

ANSIEDADE PRÉ-COMPETITIVA E ESPORTE: ESTUDO COM ATLETAS UNIVERSITÁRIOS

William das Neves Salles, Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC, Florianópolis, Santa Catarina – Brasil

Cassiel Casagrande de Oliveira, Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC, Florianópolis, Santa Catarina – Brasil

Mario Luiz Couto Barroso, Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC, Florianópolis, Santa Catarina – Brasil

Raquel Walter Pacheco, Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC, Florianópolis, Santa Catarina – Brasil

RESUMO

O presente estudo investigou o nível de ansiedade de 65 atletas universitários de esportes coletivos, de ambos os sexos (média de idade $22,72 \pm 3,31$ anos) e praticantes de Futsal, Handebol e Voleibol. O instrumento de coleta de dados utilizado foi a versão brasileira do Sport Competition Trait Anxiety Test (SCAT) ou Teste de Ansiedade-Traço Competitiva, cuja finalidade é identificar o perfil de ansiedade no período pré-competitivo. De maneira geral, os resultados indicaram que o nível de ansiedade dos atletas universitários foi de $20,10 \pm 3,52$ pontos, o que os caracteriza com perfil de “média ansiedade-traço”. Não houve associação significativa do nível de ansiedade dos atletas com o sexo, com a modalidade praticada ou com a classificação final da equipe na competição, embora tenha se verificado que o sexo feminino apresentou níveis de ansiedade mais elevados, seja no âmbito geral ou na especificidade de cada modalidade em particular. Sugere-se que sejam realizados mais estudos sobre ansiedade pré-competitiva em modalidades coletivas, ampliando o número de participantes e investigando mais a fundo as comparações entre os sexos e modalidades, além da possível relação entre esse constructo e a classificação final das equipes em competições.

Palavras-Chave: Esporte; Competição; Ansiedade; SCAT.

PRE-COMPETITIVE ANXIETY AND SPORT: STUDY WITH COLLEGE ATHLETES

ABSTRACT

This study investigated the level of anxiety of 65 college sports athletes, of both sexes (mean age 22.72 ± 3.31 years), practitioners of Futsal, Handball and Volleyball. The data collection instrument used was the Brazilian version of the Sport Competition Trait Anxiety Test (SCAT), whose purpose is to identify the profile of anxiety in the pre-competition period. Overall, the results indicated that the level of anxiety of college athletes was 20.10 ± 3.52 points, which characterizes them with an "average trait anxiety" profile. There was no significant association between the athletes' anxiety level and sex, the type of sport practiced, and the final classification of the team in the competition,

although it has been found that women showed higher levels of anxiety, either in general or in the specific analysis of each sport in particular. We suggest that further studies on pre-competitive anxiety in collective sports are made, increasing the number of participants, and deepen investigating the comparisons between the sexes and the sports, as well as the possible relationship between this construct and the teams' final ranking in the competitions.

Key-Words: Sport; Competition; Anxiety; SCAT.

ANSIEDAD PRECOMPETITIVA Y DEPORTE: ESTUDIE CON ATLETAS UNIVERSITARIOS

RESUMEN

Este estudio investigó el nivel de ansiedad de 65 atletas universitarios de deportes colectivos, de ambos sexos (edad 22.72 ± 3.31 años), practicantes de Fútbol Sala, Balonmano y Voleibol. El instrumento de colección de datos utilizado fue la versión brasileña del Sport Competition Trait Anxiety Test (SCAT), cuyo propósito es identificar el perfil de la ansiedad en el período previo a la competición. En general, los resultados indicaron que el nivel de ansiedad de los atletas universitarios fue de $20,10 \pm 3,52$ puntos, lo que los caracteriza con perfil "promedio rasgo de ansiedad". No se encontró asociación significativa entre el nivel de ansiedad de los atletas con el sexo, con el deporte practicado o con la clasificación final de los equipos en la competición, aunque se ha encontrado que las mujeres mostraron niveles más altos de ansiedad, ya sea en general o en la especificidad de cada modalidad en particular. Se sugiere que se realicen nuevos estudios sobre la ansiedad pre-competitiva en las modalidades colectivas, incrementando el número de participantes y investigando más a fondo las comparaciones entre los sexos y modalidades, además de la posible relación con la clasificación final de los equipos en competiciones.

