganhar conjuntamente. (MALTEZ, 2007).

Coakley (1994, apud VIEIRA, 1997) define competição como um processo histórico-cultural, no qual são oferecidas recompensas às pessoas, com base na comparação de seus desempenhos com o de terceiros que estejam cumprindo a mesma tarefa. Nesse processo, vencedores e perdedores são classificados em função do melhor desempenho ou habilidade de sua execução. Assim, a competição implica no fato de que o sucesso de qualquer participante é resultado do fracasso de outros tantos.

Um dos aspectos mais marcantes do atual contexto social é a exacerbada competição que aparece impregnada nas relações humanas. Embora essa tenha sido uma característica também de outros tempos, pode-se notar que a sua presença é tão forte em muitos espaços da nossa vida como parece ser a intenção de desenvolvê-la na consciência das pessoas. (ANDRIOLI, 2003)

De acordo com o autor acima citado, muitas são as manifestações da idéia de competição em nosso meio social. Ela está presente desde a “preparação” das crianças, pelos pais, para “vencer na vida”; nas brincadeiras e jogos competitivos nos quais “o importante é competir” para que haja “graça”; em festivais, gincanas, concursos e em todas as atividades que pressupõem a seleção de alguns, em detrimento da exclusão de outros; chegando, finalmente, ao mundo competitivo do trabalho e ao conjunto das relações sociais em que o importante é ser um “vencedor”, para demonstrar “competência” e se afirmar diante dos outros. Rey

(apud ANDRIOLI, 2003) afirma que “ao valorizar a competição, ao levantá-la como bandeira, o homem vê o outro como seu inimigo (...) e quando há um ganhador, o mais forte, surgem irremediavelmente a marginalidade e a opressão”.

### **2.2.1 Competição Esportiva**

A competição não é um fator exclusivo das experiências esportivas, pois reflete valores e objetivos sociais. Desde o nascimento até a morte o ser humano compete pela sobrevivência em todos os setores em que atua: família, escola e trabalho, mas é no esporte que ela tem mais evidência, devido à divulgação e à importância do esporte no atual contexto social. (DE ROSE JUNIOR, 2002).

Geralmente, compete-se por um bem escasso e exige-se uma idéia de jogo, o que implica a existência de certas regras de jogo, de um quadro estável e demarcado de regras, dentro do qual se exerce a competição e onde até deve existir um árbitro capaz de garantir o *fair play*. (MALTEZ, 2004).

Normalmente o termo competição, no âmbito do esporte, refere-se à ocasião na qual o atleta tem a oportunidade de demonstrar seus atributos, seja em um jogo, uma prova ou um confronto entre dois ou mais competidores. Na sua forma mais simples de interpretação, a competição esportiva pode ser considerada como o momento em que indivíduos ou equipes se confrontam para buscar um mesmo objetivo, ou seja, a vitória. (DE ROSE JUNIOR, 2002).

Cada modalidade esportiva tem suas particularidades e exige diferentes métodos de preparação e demandas físicas, técnicas, táticas e psicológicas, mas todas têm como referencial a competição. É por meio da competição que se conhecem os melhores, os piores, os vencedores e, naturalmente, os derrotados. (DE ROSE JUNIOR et al, 2004).

Para Ré (2004), experiências anteriores, motivação, autoconfiança, jogadores reservas em seus times, importância do evento e a própria importância que o atleta

dá para o evento ou competição estão diretamente relacionadas às situações que poderão desencadear o estresse em cada atleta.

De Rose (1997) afirma que o processo competitivo é composto por situações objetivas (torcida, material, competidores, situações do jogo, etc.) dentre outras e situações competitivas subjetivas (maneira individual de interpretar as situações objetivas), situações estas que são fontes geradoras de estresse.

Lawther (1973) entende a competição **esportiva** como forma de esforço para provar que se é superior a outrem, obtendo honra e louvor por isso. Assim, ela consiste na busca do sucesso, de acordo com as capacidades do esportista em superar o recorde anterior ou o atual oponente. Contudo, segundo o autor, esse esforço para superar outros competidores não traz necessariamente, conotação hostil, mas à medida que o desejo de vencer aumenta, a competição pode começar a apresentar sinais de agressividade e rivalidade.

### **2.3 Considerações sobre Estresse**

A palavra "Estresse" vem do inglês "*Stress*". Esse termo foi usado inicialmente na física para traduzir o grau de deformidade sofrido por um material quando submetido a um esforço ou tensão. Hans Selye transpôs o termo para a medicina e biologia, significando o esforço de adaptação do organismo para enfrentar situações ameaçadoras à vida e ao equilíbrio interno. (MELO e LAURENTINO [s/d]).

No que se refere à definição de estresse, Coelho e Coelho (1998) sugerem que seja "um desequilíbrio psicossomático, proveniente de uma situação específica de ameaça a integridade física e mental do indivíduo". Os autores propõem um modelo no qual o estresse é um efeito resultante de causas de ameaças psicológicas e físicas. Essas causas são devidas à percepção do indivíduo em

relação à situação e não da situação em si. Isso significa que a situação por si só não leva ao estresse, mas sim a percepção que o indivíduo tem da situação específica e de ser ela ameaçadora a ele.

Corroborando com esta percepção de Coelho e Coelho (1998) em relação à definição de “estresse”, Melo e Laurentino (s/d) descrevem que o estresse é a denominação dada a um conjunto de reações orgânicas e psíquicas de adaptação, que o organismo emite quando é exposto a qualquer estímulo que o excite, irrite, amedronte ou o faça muito feliz.

Para Lipp (2007), estresse é uma condição de desequilíbrio do funcionamento, tanto físico como mental. Em momentos de tensão excessiva, todo o organismo é afetado. Se este equilíbrio é restabelecido de pronto, não há danos maiores para a pessoa. No entanto, se a condição de desequilíbrio permanecer por tempo excessivo, as doenças começam a surgir e a impaciência, a ansiedade e a depressão se estabelecem.

Para Trough (apud GOUVÊA *et al*, (2001), o estresse é uma resposta psicofisiológica que se caracteriza pelo desequilíbrio entre a demanda da situação e a capacidade de resposta do organismo).

Estresse, em princípio, não é uma doença. É apenas a preparação do organismo para lidar com as situações que se apresentam, sendo, então, uma resposta do mesmo a um determinado estímulo, a qual varia de pessoa para pessoa. O prolongamento ou a exacerbação de uma situação específica é que, de acordo com as características do indivíduo naquele momento, pode gerar alterações indesejáveis; apesar de estarmos acostumados, em nosso dia-a-dia, a associar a palavra estresse somente a situações que tenham conotações negativas, consideramos importante realçar que também são entendidas como estresse

reações relacionadas a situações prazerosas e com retorno agradável para o indivíduo. Ou seja, nem sempre o agente disparador de um processo de estresse é um acontecimento ruim. (MELO e LAURENTINO, s/d)

O estresse parece ser um fenômeno altamente negativo em nossas vidas; entretanto, Machado e Paulinetti (1997) mostram que isso não é uma verdade absoluta. Esses autores observam que o estresse é sempre visto como um fenômeno negativo que se relaciona com perigos, prejuízos ou danos; no entanto, o estresse é necessário à vida, para a manutenção e aperfeiçoamento das capacidades funcionais, autoproteção e conhecimento dos próprios limites. Assim sendo, considera-se que o estresse pode se originar de fatores negativos ou positivos de múltiplas origens.

Essa perspectiva é apoiada por Sime e McKinney (1994) ao considerarem que o estresse é definido como qualquer evento físico, psicológico ou cognitivo, de natureza negativa (adversa) ou positiva (satisfação) que suscita uma resposta fisiológica e requer uma significativa adaptação homeostática. Os autores acrescentam, ainda, que quando essa adaptação é excessiva ou prolongada o desvio dos níveis basais pode ser denominado de tensão e podem produzir conseqüências fisiopatológicas, se experimentadas com grande intensidade e com alta freqüência por longo tempo. A natureza dos achados fisiopatológicos é determinada primariamente por fatores individuais que predispõem um indivíduo a uma ou mais de uma variedade de doenças relacionadas ao estresse.

### **2.3.1 Estresse no Esporte**

De uma maneira geral há diversos aspectos psicológicos que podem ter influência sobre o desempenho de atletas. Entre eles podem ser citados: motivação, ansiedade, estresse, atenção, concentração, agressividade etc. (DE ROSE JUNIOR,



DESCHAMPS e KORSAKAS, 1999). Para Stefanello (2007), o estresse competitivo tem sido considerado um dos fatores psicológicos mais determinantes para o desempenho esportivo.