Palabras-Clave: Deporte; Competición; Ansiedad; SCAT.

INTRODUÇÃO

Conexões: revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP, Campinas, v. 13, n. 3, p. 85-100, jul./set. 2015.
ISSN: 1983-9030

O desempenho esportivo é resultado da combinação de habilidades técnico-táticas¹ com fatores fisiológicos, biomecânicos e psicológicos². A dimensão psicológica, em especial, é importante no âmbito esportivo porque auxilia o atleta a ter mais condições de aproveitar o treinamento oferecido e a desenvolver as capacidades de controle e de manipulação de suas respostas emocionais no decorrer das partidas, bem como valores como disciplina, perseverança, coragem, confiança e força de vontade.³

Dentre os indicadores psicológicos, merece destaque a ansiedade, que pode ser definida como a reação do indivíduo frente a uma situação considerada ameaçadora pelo mesmo, o que produz determinada quantidade de estresse.⁴ Além da reação a situações nocivas ou ameaçadoras, a ansiedade também pode resultar de questões frustrantes,⁵ consideradas agentes estressores. A ansiedade também pode ser considerada um estado emocional prolongado permeado por temor, apreensão, sensação de desastre iminente e de preocupação debilitante, sem nenhuma explicação racional, mas com possibilidade de provocar medo generalizado no indivíduo, causado pela expectativa de perigos, ameaças ou desafios existentes.^{6,7}

No esporte, a investigação do nível de ansiedade tem contribuído para explicar diferenças entre os desempenhos competitivos de cada atleta em particular, e da equipe como um todo.⁸ Estudos sobre a ansiedade no esporte revelam que a situação de competição pode promover variações nos níveis de ansiedade do atleta, cujos efeitos alteram o desempenho e podem desencadear quadros de tensão e de estresse.⁹⁻¹¹

Com relação ao momento em que é aferida, a ansiedade de atletas pode ser basicamente observada em dois momentos: pré e pós-competição. A ansiedade pré-competitiva, que é normalmente analisada cerca de uma a duas semanas antes da competição,² pode interferir no desempenho de forma negativa, provocando alterações tanto fisiológicas (como, por exemplo, maior dispêndio de energia devido à maior tensão muscular, dificuldades na coordenação...), quanto psicológicas (alteração na capacidade de concentração e estreitamento do campo da atenção), as quais prejudicam o processo de interpretação das jogadas e, conseqüentemente, a organização das respostas motoras.⁸

O esporte universitário vem passando por importante evolução desde a primeira década dos anos 2000, especialmente após seu ganho de representatividade junto ao Ministério dos Esportes, por meio da criação de uma divisão específica para tratar de questões relacionadas ao âmbito esportivo universitário, como por exemplo a destinação de recursos para sua implantação e difusão no Brasil. O referido incremento no status do esporte universitário em esfera nacional também tem contribuído para aproximá-lo cada vez mais dos moldes do esporte profissional de rendimento, em detrimento do amadorismo que fortemente tem influenciado suas práticas.¹²

Apesar do crescimento do esporte universitário brasileiro, observa-se carência de investigações específicas com objetivo de compreender as relações que se estabelecem entre o nível de ansiedade pré-competitiva dos atletas, variáveis de ordem pessoal e o desempenho esportivo neste contexto. Assim, considerando a possível influência da ansiedade pré-competitiva sobre o desempenho esportivo, o presente estudo buscou investigar a relação do nível de ansiedade pré-competitiva de atletas universitários praticantes de esportes coletivos com aspectos de ordem pessoal e com a classificação final da equipe em competição.