Alguns autores (CRUZ, 1996; HANTON, THOMAS e MAYNARD, 2004; HARRIS, 1991; LANDERS e BOUTCHER, 1991; RAVIZZA, 1991) relatam que os diferentes tipos de pressão que o atleta sofre durante a competição podem gerar altos níveis de estresse, transformando-se em fatores negativos e redutores do desempenho. Níveis elevados de estresse, em geral, aumentam a tensão muscular e criam déficits de atenção. Uma tensão muscular excessiva reduz a flexibilidade, a coordenação motora e a eficiência muscular, impedindo que os atletas adotem rápidos comportamentos e padrões motores para evitar situações perigosas ou agir de maneira apropriada a um bom rendimento. Os déficits de atenção causam redução da capacidade de atenção, dúvidas acerca da capacidade pessoal, maior vulnerabilidade ou predisposição para a distração e maior atenção a aspectos irrelevantes à tarefa.

Segundo Jones e Hardy (1990), o desempenho esportivo resulta da combinação de três fatores: fisiológicos, biomecânicos e psicológicos. Os fatores psicológicos são aqueles que podem interferir no desempenho, independentemente do grau de preparação física e técnica do atleta. Apontam para questões pessoais e/ou coletivas que completam o quadro necessário para uma boa preparação individual, com reflexos na equipe, quando o esporte assim requerer. De uma maneira geral há diversos aspectos psicológicos que podem ter influência sobre o desempenho de atletas. Entre eles podem ser citados: motivação, ansiedade, atenção, concentração, agressividade e, obviamente, o estresse.

Entretanto o modelo de Smith (1986) o estresse competitivo é composto por três fatores: a situação, a avaliação cognitiva e as respostas. Relativamente à situação o autor descreve que a condição de estresse está relacionada ao nível de equilíbrio ou desequilíbrio da interação das demandas do meio e os recursos pessoais. No que se refere à avaliação cognitiva, está relacionada com a capacidade do atleta em lidar com as situações em que esse comportamento é resultante de uma série de atributos pessoais como: crenças, autoconceito, nível de habilidade, nível de condicionamento físico e nível de expectativa. Em relação às respostas (que poderão ser fisiológicas, motoras ou psicológicas), por sua vez, estarão diretamente relacionadas à avaliação cognitiva. Quando essa avaliação indicar que a situação pode representar uma ameaça ao atleta, então haverá uma mobilização de recursos para que ele possa lidar com ela. Não conseguindo, o atleta poderá sofrer uma influência negativa e ter, entre outros fatores, seu desempenho prejudicado.

Foi utilizado o modelo que se tem para compreender o estresse competitivo relaciona-se com os fatores intrínsecos e extrínsecos e é apresentado por De Rose Junior e Vasconcelos (1997b). Em seus estudos esses autores ressaltam como fonte intrínseca: pouca experiência, falta de habilidade específica, pouco tempo de prática, maior responsabilidade, medos (de perder, do adversário, de críticas etc.), entre outros.

Como fontes extrínsecas, apontam, os mesmos autores, fatores do meio ambiente competitivo como (local, adversários, árbitros, torcida, preparação, clima etc.). Existem, ainda, situações causadoras de estresse chamadas fatores competitivos individuais e competitivos situacionais; entre os fatores individuais podem-se destacar: personalidade dos atletas, atributos pessoais (físicos, técnicos e

psicológicos), pressões internas, expectativas e objetivos; entre os situacionais destacam-se: preparação de equipe (volume, intensidade e qualidade do treinamento), pessoas importantes no processo (técnico, arbitragem, adversários e companheiros de equipe), condições de equipamentos e materiais de treino e jogo, aspectos organizacionais da competição, infra-estrutura da equipe, patrocinadores, entre outros. (DE ROSE JUNIOR e VASCONCELOS,1997)

De Rose Junior (1996) afirma que o estresse competitivo, em qualquer fase da competição e qualquer que seja o nível do atleta, pode ser gerado por situações direta ou indiretamente relacionadas à competição. As situações diretamente relacionadas à competição são aquelas que fazem parte direta do processo competitivo, podendo estar vinculadas ao próprio indivíduo e/ou ao meio ambiente, enquanto que as situações indiretamente relacionadas ao processo competitivo são aquelas que decorrem da vida cotidiana do atleta, em seu ambiente familiar, escolar ou de trabalho. As situações causadoras de estresse relacionadas ao processo competitivo têm sido estudadas por muitos autores e podem gerar diferentes reações, dependendo do sexo, idade, nível de habilidade, experiências anteriores e tempo de prática em uma determinada modalidade esportiva.

Muitos estudos demonstraram que o nível de estresse varia de acordo com as circunstâncias competitivas. Endossando essa visão, Lowe (1973) examinou os efeitos de uma situação competitiva de jogo, de acordo com sua importância, no nível de estresse percebido por 60 crianças envolvidas nas pequenas ligas do baseball. Os resultados demonstraram que quanto maior a importância do jogo, maior foi o nível de estresse apresentado pelas crianças atletas, antes e durante a partida. Hanson (1967) conduziu outro estudo no qual examinou a variação de estresse entre os momentos críticos do jogo nas pequenas ligas do baseball. Os

resultados mais significativos desse estudo foram obtidos quando as crianças estavam em situações de extrema exigência de performance, o que fez o autor concluir que o estresse varia de acordo com a percepção de ameaça sentida pela criança durante a partida.

Bara Filho (2002) demonstra, em seu estudo, que o esporte competitivo é um fator causador de estresse em consequência de variáveis fisiológicas, biomecânicas, psicológicas e metabólicas que exercem papel fundamental no desempenho esportivo. Qualquer tipo de estímulo estressor (físico e/ou psicológico) pode desencadear reações psicofisiológicas que acabam resultando em hiperfunção do sistema nervoso simpático e do sistema endócrino, mais particularmente, da glândula supra-renal.

Scanlan (1982) demonstrou que o estresse experimentado por uma criança em atividades desportivas ocorre quando a criança atleta sente-se incapaz de atender com sucesso à demanda da performance em uma situação competitiva. Este desequilíbrio percebido entre a capacidade de resposta e a demanda da resposta resulta num sentimento de incompetência e de falha que ameaça a auto estima da criança.

Em estudo realizado por De Rose Junior (2002), em quatro modalidades esportivas, verificou-se as situações competitivas que causam níveis mais elevados de estresse; cometer erros que provocam a derrota individual ou da equipe; autocobrança exagerada; perder jogo praticamente ganho; perder para adversário ou equipe tecnicamente mais fraco; cometer erros em momentos decisivos; erros de arbitragem que prejudicam o atleta ou a equipe; companheiro egoísta; companheiro que não se esforça; técnico que só critica; técnico que não reconhece o esforço do

jogador; técnico que só enxerga o lado negativo; fofocas no grupo; inveja e diferença de tratamento por parte do técnico.

## 3 MATERIAL E MÉTODO

### 3.1 Delineamento do método

Caracterizou-se o estudo como descritivo transversal, na medida em que pretende identificar e descrever os fatores acima mencionados, estabelecendo relação entre as variáveis.

Para Gil, a pesquisa descritiva:

(...) tem como objetivo primordial a descrição das características de determinada população ou fenômeno ou o estabelecimento de relações entre variáveis (...) salientando-se aquelas que têm por objetivo estudar as características de um grupo (...) (GIL, 1994).

Outros autores, como Barros e Lehfeld (2000), acrescentam que a pesquisa descritiva “procura descobrir a freqüência com que um fenômeno ocorre, sua natureza característica, causas, relações e conexões com outros fenômenos”.

### 3.2 Amostra do Estudo

A amostra investigada, no presente estudo, foi de 63 atletas masculinos de basquetebol, com idade entre 15 e 17 anos, integrantes de equipes de basquete escolar da rede de ensino de diferentes municípios do Estado de Mato Grosso do Sul. Os atletas foram pré-selecionados a partir de uma condição essencial: terem participado de, pelo menos, uma versão dos Jogos Escolares em seu município.

#### 3.2.1 Critérios de Inclusão:

1. Concordância e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (Anexo A), feito pelo responsável do atleta, por se tratar de indivíduo menor de idade.
2. Ter idade entre 15 e 17 anos
3. Ter participado de pelo menos uma versão dos Jogos Escolares do município de origem do atleta do gênero masculino, no estado do MS.

### **3.2.2 Critério de Exclusão:**

Atletas que não cumpriam a condição de já ter em participado, no mínimo, de uma versão dos jogos escolares do município de origem. Ser do gênero Feminino.

### **3.3 Coleta de Dados**

A coleta dos dados ocorreu, com os atletas do município de Campo Grande, no mês de outubro de 2006 e com os demais atletas durante a realização dos Jogos da Juventude de Mato Grosso do Sul (JOJUMS) na cidade de Dourados, em novembro de 2006. Evento que reúne as escolas campeãs em seus respectivos municípios. Participaram deste estudo atletas dos seguintes municípios: Campo Grande (29 pesquisados), Maracaju (11 pesquisados), Naviraí (08 pesquisados), Mundo Novo (09 pesquisados) e Laguna Carapã (06 pesquisados).

As informações foram obtidas por meio de deslocamento do pesquisador até o local onde os atletas estavam treinando ou alojados, reunindo os mesmos em uma sala de aula, em ambiente tranquilo, seguindo um agendamento prévio com o responsável técnico. O questionário foi aplicado uma única vez a cada atleta. Os participantes foram orientados pelo pesquisador e tiveram um tempo de aproximadamente 60 minutos para o preenchimento do cadastro e do formulário contendo 17 questões.

Utilizou-se, como instrumento para obtenção dos dados, uma versão reduzida e adaptada do Formulário para Identificação de Situações de *Stress* no Basquetebol (FISS-B), desenvolvida por De Rose Junior, Deschamps e Korsakas (2001), denominada Formulário para Identificação de Situações de *Stress* em Jogo (FISS-J) (Anexos B e C). O FISS-J contém uma ficha de identificação com dados da vida esportiva dos atletas (ANEXO B) e a relação de situações causadoras de estresse em jogo (ANEXO C). Apesar de se haver identificado os atletas, o sigilo das

informações foi mantido e o manuseio dos dados foi feito de forma a se preservar a não-identificação dos atletas.

### **3.4 Tratamento Estatístico**

Para comparar os valores obtidos nas questões utilizou-se o Teste de Friedman, seguido do Teste de Dunn, no nível de significância de 5%, sendo as amostras dependentes emparelhadas em função do atleta (ZAR, 1984).

Uma vez que algumas questões tinham um elemento de ligação, ou seja, abordavam assuntos semelhantes, as comparações entre as questões agrupadas tiveram precedência. Nas situações em que não foram encontradas diferenças significativas entre as questões de um grupo, criou-se uma nova variável resposta, de forma a que representasse o resultado destas, sendo atribuído a ela os escores medianos dos valores, arredondados para o valor par mais próximo.

### **3.5 Aspectos Éticos**

El-Guindy (2004) destaca que, entre os principais aspectos éticos da pesquisa envolvendo seres humanos, deve-se observar o respeito à dignidade humana, o que implica em realizá-la somente após o consentimento livre e esclarecido dos sujeitos, que por si ou seus representantes legais manifestem sua anuência. Da mesma forma, toda pesquisa envolvendo seres humanos deve ser submetida anteriormente à apreciação de um Comitê de Ética em Pesquisa (CEP).

Seguindo tais orientações, este estudo contou com a concordância dos responsáveis pelos adolescentes pesquisados, com a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (Anexo A).

A autorização do CEP foi obtida junto ao comitê de ética em Pesquisa com Seres Humanos do Centro Universitário da Grande Dourados (Unigran) – CEP/Unigran (Anexo D), ao qual o Projeto de pesquisa foi encaminhado, devido a



realização do Programa de Mestrado Interinstitucional envolvendo a Universidade de Brasília (UnB) e o Centro Universitário da Grande Dourados(Unigran)

Vale ressaltar que o Projeto de Pesquisa enviado ao CEP-Unigran e aprovado em 27 de setembro de 2006 tinha por título “O estresse no basquetebol escolar: fatores competitivos e a contribuição do técnico”; alterou-se, entretanto, esse título, que aqui passa a ser o seguinte: “Análise das situações competitivas desencadeadoras de estresse em atletas escolares de basquetebol”. Trata-se do mesmo estudo, da mesma pesquisa, entretanto com apenas essa alteração.

Os dados e os resultados obtidos por meio do material e método que acabam de ser descritos são apresentados e discutidos no capítulo que se segue

### **3.6 Riscos e Benefícios**

O presente estudo foi desenvolvido durante a realização dos Jogos da Juventude de Mato Grosso do Sul, na cidade de Dourados, em novembro de 2006. Dessa forma, o estudo se aproximou da realidade cotidiana de atletas escolares, facilitando a coleta de dados. Além disso, o instrumento utilizado para a obtenção dos dados não é do tipo invasivo; em momento algum provocou constrangimento para o participante da pesquisa. Aos participantes, ofereceu-se a liberdade de, caso tivessem algum motivo, pudessem solicitar o encerramento de sua participação, em qualquer tempo.

Em relação aos benefícios desta pesquisa, pretende-se apresentar uma linha de ação para as instituições que atuam na área de treinamento de basquetebol, no planejamento e acompanhamento das atividades na área da educação física para atletas escolares de 15 a 17 anos, constituindo-se, ainda, num suporte teórico para a literatura específica.

## 4 ANÁLISE DOS RESULTADOS E DISCUSSÃO

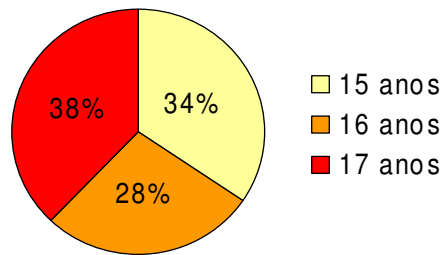
A competição acontece no momento em que o atleta tem a oportunidade de demonstrar seus atributos, sendo que, no basquetebol, esse momento é o próprio jogo, no qual todos os envolvidos têm o mesmo objetivo - a vitória (DE ROSE JUNIOR, 2002).

Entende-se que o contexto competitivo é gerador em potencial de estresse e o jogo é o momento culminante para que os atletas possam demonstrar suas habilidades, independentemente da idade ou do nível do praticante (DE ROSE JUNIOR, 2004).

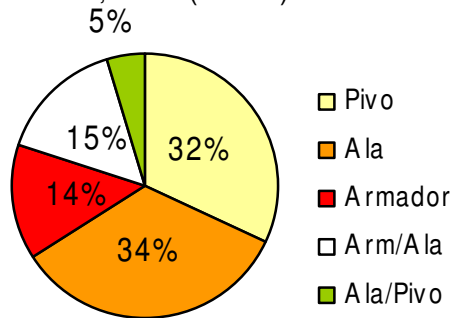
Tendo como ponto de partida esses pressupostos realizou-se este estudo, cujos resultados são apresentados a seguir. Inicialmente descreve-se a caracterização do grupo avaliado: a idade (Gráfico 1), posição em que joga (Gráfico 2), tempo no esporte (Gráfico 3), nível da competição (Gráfico 4) e participação em seleções (Gráfico 5). Seguidamente, apresentam-se as frequências de respostas nas questões que tenham um elemento de ligação, ou seja, abordam assuntos semelhantes. Então foram executadas antes as comparações entre as questões agrupadas em relação ao atleta (Gráfico 6), ao técnico (Gráfico 7), aos companheiros de equipe (Gráfico 8), aos adversários (Gráfico 9), ao jogo (Gráfico 10) e uma questão que envolve a arbitragem (Gráfico 11). Por último, apresentam-se as frequências de respostas de questões isoladas e agrupadas (Gráfico 12).

Segue-se a apresentação dos dados dos Gráficos 1, 2, 3, 4 e 5, que descrevem a caracterização do grupo avaliado.

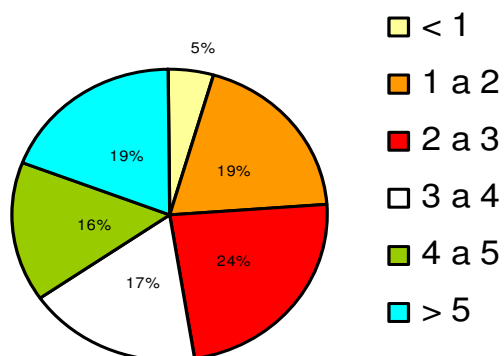
**Gráfico 1** - Distribuição de freqüência, conforme a idade, de atletas de basquetebol de Mato Grosso do Sul, 2007 (n = 63).



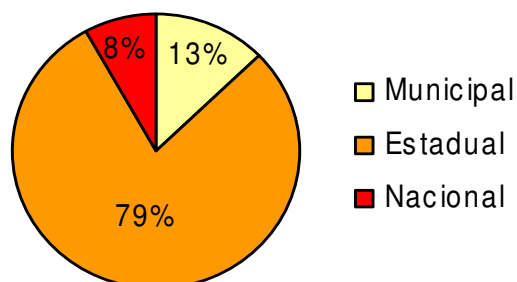
**Gráfico 2** - Distribuição de freqüência, conforme a posição em que joga, de atletas de basquetebol de Mato Grosso do Sul, 2007 (n = 63).