MATERIAIS E MÉTODO

O presente estudo caracteriza-se como transversal do tipo descritivo e aplicado, com abordagem quantitativa das informações coletadas.^{13,14} Após a aprovação do projeto de pesquisa em Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (parecer nº 420.470/2013), foi feito um levantamento dos atletas e das equipes universitárias existentes na instituição investigada, com o intuito de sistematizar as ações e estratégias de coleta de dados a serem adotadas. De posse dessas informações, foram contatados os responsáveis pela organização do esporte da respectiva universidade, bem como cada uma das equipes (técnicos), a fim de serem obtidas as autorizações para a coleta.

Obtidas as autorizações dos responsáveis e os consentimentos dos atletas, os mesmos foram convidados a participar da pesquisa após a leitura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Após a realização do processo de amostragem intencional (não-probabilística), 65 atletas de ambos os sexos (30 homens e 35 mulheres) e com idade igual ou superior a 18 anos aceitaram participar da pesquisa.

Os dados foram coletados durante o período pré-competitivo² junto às modalidades de Futsal, Handebol e Voleibol, sendo que o Futsal foi representado, apenas, por atletas do sexo feminino, fato ocorrido pelo abandono da equipe masculina aos treinos no período que precedeu a competição.

Cada atleta respondeu à versão brasileira do questionário “Sport Competition Trait Anxiety Test” (SCAT),^{15,16} que busca identificar o perfil de ansiedade em competições esportivas por meio do fornecimento da medida de ansiedade-traço competitiva de atletas em período pré-competitivo. O instrumento é composto por 15 questões de múltipla escolha, e as categorias de resposta são as seguintes: A (dificilmente), quando o atleta dificilmente sente-se ansioso no período que precede a competição; B (às vezes), quando, nem sempre, o mesmo sente-se ansioso no período citado anteriormente; C (frequentemente), quando ele se sente ansioso com frequência no período pré-competitivo. É possível assinalar apenas uma resposta para cada pergunta¹⁵. Quanto à classificação do nível de ansiedade-traço pré-competitiva, o instrumento adota as seguintes categorias: baixa ansiedade-traço (10 a 12 pontos); média-baixa ansiedade-traço (13 a 16 pontos); média ansiedade-traço (17 a 23 pontos); média-alta ansiedade-traço (24 a 27 pontos); alta ansiedade-traço (28 pontos ou mais).

Considerando-se o tamanho da amostra, assim como para facilitar a comparação entre as categorias, o nível de ansiedade passou pelo processo de união das categorias “baixa” e “média-baixa” ansiedade-traço (as quais resultaram na categoria “baixa ansiedade-traço”) e “média-alta” e “alta” ansiedade-traço (que foram transformadas em “alta ansiedade-traço”).

As informações coletadas foram categorizadas conforme planilha de avaliação do SCAT, tabuladas no programa *Microsoft Excel 2010 for Windows* e, posteriormente, analisadas no *software SPSS Statistics* versão 21.0 (*SPSS. Inc.*), utilizando-se de recursos estatísticos descritivos (média, desvio-padrão, valores mínimos e máximos, frequência simples) e inferenciais (teste Exato de Fisher e correlação de Spearman). O nível de significância adotado nos testes de hipóteses foi de 5%.

RESULTADOS

A análise dos dados obtidos por meio do SCAT foi organizada de forma a investigar o nível de ansiedade dos atletas universitários de acordo com as modalidades estudadas, com ambos os sexos e com a classificação final das equipes na competição.

A Tabela 1 ilustra o perfil dos atletas universitários investigados, com destaque para os valores médios, mínimos e máximos de ansiedade considerando as modalidades Voleibol, Handebol e Futsal (esta, apenas com representantes do sexo feminino).