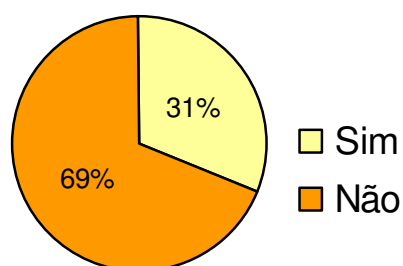
**Gráfico 3:** Distribuição de freqüência, conforme o tempo no esporte(anos), de atletas de basquetebol de Mato Grosso do Sul, 2007 (n = 63).



**Gráfico 4:** Distribuição de freqüência, conforme o nível da competição, de atletas de basquetebol de Mato Grosso do Sul, 2007 (n = 63).



**Gráfico 5:** Distribuição de freqüência, conforme a participação em seleções, de atletas de basquetebol de Mato Grosso do Sul, 2007 (n = 63).

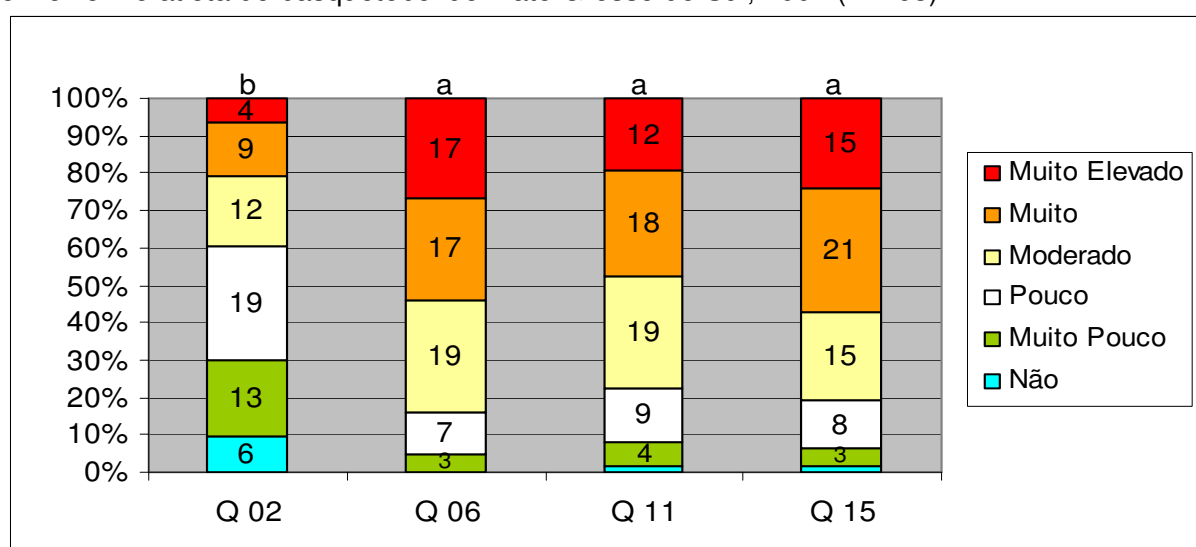


Por esses dados apresentados nos Gráficos 1, 2, 3, 4 e 5 pode-se verificar que a população investigada predomina dentro da faixa etária dos 15 (34%) e dos 17 anos (38%). Relativamente à posição em que joga, a maioria (66%) atuava como ala e pivô e os 34% restantes atuavam como armador, armador/ala e ala/pivô. Vale observar que uma equipe de basquetebol é composta, dentro da quadra, geralmente, por um armador, dois alas e dois pivôs, devendo ser este o motivo de se observar uma elevada porcentagem de alas e pivôs. Em relação ao tempo em que praticam o basquete observa-se que 53% já o fazem há mais de três anos; se levarem-se em conta os dois anos de prática esse percentual pode crescer para 74%. Quanto à participação em competições, tem-se um percentual de 79% em nível estadual, o que já seria esperado, pois trata-se de atletas escolares, geralmente com pouca participação em nível nacional. O percentual referente à

participação em seleções foi de 69% de atletas que não só representam sua escola, como já representaram seu Município e/ou Estado.

A quantidade de respostas referentes às questões agrupadas em relação ao atleta estão apresentadas no Gráfico 6, conforme a seguir: Q02 representa jogar em mau estado físico, contundido ou doente; Q06 representa errar em momentos decisivos; Q11 representa repetir os mesmos erros; Q15 representa cometer erros que causem a derrota da equipe.

**Gráfico 6:** Diagrama apresentando as freqüências de respostas nas questões que envolvem o atleta de basquetebol de Mato Grosso do Sul, 2007 (n = 63).



Nota: Letras diferentes acima das colunas indicam que estas se diferem estatisticamente entre si pelo teste de Dunn ( $p < 0,05$ ).

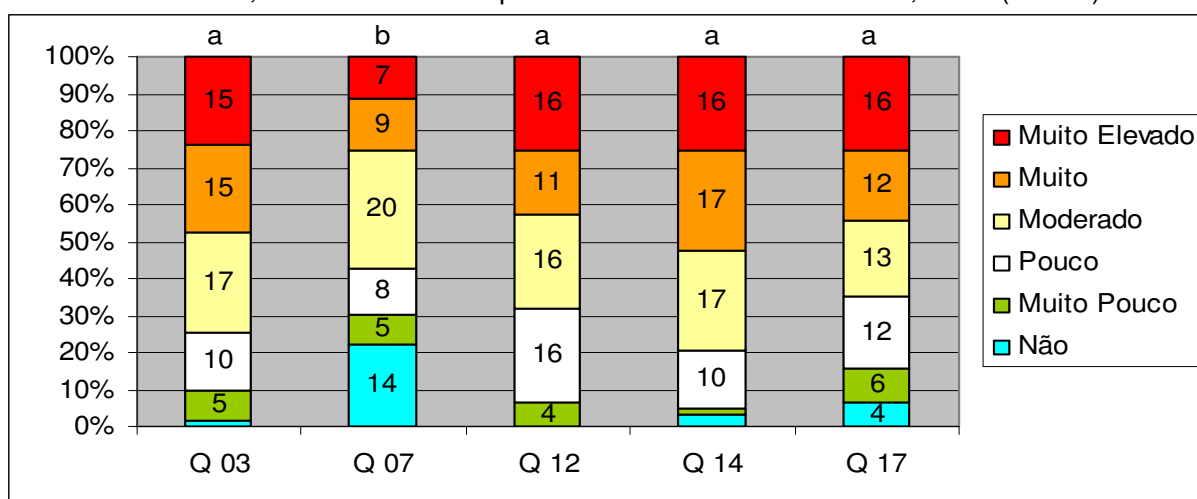
Observa-se, no Gráfico acima que a condição física em que o atleta se encontra (Q02), apresenta-se como um fator causador de moderado, pouco ou muito pouco estresse, o que se distingue estatisticamente das respostas relacionadas ao desempenho na competição (Q06, Q11 e Q15), que apresentam, em sua maioria, a classificação da condição de causador de estresse como moderado, muito e muito elevado. De Rose Junior *et al.* (1999) também detectaram, a partir de fontes de competência, elevados níveis de estresse em atletas de basquetebol de alto nível. Pesquisadores como Coelho e Coelho (2000) destacam que a importância que pais,

técnicos, professores ou terceiros colocam em cada competição, impondo um comportamento opressivo, regulador e autocrático, fazem com que os atletas sintam-se ameaçados, percebendo a situação como altamente dependente de seu desempenho.

Sendo o momento do jogo a oportunidade que o atleta tem para colocar em prática todo o aprendizado adquirido, na qual se expõe à apreciação e avaliação de todos (companheiros, adversários, técnico, arbitragem, pais entre outros) e também encara novos desafios, é esperado que o seu desempenho seja um fator mais estressante que seu próprio condicionamento físico ou estado de saúde.

O total das respostas referentes às questões agrupadas relativas ao técnico estão apresentadas no Gráfico 7, da seguinte forma: Q03 representa Técnico injusto; Q07 representa Técnico que grita muito; Q12 representa Técnico que só enxerga o lado negativo; Q14 representa Técnico que não reconhece o esforço do jogador; Q17 representa Técnico que só critica.

**Gráfico 7:** Diagrama apresentando as freqüências de respostas, nas questões que envolvem o técnico, de atletas de basquetebol de Mato Grosso do Sul, 2007 (n = 63).



Nota: Letras diferentes acima das colunas indicam que estas se diferem estatisticamente entre si pelo teste de Dunn ( $p < 0,05$ ).

Pode-se verificar, no Gráfico 7, que a única questão que se difere estatisticamente é a Q7, relacionada apenas à forma como o técnico se dirige aos

atletas, ou seja, o fato de ele gritar, ou não, indica que causa estresse moderado aos atletas pesquisados. Chama a atenção que 14 informantes responderam que esse tipo de atitude não causa estresse algum. Esse dado vem de encontro aos resultados encontrados por De Rose Junior et al, (2004) que, em um estudo para identificar a classificação da ordem de importância dessas mesmas 17 situações que provocam estresse em atletas – os autores utilizaram o mesmo formulário empregado neste estudo. Foram pesquisados 417 atletas das modalidades de basquetebol, handebol e voleibol e obteve-se o seguinte resultado: no basquetebol, a atitude de gritar com os atletas ficaram em 16º lugar; no handebol, em 17º, a menos estressante, portanto, já que no voleibol obteve o 15º lugar. Relativamente às questões Q3, Q12, Q14 e Q17, observam-se que não se diferem estatisticamente e estão relacionados com as orientações e solicitações de tarefas pelo técnico; um grande número de atletas consideraram as situações pertinentes às referidas questões muito estressantes e de estresse muito elevado.

Possivelmente esses valores apresentam-se em níveis de estresse elevados devido, possivelmente, ao fato de os atletas buscarem sempre o melhor dentro da competição, necessitando, portanto, do apoio do técnico; quando não percebem esse apoio, eleva-se o nível de estresse.

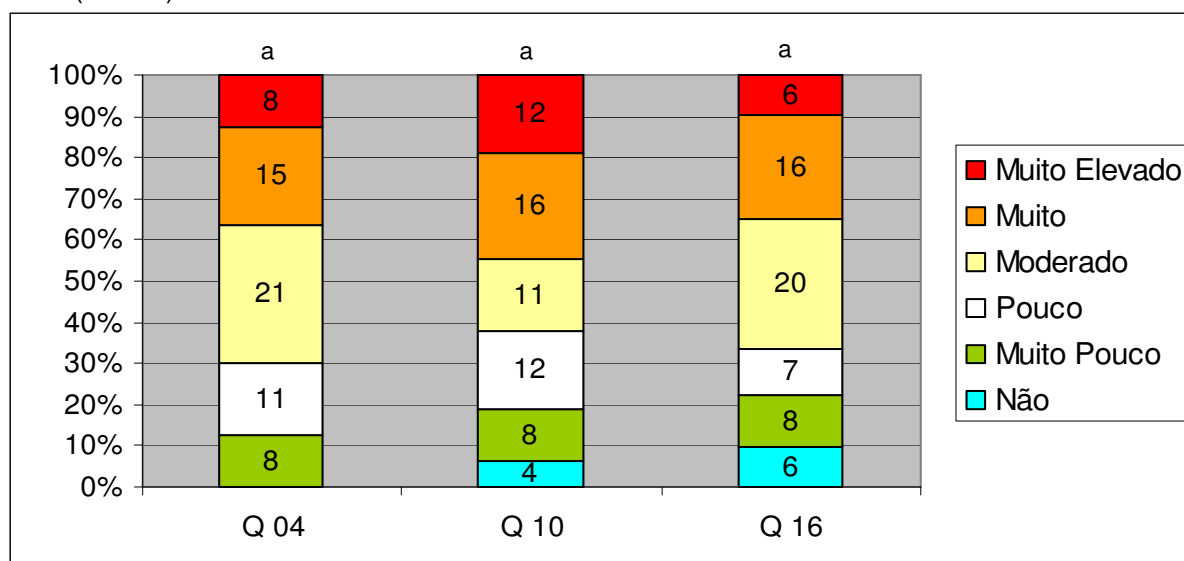
O técnico, com suas atitudes e postura podem causar níveis elevados de estresse e interferirem diretamente no desempenho do atleta. Técnicos injustos, técnicos que não reconhecem o esforço dos atletas e aqueles que somente criticam sem apontar soluções contribuem de forma decisiva para elevados níveis de estresse dos atletas (DE ROSE JUNIOR, DESCHAMPS e KORSAKAS, 2001).

A quantidade de respostas referentes às questões agrupadas em relação aos companheiros de equipe estão apresentadas no Gráfico 8, assim: Q04 representa

Companheiro egoísta; Q10 representa Companheiro que não se esforça; Q16 representa Companheiro que reclama muito.

No Gráfico 8 as questões não se diferem estatisticamente e demonstram que pode haver um elevado índice de estresse em relação aos companheiros egoístas, que não se esforçam e que reclamam muito, no basquetebol, como em toda modalidade esportiva coletiva, havendo necessidade, portanto, de uma sintonia entre os praticantes para que se tenha um melhor desempenho dentro da competição. Segundo De Rose Junior, Deschamps e Korsakas (1999), os companheiros de equipe são fontes de estresse comuns e podem influenciar negativamente no desempenho dos atletas.

**Gráfico 8:** Diagrama apresentando as freqüências de respostas, nas questões que envolvem os companheiros da equipe, de atletas de basquetebol de Mato Grosso do Sul, 2007 (n = 63).

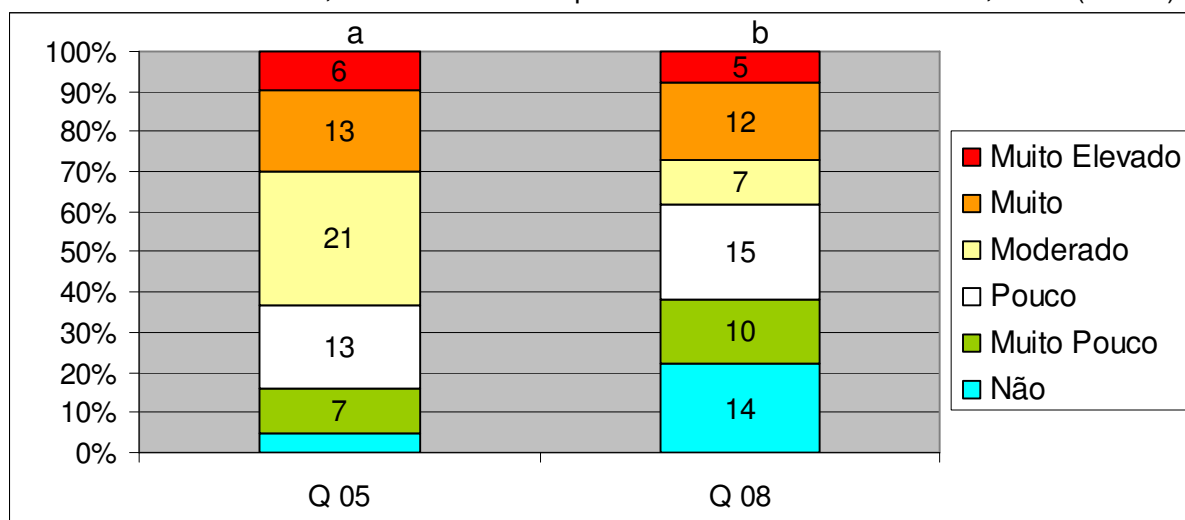


Nota: Letras diferentes acima das colunas indicam que estas se diferem estatisticamente entre si pelo teste de Dunn ( $p < 0,05$ ).

O número correspondente às respostas relativas às questões agrupadas em relação ao adversário estão apresentadas no Gráfico 9, sendo que: Q05 representa Adversário desleal; Q08 representa Adversário provocador.



**Gráfico 9:** Diagrama apresentando as freqüências de respostas, nas questões que envolvem os adversários, de atletas de basquetebol de Mato Grosso do Sul, 2007 (n = 63).

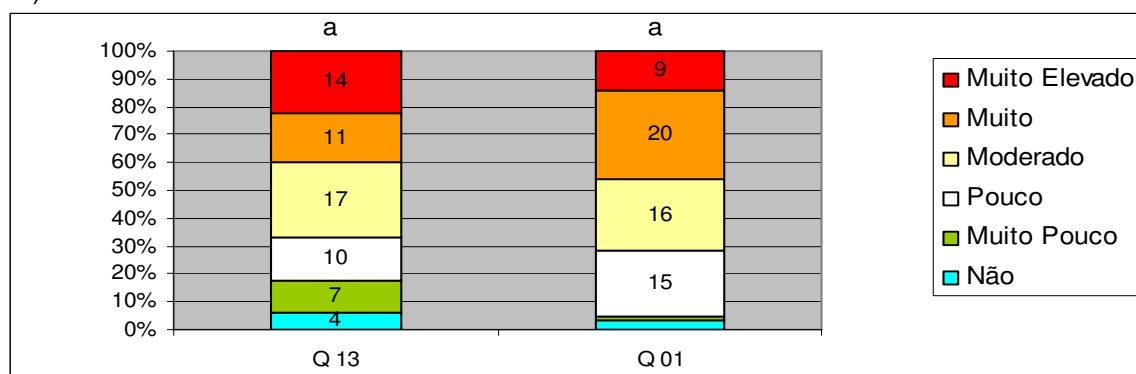


Nota: Letras diferentes acima das colunas indicam que estas se diferem estatisticamente entre si pelo teste de Dunn ( $p < 0,05$ ).