Tabela 1 – Caracterização da amostra

Indicadores	Média	Desvio-Padrão	Mínimo	Máximo
Idade masculino	22,77	2,98	19	29
Idade feminino	22,69	3,52	18	33
Idade geral	22,72	3,31	18	33
Ansiedade masculino	19,83	3,51	14	26
Ansiedade feminino	21,43	3,60	14	30
Ansiedade geral	20,69	3,67	14	30
Ansiedade no Voleibol				
Masculino	20,07	3,73	14	25
Feminino	20,15	3,25	14	27
Geral	20,10	3,52	14	27
Ansiedade no Handebol				
Masculino	19,60	3,26	14	26
Feminino	21,73	4,67	14	30
Geral	20,50	4,06	14	30
Ansiedade no Futsal				
Geral (feminino)	22,64	1,87	19	25

A média de idade dos participantes do estudo foi de $22,72 \pm 3,31$ anos. Especificamente, os atletas do sexo masculino apresentaram média $22,76 \pm 3,01$ anos, sendo 19 a mínima encontrada e 29 a máxima, enquanto o sexo feminino apresentou média $22,68 \pm 3,52$ anos, sendo 18 a idade mínima e 33 a máxima. O escore médio de ansiedade-traço foi de $20,69 \pm 3,67$ pontos, classificada como “média ansiedade-traço” pelo protocolo do SCAT. O mínimo foi 14, enquanto o máximo foi 33.

No que diz respeito às modalidades estudadas, verifica-se que, no Voleibol, o grupo de atletas apresentou escore de ansiedade geral de $20,10 \pm 3,52$ pontos, sendo 14 o mínimo e 27, o máximo. Esse escore se enquadra como “média ansiedade-traço”. O sexo masculino apresentou escore de ansiedade de $20,07 \pm 3,73$ pontos, abaixo do nível geral da modalidade, sendo que o mínimo foi 14 e o máximo, 25. As atletas, por sua vez, apresentaram nível geral de $20,15 \pm 3,25$ pontos, encontrando-se como mínimo e máximo os escores 14 e 27, respectivamente. Mesmo separadamente, ambos os sexos apresentaram média ansiedade-traço.

No Handebol, o escore geral foi de $20,50 \pm 4,06$ pontos, com valor mínimo igual a 14 e o máximo, 30. O resultado encontrado nessa modalidade também se enquadra como “média ansiedade-traço”. A equipe masculina apresentou escore de $19,60 \pm 3,26$ pontos, menor se comparado ao geral da modalidade, com seu mínimo 14 e máximo 26. As atletas apresentaram escore maior ($21,73 \pm 4,67$ pontos) se comparadas ao geral da modalidade. Os valores mínimos e máximos corresponderam exatamente aos valores gerais da modalidade (respectivamente, 14 e 30), indicando, possivelmente, que o sexo feminino é mais propenso a atingir níveis extremos de ansiedade. Mesmo isoladamente, ambos os sexos apresentaram média ansiedade-traço.

Diferentemente das outras modalidades, o Futsal não foi representado pelo sexo masculino, pois os atletas não compareceram à competição devido ao fato de que não se encontravam treinando regularmente. Considerando o sexo feminino, observou-se que o escore de ansiedade foi de $22,64 \pm 1,87$ pontos (19 = mínimo / 25 = máximo), o que caracterizou perfil de “média ansiedade-traço”

Na Tabela 2, apresenta-se a relação entre os níveis de ansiedade dos atletas universitários investigados e a modalidade praticada.

Tabela 2 – Associação entre o nível de ansiedade e a modalidade praticada pelos atletas universitários

Modalidade	Nível de ansiedade (%)	p-valor*
------------	------------------------	----------

praticada	Baixa	Média	Alta	Total	
Voleibol	5	17	6	28	0,574
Handebol	5	16	5	26	
Futsal	0	7	4	11	

Legenda: * Teste Exato de Fisher.

A partir da observação da referida tabela, constata-se que não existiu diferença significativa dos níveis de ansiedade entre as diferentes modalidades ($p = 0,574$). A maioria dos atletas apresentou média ansiedade-traço.

A Tabela 3 expõe a relação entre o sexo dos atletas universitários investigados e seus respectivos níveis de ansiedade pré-competitiva.

Tabela 3 – Associação entre o nível de ansiedade e o sexo dos atletas universitários

Sexo	Nível de ansiedade (%)				p-valor*
	Baixa	Média	Alta	Total	
Masculino	7	18	5	30	0,243
Feminino	3	22	10	35	

Legenda: * Teste Exato de Fisher.

Não foi observada diferença estatisticamente significativa entre os níveis de ansiedade masculino e feminino. A maioria dos atletas mostrou-se com média, sendo que o sexo feminino, em geral, apresentou ansiedade mais elevada, com praticamente 1/3 do total com níveis considerados altos. No sexo masculino, por sua vez, apenas 1/6 dos atletas enquadraram-se na classificação “alta ansiedade-traço”, ao passo que pouco menos de 1/4 apresentou baixos níveis de ansiedade pré-competitiva.

A Tabela 4 apresenta a relação entre os níveis de ansiedade dos atletas universitários investigados e a classificação final das respectivas equipes na competição.

Tabela 4 – Relação entre o nível de ansiedade dos atletas e a classificação final da equipe na competição

Modalidade	Colocação	Classificação da	Coefficiente de	p-valor
-------------------	------------------	-------------------------	------------------------	----------------

		ansiedade	correlação*	
Voleibol masculino	1	Média	-0,31	0,604
Voleibol feminino	4	Média		
Handebol masculino	5	Média		
Handebol feminino	5	Média		
Futsal feminino	1	Média		

Legenda: * Correlação de Spearman.

Não se verificou relação entre a colocação final da equipe na competição e o nível de ansiedade dos atletas, pois o coeficiente de correlação foi fraco e negativo (-0,31), além de não significativo ($p = 0,604$).

DISCUSSÃO

A ansiedade é capaz de produzir efeitos que interferem na execução de ações que exijam foco e manutenção da concentração, além de interferir de maneira significativa na capacidade de resposta às demandas impostas pelo ambiente.^{5, 17-18} Essa interferência pode ocorrer por meio de sintomas considerados positivos (facilitadores), repercutindo positivamente frente a determinada situação, ou prejudiciais (debilitantes) ao desempenho esportivo, gerando pressão e insegurança sobre o indivíduo.⁸

Os atletas, em geral, são constantemente expostos a situações geradoras de ansiedade, as quais podem vir de diversas fontes, dentre elas a torcida, o treinador ou os companheiros de equipe.⁵ Em estudos que investigaram as tensões dos atletas, constatou-se que, se a situação esportiva for considerada ameaçadora na concepção do atleta, essa percepção se refletirá em aumento dos níveis de ansiedade. Tais aumentos serão observados de forma mais eficaz quando os indivíduos passarem de situações de treinos para competições.¹⁰

Apesar da reconhecida influência da ansiedade pré-competitiva sobre determinadas variáveis de ordem individual e coletiva, no presente estudo não foram verificadas associações significativas da mesma com o tipo de modalidade praticada, com o sexo dos atletas investigados e com a classificação final das equipes na competição disputada.

A partir de busca realizada na literatura específica, foram encontradas algumas investigações que relacionam o nível de ansiedade e as modalidades esportivas praticadas por atletas, as quais obtiveram resultados interessantes que podem ser comparados aos do presente estudo. Os resultados de um estudo¹⁹ que aplicou o SCAT a adolescentes e adultos participantes do 37º Jogos Abertos do Paraná, praticantes de diversas modalidades, indicaram nível médio de ansiedade-traço pré-competitiva no voleibol, o que vai ao encontro dos achados no presente estudo. Entretanto, nesse mesmo estudo, o handebol apresentou nível de ansiedade alto, mais elevado se comparado ao voleibol, considerando a união das categorias classificatórias da ansiedade. Pode-se supor que a diferença nos resultados do handebol seja explicada pela característica da amostra do estudo: 46,7% dos atletas eram, ainda, adolescentes, o que pode sugerir falta de experiência para lidar de forma eficiente com a situação competitiva, especialmente em esportes de contato e invasão, que é o caso do handebol, cujos níveis de imprevisibilidade são consideravelmente altos.

Semelhantemente ao presente estudo, investigação⁷ que aplicou SCAT a 68 atletas, com faixa etária de 12 a 16 anos, pertencentes a equipes de voleibol e atletismo de clubes da Grande Porto Alegre, encontrou nível médio de ansiedade-traço, tanto no atletismo quanto no voleibol. No que diz respeito ao voleibol, encontrou-se, ainda, que a média do nível de ansiedade foi de 20,07, ou seja, muito próxima da verificada no presente estudo, apesar de apresentada por atletas mais jovens.