Observa-se, pelo Gráfico 9, que, para o grupo pesquisado, o fato de o adversário ser desleal (Q05) pode representar um nível de estresse mais elevado do que ser um adversário provocador (Q08). A freqüência de respostas para (Q05) foi de estresse moderado, a muito elevado, obtendo 40 respostas nessa faixa, enquanto que na Q08 obteve-se o inverso: 39 respostas na faixa de pouco estresse a nenhum estresse.

O total de respostas referentes às questões agrupadas em relação ao resultado do jogo está apresentado no Gráfico 10, da seguinte forma: Q13 representa Perder para equipe tecnicamente inferior; Q01 representa Perder jogo praticamente ganho.

**Gráfico 10:** Diagrama apresentando as freqüências de respostas, nas questões que envolvem o resultado do jogo, de atletas de basquetebol de Mato Grosso do Sul, 2007 (n = 63).

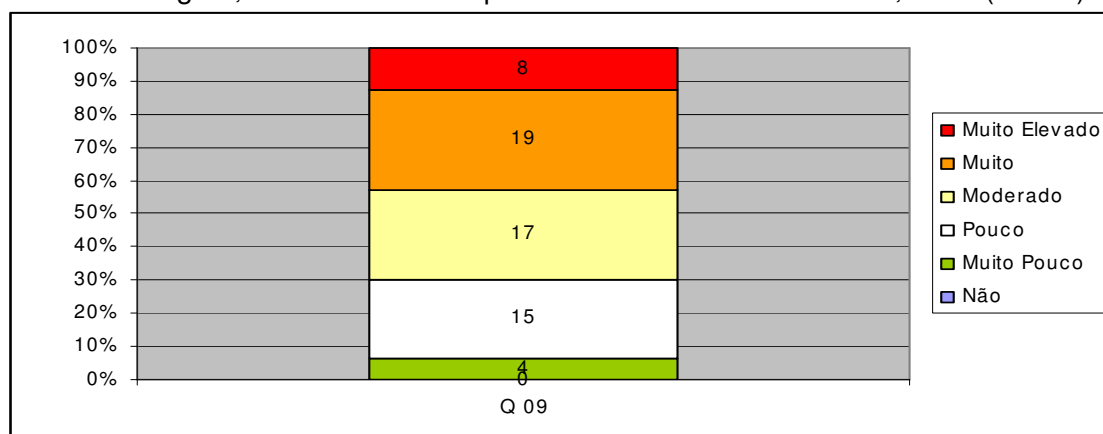


Nota: Letras diferentes acima das colunas indicam que estas se diferem estatisticamente entre si pelo teste de Dunn ( $p < 0,05$ ).

Observa-se um alto nível de estresse nas questões do Gráfico 10, que têm, em sua maioria, a condição de causador de estresse classificado como moderado, muito e muito elevado. Esse resultado difere do que foi relatado por De Rose Junior et al, (2004), que identificaram uma grande diferença entre Q13 (perder jogo para equipe tecnicamente inferior) e Q01 (perder jogo praticamente ganho), em que Q13 obteve 19,4% e Q01 obteve 57,3% das respostas. Nesse estudo a população foi constituída de atletas das modalidades de Basquetebol, Handebol e Voleibol.

A quantidade de respostas referentes à questão Q09, que representa Arbitragem prejudicial a você e/ou a sua equipe, podem ser observadas no Gráfico 11.

**Gráfico 11:** Diagrama apresentando as freqüências de respostas, na questão que envolve a arbitragem, de atletas de basquetebol de Mato Grosso do Sul, 2007 (n = 63).

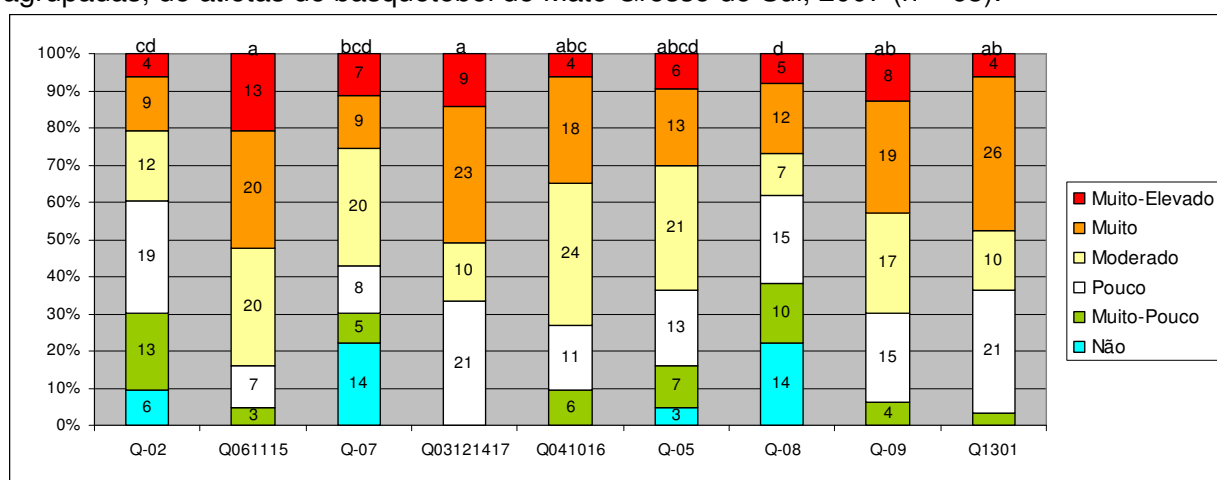


Conforme representado no Gráfico acima, a questão referente à arbitragem perfaz um total de 44 respostas (dentro da classificação moderado, muito e muito elevado) que apontam o fator “arbitragem” como causador de estresse, influenciador e interferente no desempenho do atleta.

Esse resultado corrobora os dados apontados por De Rose Junior, Deschamps e Korsakas (2001), que identificaram, em um estudo com 136 atletas de basquetebol (75 masculinos e 61 femininos), a arbitragem como a maior das fontes de estresse pesquisadas no referido estudo.

As respostas referentes às questões isoladas e agrupadas estão apresentadas no Gráfico 12. Para as questões que apresentaram alguma ligação, que abordaram assuntos semelhantes e para as quais não foram encontradas diferenças entre as questões agrupadas estatisticamente significativas, criou-se uma nova variável resposta, sendo atribuído a ela os escores medianos dos valores, arredondados para o valor par mais próximo.

**Gráfico 12:** Diagrama apresentando as freqüências de respostas, de questões isoladas e agrupadas, de atletas de basquetebol de Mato Grosso do Sul, 2007 (n = 63).



Nota: Letras diferentes acima das colunas indicam que estas se diferem estatisticamente entre si pelo teste de Dunn ( $p < 0,05$ ).

Observamos no Gráfico 12, a freqüência de respostas das seguintes questões: em relação ao atleta (Q02), (Q06), (Q11) e (Q15); em relação ao técnico

(Q07), (Q03), (Q12), (Q14) e (Q17); em relação aos companheiros de equipe (Q04), (Q10) e Q(16); em relação aos adversários (Q05) e (Q08); em relação à arbitragem (Q09) e em relação ao resultado do jogo (Q13) e (Q01). Neste caso, foi criada uma nova variável resposta para as questões de um mesmo grupo, quando estas não apresentavam diferenças estatisticamente significativas entre si.

Nas situações competitivas desencadeadoras de estresse relacionadas com o desempenho do atleta (Q06), (Q11) e (Q15), o fato de se errar em momentos decisivos, repetir os mesmos erros e/ou cometer erros que causem a derrota da equipe representam fatores causadores de estresse muito e muito elevado. Isto indica que para o grupo pesquisado, tal situação é a de mais alto valor de estresse. Referentemente ao técnico (Q03), (Q12), (Q14) e (Q17), suas orientações e solicitações de tarefas mostrou-se, também, pelos resultados, uma situação que pode causar um elevado nível de estresse no grupo pesquisado, podendo influenciar no desempenho do atleta.

## 5 CONCLUSÃO

Ao término deste estudo, que teve como objetivo analisar diferentes situações competitivas desencadeadoras de estresse em jogadores masculinos de basquetebol escolar, na faixa etária de 15 a 17 anos, no Estado de Mato Grosso do Sul.

Segue as conclusões deste estudo.

Verificou-se, no decorrer do trabalho, que há poucos estudos sobre estresse competitivo em atletas escolares em comparação a atletas de clubes “profissionais”.

Observamos que os dados deste estudo foram consoantes com os estudos anteriores de estresse competitivo, verificando-se, apenas uma diferença significativa em relação ao resultado do jogo: perder jogo praticamente ganho. Acredita-se que essa diferença se dê pelo fato de ser, a população investigada, de atletas “profissionais” cujo valor da vitória tem um significado diferente da de atletas escolares.