Este resultado também confirma as evidências de estudo,²⁰ que aplicou o SCAT a atletas de voleibol com faixa etária de 10 a 17 anos, considerando que o nível de ansiedade encontrado foi de $21,10 \pm 2,55$ pontos. Possivelmente, o fato de o voleibol ser caracterizado como um esporte de não-invasão, bem como de conter menos elementos relacionados à imprevisibilidade em comparação com os esportes de invasão, desencadeie, em seus praticantes, sensação de relativa segurança ou tranquilidade ao enfrentar uma competição.

Dentre as investigações consultadas cujo objetivo foi a análise da relação entre os níveis de ansiedade e o sexo de atletas, algumas obtiveram resultados similares aos do presente estudo. Em investigação¹⁶ que aplicou o SCAT a 164 praticantes de atletismo (81 meninos

e 83 meninas), com faixa etária compreendida de 10 a 16 anos, foram revelados escores de ansiedade-traço significativamente superiores nas meninas em duas categorias: mirim ($21,76 \pm 3,30$ pontos, contra $19,83 \pm 3,60$ pontos nos meninos) e infantil ($24,46 \pm 3,18 > 19,19 \pm 4,31$). Tais resultados, que diferem dos achados do presente estudo (no qual não se encontrou diferença estatisticamente significativa nesta comparação), podem ser explicados pela distinção de características entre as populações investigadas em ambos os estudos (crianças x adultos jovens).

Resultados interessantes também foram encontrados em estudo²¹ desenvolvido com 105 atletas paraibanos adolescentes ($15,23 \pm 1,76$ anos) de diversas modalidades coletivas. A partir da resposta ao SCAT, verificou-se diferença significativa ($p < 0,001$) entre os níveis de ansiedade masculino e feminino. Neste sentido, foi constatado maior nível de ansiedade-traço competitiva no sexo feminino ($33,42 \pm 0,87$) em comparação ao masculino ($28,78 \pm 0,72$), indicando semelhanças com a literatura consultada^{5,8} e com o presente estudo.

Um aspecto a destacar é que os atletas investigados nos dois estudos anteriormente citados possuíam níveis de ansiedade superiores e médias de idade inferiores às dos atletas universitários participantes deste estudo, o que permite indicar que pode existir determinada evolução do perfil de ansiedade-traço ao longo do desenvolvimento da carreira do atleta, ou seja, parece que a idade ou que o nível de experiência dos atletas podem influenciar em suas percepções de ansiedade.

Considerando o fato de que todos os atletas investigados apresentaram nível médio de ansiedade-traço, verificou-se que o mesmo não garantiu o sucesso (como nos casos do futsal feminino e voleibol masculino) ou o fracasso (como no caso das demais equipes) das equipes na competição disputada. Neste caso, as diferenças observadas nas equipes com relação às suas classificações finais possivelmente ocorreram em decorrência da combinação de fatores de ordem física, técnico-tática e psicológica, bem como pelo nível de entrosamento dos atletas da mesma equipe e pelo nível de desempenho apresentado pelos adversários.

O nível moderado de ansiedade é considerado ideal para o desempenho esportivo adequado, já que o atleta se torna capaz de direcionar sua atenção para apenas uma tarefa específica, sem sofrer com as distrações causadas pelo nível baixo de ansiedade ou com a diminuição do campo de visão, potencializada por altos níveis de ativação.⁵ Neste estudo, tanto o voleibol masculino quanto o feminino apresentaram níveis moderados de ansiedade, sendo que o masculino obteve título de campeão, ao passo que o feminino obteve apenas a quarta colocação. Apesar de os níveis de ansiedade serem semelhantes, a categoria feminina pode ter obtido pior desempenho devido à possível baixa experiência na competição, ou mesmo a outros fatores que ultrapassam a dimensão técnico-tática ou psicológica.