O estresse competitivo deve ser analisado cuidadosamente sob o ponto de vista técnico, tático e psicológico para que se tenha uma real noção do quanto as situações específicas podem refletir no desempenho dos atletas. O conhecimento das situações causadoras de estresse, que podem alterar o desempenho dos atletas, é um recurso importante para a elaboração de estratégias que possam diminuir o impacto das mesmas no rendimento dos atletas e conseqüentemente da equipe.

Por este estudo parece claro que as situações causadoras de estresse estão relacionadas, principalmente, a duas grandes categorias: competência individual e ao técnico. A importância da competência foi expressa pelas três situações mais citadas pelos atletas: errar em momentos decisivos, repetir os mesmos erros e

cometer erros que causem a derrota da equipe. A importância da atuação do técnico ficou evidenciada nas seguintes situações: técnico injusto, técnico que só enxerga o lado negativo, técnico que não reconhece o esforço do jogador e técnico que só critica.

## **6 SUGESTÕES**

Todos os resultados e conclusões obtidos com este estudo poderão servir de subsídio para que técnicos e atletas entendam melhor o processo competitivo sob o ponto de vista do estresse provocado pela atuação deles, além de poder subsidiar o trabalho desses profissionais no sentido de minimizar o impacto que a atuação deles possa ter sobre o desempenho dos atletas.

Considera-se, finalmente, que este estudo aponta para a necessidade de uma continuidade nas investigações em busca de outras informações que possibilitem um melhor entendimento a respeito do estresse competitivo, contribuam para a implementação de programas de treinamento escolar e proporcionem um melhor desempenho e conforto aos atletas na execução de suas tarefas na competição.

## 7 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANDRIOLI, A. I. **O mito da competitividade**. Revista Espaço Acadêmico – Ano II – N 23 – Abril/2003 – Mensal – ISSN 15196186.

BARA FILHO, M. G.; RIBEIRO, L. C. S. et al. **A redução de cortisol sanguíneo através da técnica de relaxamento progressivo em nadadores**. Revista Brasileira de Medicina do Esporte, V. 8, nº 4, p. 139-143, 2002.

BARROS, A. J. S.; LEHFELD, N. A. S. **Fundamentos de Metodologia Científica: um guia para a iniciação científica**. São Paulo: Makron Books, 2000.

BASKETBALL, C. B. **Regras oficiais de basketball e manual dos árbitros**, 2004.

BOBBIO, N.; MATTEUCCI, N.; PASQUINO, G. **Dicionário de política**. Distrito Federal: Linha Gráfica Editora, 1991. v. 1.

CASAL, H. M. V. **Energia, motivação, atividade, ansiedade e stress como conceitos complementares**. Disponível em: [www.efdeportes.com/revistadigital](http://www.efdeportes.com/revistadigital). Buenos Aires - ano 5 – nº 21 – maio 2000. Acesso em: 14 set. 2004.

COELHO, R. W. T; COELHO, Y .B. **Estudo comparativo entre o nível de stress de crianças envolvidas em diferentes esportes organizados e em atividades físicas competitivas informais**. Revista Treinamento Desportivo, Curitiba, v. 5, n. 1, p. 27-39, 2000.

X CONGRESSO BRASILEIRO DE CIÊNCIAS DO ESPORTE, Anais. VIEIRA, A. **A competição nos esportes prepara as pessoas para a vida?** Goiânia, CBCE, 1997, p. 1243 -1247.

CRUZ, J.F. **Stress, ansiedade e rendimento na competição desportiva**. Braga: Lusografe, 1996.



DEVIDE, F.P. **Possíveis sentidos da competição:** uma reflexão sobre o esporte master. Motus Corporis, Rio de Janeiro, v. 10, n. 2, p. 43-62, 2003.

DE ROSE JUNIOR. D. **Estresse pré-competitivo no esporte infanto-juvenil:** elaboração e validação de um instrumento. Tese de Doutorado, São Paulo: Instituto de Psicologia da USP, 1996.

\_\_\_\_\_. **A Competição como fonte de estresse no esporte.** Revista de Ciência em Movimento, Brasília, v. 10, nº 04, p.19-26, 2002.

DE ROSE JUNIOR. D; VASCONCELOS, E.G. **Ansiedade-traço competitivo: um estudo com atletas infanto juvenil.** Revista Paulista de Ed. Física, v. 11, nº 02, p.148-154, 1997.

DE ROSE JUNIOR D.; DESCHAMPS, S. R.; KORSAKAS, P. **Situações causadoras de estresse no basquetebol de alto rendimento: fatores competitivos.** Revista Paulista de Educação Física, 13, 2, 217-229, 1999.

\_\_\_\_\_. **O jogo como fonte de stress no basquetebol infanto-juvenil.** Revista Portuguesa de Ciências do Desporto, Porto, v.1, n.2, p.36-44, 2001.

DE ROSE JUNIOR, D; SATO, C. T; SELINGARDID; BETTENCOURT, E. L; BARROS, J. C. T. S; FERREIRA, M. C. M. **Situações de jogo como fonte de stress em modalidades esportivas coletivas.** Revista Brasileira de Educação Física e Esportes, São Paulo, v.18, n.4, p.385-95, out./dez. 2004.

EL-GUINDY, Moustafa M. **Metodologia e ética na pesquisa científica,** São Paulo:Editora Santos, 2004.

I FÓRUM NACIONAL DO ESPORTE. Anais, Belo Horizonte, 1999, BECKER JR, B. **Benefícios e riscos do esporte para criança.**

FREIRE, J. B. **Educação de corpo inteiro:** Teoria e Prática da Educação Física. São Paulo: Scipione, 1994.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. São Paulo: Atlas, 1994.

GOUVÊA, F.C. A motivação e o esporte: uma análise inicial. In: BURITI, M. A. **Psicologia do esporte**. São Paulo: Alínea, 2001.

GRECO, P. J.; BENDA, R. N. (Org.) **Iniciação esportiva universal: da aprendizagem motora ao treinamento técnico**. Belo Horizonte: Editora UFMG / Escola de Educação Física, 2001.

HANSON, D. L. **Cardiac response to participation in little league baseball competition as determined by telemetry**. Research Quarterly, 38 (2), 384-388. 1967

HANTON, S.; THOMAS, O.; MAYNARD. I. **Competitive anxiety responses in the week leading up to competition: the role of intensity, direction and frequency dimensions**. Psychology of Sport and Exercise, 2004.5: 169–18.

HARRIS, D. V. **Técnicas de relajacion y energetizacion para la regulacion del arousal**. In: Williams, JM. Psicología aplicada al deporte. Madrid: Biblioteca Nueva, 1991. p. 277-306.

JONES, J. G; HARDY, L. **Stress and performance in sport**. Chichester: J.Willey, 1990.

LANDERS, D. M; BOUTCHER, S. H. **Relação entre el arousal y la ejecución**. In: Williams, JM. Psicología aplicada al deporte. Madrid: Biblioteca Nueva, 1991. p.249-275

LAWTHER, J. **Psicologia desportiva**. Rio de Janeiro: Fórum, 1973.

LIPP, M. E. N. **Globalização e mudanças: o stress do novo milênio**. Disponível em: <http://www.estresse.com.br>. Acesso em 10 dez. 2007.

LOWE, R. **Stress, arousal, and task performance of little league baseball players**. Unpublished doctoral dissertation, University of Illinois. 1973.

MALTEZ, J. A. **Tópicos políticos**: Breves Tentativas de definições Conceituais, elaboradas por um professor em regime de sabática. Disponível em: <<http://topicospoliticos.blogspot.com/2004/10/competio-o-que.html>>. Acesso em: 22 ago. 2007

MACHADO, A. A.; PAULINETTI, A. P. M. Psicologia do esporte. Temas emergentes I. In: “**Stress e a performance esportiva**” Jundiaí, SP: Ápice, 1997. p.125-141.

MARCO, A. D. (Org.) **Pensando a educação motora**. São Paulo: Papirus, 1995.

MELO, E. E; LAURENTINO, G. **Estresse competitivo na adolescência**. Disponível em: <<http://recantodasletras.uol.com.br/trabalhosacademicos/433355>>. Acesso em 30 jul. 2007.

MOREIRA, W.W. (Org.) **Educação Física & Esportes**: Perspectivas para o século XXI. São Paulo: Papirus, 2002.

PARLEBÁS, P. **Perspectivas para una Educación Física moderna**. Malaga: Unisport Andalucia, 1987.

RAVIZZA, K. **Incremento de la toma de conciencia para el rendimiento en el deporte**. In: Williams, JM. Psicologia aplicada al deporte. Madrid: Biblioteca Nueva, 1991. p. 321-44.