Acerca da habilidade de liderança, uma pesquisa²² realizada com seis treinadores (cinco homens e uma mulher) e 70 atletas de voleibol feminino (com médias de idade de $40,33 \pm 9,22$ anos e $16,3 \pm 1,03$, anos, respectivamente) encontrou resultados interessantes. A partir da utilização da Escala de Liderança no Desporto (ELD) nas seis equipes classificadas para a segunda fase da etapa estadual dos XXIV Joguinhos Abertos de Santa Catarina, verificou-se que as equipes com melhores resultados esportivos foram aquelas cujos treinadores comandavam com autocracia, e, ao mesmo tempo, eram percebidos como democráticos pelas atletas. Desta maneira, outros fatores não investigados no presente estudo podem relacionar-se direta ou indiretamente com o desempenho e com a classificação das equipes em competição.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

De maneira geral, observou-se que o nível médio de ansiedade-traço pré-competitiva foi predominante entre os atletas investigados, o que pode apontar para o bom trabalho dos treinadores com suas respectivas equipes, assim como para a presença acentuada de atletas mais experientes, que sabem lidar melhor com a pressão competitiva e, ao mesmo tempo, auxiliar os companheiros a fazê-lo.

Esse nível médio de ansiedade também pode indicar que a delegação da instituição investigada foi psicologicamente bem preparada para a competição. O mau desempenho de algumas equipes, por outro lado, poderia ser explicado por outros fatores, tais como o tipo

de preparação física e técnico-tática realizada no período de treinamento, além do elevado nível de desempenho apresentado pelos adversários.

A ausência de diferenças estatisticamente significativas entre os níveis de ansiedade-traço dos atletas investigados considerando o tipo de modalidade praticada poderia ser justificada tanto pelo tamanho reduzido da amostra (que torna os testes estatísticos de hipóteses mais conservadores e dificulta a verificação de diferenças significativas), bem como pela similaridade de características dos atletas investigados, a qual se reflete em características como a faixa etária, o nível de instrução e o próprio ambiente de treinamento.

Quando considerada a relação entre o nível de ansiedade e o sexo dos atletas, apesar de não ter se verificado diferença estatisticamente significativa, os resultados se assemelham aos de outros estudos presentes na literatura consultada, principalmente ao se observar que os níveis de ansiedade apresentados nas distintas modalidades sempre foram superiores no naipe feminino.

Ao se observar a relação entre os níveis de ansiedade dos atletas e a colocação final das equipes na competição, verificou-se que as campeãs apresentaram níveis de ansiedade considerados médios. A conquista da competição pode ter sido potencializada pela qualidade técnico-tática superior de seus atletas, ou mesmo pela maior experiência esportiva e pela melhor preparação psicológica dos mesmos.

Considerando as evidências encontradas e a população investigada, julga-se necessária maior quantidade de estudos que utilizem o SCAT em populações de atletas universitários, tanto de esportes individuais quanto de coletivos, no intuito de ampliar a quantidade e a qualidade de evidências disponíveis, bem como de contribuir para o avanço científico na área da Psicologia do esporte universitário.

Também é sugerida a utilização de modelos de investigação longitudinais, que permitam a observação do comportamento e dos níveis de ansiedade dos atletas, tanto nas sessões de treinamento quanto na competição, a fim de compreender com maior propriedade as

alterações que estes sofrem ao longo do período de treinamento. Por fim, seria importante a realização de pesquisas que explorassem a experiência esportiva dos atletas universitários investigados, no intuito de compreender com maior propriedade como a ansiedade é influenciada por esta variável.

REFERÊNCIAS

¹GARGANTA, J.; PINTO, J. O ensino do futebol. In: GRAÇA, A.; OLIVEIRA, J. (Eds.). **O ensino dos jogos desportivos**. Porto: Universidade do Porto, 1998. p. 95-136.

²DANTAS, E. H. M. **A prática da preparação física**. 5. ed. Rio de Janeiro: Shape, 2003.

³BOMPA, T. O. **Periodização: teoria e metodologia do treinamento**. 4. ed. São Paulo: Phorte, 2002.

⁴PARFITT, C. G.; JONES, J. G.; HARDY, L. Multidimensional anxiety and performance. In JONES, J. G; HARDY, L. (Ed.). **Stress and performance in sport**. Chichester, UK: Wiley. 1990, p. 43–80.

⁵SAMULSKI, D. M. **Psicologia do Esporte: conceitos e novas perspectivas**. 2. ed. Barueri: Manole, 2009.

⁶BARBANTI, V. J. **Dicionário de Educação Física e do Esporte**. São Paulo: Manole, 1994.

⁷BERTUOL, L.; VALENTINI, N. C. Ansiedade Competitiva de adolescentes: gênero, maturação, nível de experiência e modalidades esportivas. **Revista da Educação Física/UEM**. Maringá, 2006. v.17, n.1, p. 65-74, 1 sem.

⁸WEINBERG, R. S.; GOULD. D. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2008.

⁹CRUZ, J. F. **Stress e ansiedade na competição desportiva**: Teoria, investigação e implicações práticas. Braga: Universidade do Minho, 1986

¹⁰MACHADO, A. A. **Psicologia do Esporte**: Temas Emergentes I. Jundiaí: Ápice, 1997.

¹¹BALLONE, G. J. **Ansiedade e Esporte**. São Paulo. 2004. Disponível em: www.virtualpsy.org/temas/esporte.html. Acesso em 14 Jun. 2013.

¹² STAREPRAVO, F. A.; REIS, L. J. A.; MEZZADRI, F. M.; MARCHI J. W. Esporte universitário brasileiro: uma leitura a partir de suas relações com o Estado. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Campinas, 2010. v.31, n.3, p. 131-148

¹³SILVA, T. A. F. **Iniciação nas modalidades esportivas coletivas de invasão**: a possibilidade de uma prática transferível. 2010. Dissertação (Mestrado em Estudos do Esporte) - Escola de Educação Física e Esporte, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2010.

¹⁴ANDRADE, M. M. **Introdução à metodologia do trabalho científico**: elaboração de trabalhos na graduação. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2001.

¹⁵MARTENS, R.; VEALEY, R. S.; BURTON, D. **Competitive anxiety in sport**. Champaign: Human Kinetics Publisher, 1990.

¹⁶DE ROSE JR., D.; VASCONCELLOS, E. G. Ansiedade-traço competitiva e atletismo: um estudo com atletas infanto-juvenis. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, 1997, v. 11, n. 2, p. 148-157.

¹⁷ WOODMAN, T.; HARDY, L. Stress and anxiety. In: SINGER, R.; HAUSENBLAS H. A.; JANELLE, C. M. **Handbook of research on sport psychology**. 2. ed. New York: Wiley, 2001. p. 290-318.

¹⁸HARDY, L.; PARFITT, C. G. A catastrophe model of anxiety and performance. **British Journal of Psychology**, v. 82, n. 2, p. 163-178, 1991.

¹⁹SANTOS, S. G.; PEREIRA, S. A. Perfil do nível de ansiedade-traço pré-competitiva de atletas de esportes coletivos e individuais do Estado do Paraná. **Movimento**, Porto Alegre, ano 3, n. 6, p. 3-12, 1997.

²⁰INTERDONATO, G. C; OLIVEIRA, A. R. de; CORREA-LUIZ, C.; GREGUOL, M. Análise da ansiedade traço competitiva em atletas. **Conexões**: Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP, Campinas, v. 8, n. 3, p. 1-9, 2010.

²¹GONCALVES, M. P.; BELO, R. P. Ansiedade-traço competitiva: diferenças quanto ao gênero, faixa etária, experiência em competições e modalidade esportiva em jovens atletas. **Psico-USF**, Itatiba, v. 12, n. 2, dez. 2007.

²²DELL'ANTONIO, E. **Perfil de liderança de treinadores e o desempenho das equipes em competição**. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Curso de Educação Física, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2010.

Recebido em: 14 abr. 2015

Aceito em: 19 ago 2015

Contato: williandsalles@gmail.com