RÉ, A. H. N., DE ROSE JR., BÖHME, M. T. S. **Stress e Nível Competitivo: considerações sobre jovens praticantes de futsal**. Revista de Ciência em Movimento, Brasília, v. 12, nº 04, p.83-87, 2004.

SAMULSKI, D. e CHAGAS, M. H. **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, II, 19, 3-11, 1996.

SCANLAN, T. K. **Motivation and Stress in competitive youth sports.** Journal of Physical Education Recreation and Dance, 53, 27-28. 1982.

SIME, W. E.; MCKINNEY, M. E. **Manejo do estresse: aplicações na prevenção e reabilitação da doença cardíaca coronariana.** In: AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE. Prova de esforços & prescrição de exercícios. Rio de Janeiro: Revinter, 1994.

III SIMPÓSIO MINEIRO DE PSICOLOGIA DO ESPORTE. Juiz de Fora UFJF, 1-6, 1997a. DE ROSE JUNIOR. D. **Esporte na infância: estresse ou divertimento?**

SMITH, R. E. **A component analysis of athletic stress.** In: WEISS, M.P.; GOULD, D. (Eds.). Sport for children and youths. Champaign: Human Kinectics, 1986. p.107-11.

STEFANELLO, J. **Situações de estresse no vôlei de praia de alto rendimento: um estudo de caso com uma dupla olímpica** Revista Portuguesa de Ciência do Desporto 7(2) 232–244, 2007.

ZAR, J. H. **Bioestatistical analysis.** 2 ed. New Jersey: Prentice Hall, 1984. 718 p.

## ANEXO A

### TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Campo Grande (MS), \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_.

Srs. Pais e/ou Responsáveis,

Seu filho(a), menor de idade, está sendo convidado a participar do projeto de pesquisa “O ESTRESSE NO BASQUETEBOL ESCOLAR: FATORES COMPETITIVOS E A CONTRIBUIÇÃO DO TÉCNICO” a ser desenvolvido e coordenado pelo Professor Miguel Vicente de Castro, aluno do Curso de Mestrado Minter em Ciências da Saúde da Universidade de Brasília (UnB/Unigran). O objetivo geral deste estudo é identificar qual a contribuição do técnico nas situações competitivas provocadoras de estresse em jogadores de basquetebol escolar, faixa etária de 15 à 17 anos, da rede particular de ensino de Campo Grande - Mato Grosso do Sul. A participação será através do preenchimento do termo de consentimento, cadastro e um formulário contendo 17 situações muito comuns nos esportes coletivos e que podem desencadear estresse e influenciar no desempenho do jogador. Será realizado um encontro de aproximadamente 50 minutos onde será explicada a forma de preenchimento e aguardado pelo pesquisador o preenchimento do mesmo. É importante lembrar que a participação do (a) menor é voluntária, e só serão mensurados com a concordância simultânea dos mesmos e de um dos pais ou responsáveis. Independente do motivo, o aluno poderá desistir a qualquer tempo de participar do projeto. Antes, durante ou após a pesquisa, não haverá qualquer custo ou retorno financeiro para o aluno. Ficando, portanto, o pesquisador ou a UnB /Unigran livre de qualquer obrigação que não diga respeito estritamente à avaliação.

Caso concorde em participar deste estudo, o nome e a identidade serão mantidos em sigilo. A menos que requerido por lei, somente o pesquisador, o Comitê de Ética de Pesquisa da Unigran terão acesso às informações para verificar os resultados de estudo.

Para qualquer informação, o contato poderá ser feito pelo telefone celular 9982-8790 ou pelo e-mail mvcastro.ef@unigran.br.

Declaro que li e entendi este termo de consentimento e todas as minhas dúvidas foram esclarecidas e autorizo meu filho(a) a tomar parte do estudo.

Nome do(a) Menor:

Nome do responsável:

Data \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Assinatura do responsável

Cordialmente,

\_\_\_\_\_  
Miguel Vicente de Castro  
Rua Delcídes Mariano N° 225 – Rita Vieira I  
79.052-250 Campo Grande-MS  
Telefones 3387-8790 / 9982-8790

**ANEXO B**  
**Formulário para Identificação de Situações de Stress em Jogo (FISS-J)**  
**Ficha de identificação**

<b>Nome:</b> _____ <b>Nasc.</b> ___/___/___		
<b>Escolaridade:</b> Ensino _____ série _____		
<b>Escola:</b> _____		
<b>Telefone para contato</b> _____ <b>e-mail:</b> _____		
 <i>Posição:</i> _____		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Há quanto tempo pratica esse esporte?</b></li> </ul>		
1. menos de 1 ano	( )	
2. 1 a 2 anos	( )	
3. 2 a 3 anos	( )	
4. 3 a 4 anos	( )	
5. 4 a 5 anos	( )	
6. mais de 5 anos	( )	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Qual o nível mais alto de competição que você já participou?</b></li> </ul>		
1. Municipal	( )	
2. Estadual	( )	
3. Nacional	( )	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Você já participou de Seleções?</b>                      <b>Sim ( )</b>                      <b>Não ( )</b></li> </ul>		
<b>Regional /Estadual</b>		<b>Nacional</b>
<b>Quantas vezes?</b> _____		_____
<b>1ª vez (ano)?</b> _____		_____
<b>última vez (ano)?</b> _____		_____
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Data:</b> ___/___/_____</li> </ul>		

**ANEXO C**  
**Formulário para Identificação de Situações de Stress em Jogo (FISS-J)**  
**Relação de situações causadoras de estresse em jogo**

Caro (a) atleta:

A seguir você tem relacionado 17 situações muito comuns nos esportes coletivos e que podem desencadear estresse e influenciar no seu desempenho. Leia com atenção cada uma delas e classifique de 0 à 5 as situações, observando a escala abaixo:

- (0) não provoca estresse
- (1) provoca muito pouco estresse
- (2) provoca pouco estresse
- (3) provoca estresse moderado
- (4) provoca muito estresse
- (5) provoca estresse muito elevado

Como as vivências são pessoais, as respostas devem ser individuais. Procure, no momento do preenchimento, estar sozinho e em local agradável e tranquilo. Não deixe nenhuma questão em branco. Agradecemos sua valiosa colaboração.

Situação	Classificação
1 Perder jogo praticamente ganho	(0) (1) (2) (3) (4) (5)
2 Jogar em mau estado físico, contundido ou doente	(0) (1) (2) (3) (4) (5)
3 Técnico injusto	(0) (1) (2) (3) (4) (5)
4 Companheiro egoísta	(0) (1) (2) (3) (4) (5)
5 Adversário desleal	(0) (1) (2) (3) (4) (5)
6 Errar em momentos decisivos	(0) (1) (2) (3) (4) (5)
7 Técnico que grita muito	(0) (1) (2) (3) (4) (5)
8 Adversário provocador	(0) (1) (2) (3) (4) (5)
9 Arbitragem prejudicial a você e/ou a sua equipe	(0) (1) (2) (3) (4) (5)
10 Companheiro que não se esforça	(0) (1) (2) (3) (4) (5)
11 Repetir os mesmos erros	(0) (1) (2) (3) (4) (5)
12 Técnico que só enxerga o lado negativo	(0) (1) (2) (3) (4) (5)
13 Perder para equipe tecnicamente inferior	(0) (1) (2) (3) (4) (5)

14 Técnico que não reconhece o esforço do jogador	(0) (1) (2) (3) (4) (5)
15 Cometer erros que causem a derrota da equipe	(0) (1) (2) (3) (4) (5)
16 Companheiro que reclama muito	(0) (1) (2) (3) (4) (5)
17 Técnico que só critica	(0) (1) (2) (3) (4) (5)



## ANEXO D



**Centro Universitário da Grande Dourados**



**COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA COM SERES HUMANOS  
UNIGRAN**

Dourados, 27 de setembro de 2006.

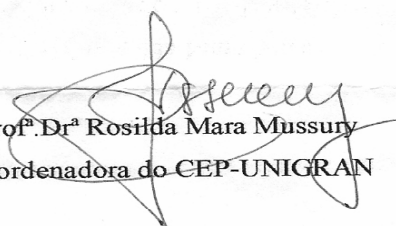
Prezado Pesquisador:

Miguel Vicente de Castro

O Projeto de vossa autoria protocolo **127/06** intitulado **“O Estresse no Basquetebol Escolar: Fatores Competitivos e a Contribuição do Técnico”** foi integralmente **APROVADO** pelo CEP-UNIGRAN e poderá ser conduzido.

Ressalto que os relatórios semestrais devem ser apresentados ao Comitê para acompanhamento juntamente com as alterações realizadas.

Respeitosamente,

  
Prof. Dr.ª Rosilda Mara Mussury  
Coordenadora do CEP-UNIGRAN