

ANÁLISE DE ESTRESSE PERCEBIDO, RESILIÊNCIA E AUTOESTIMA EM JOGADORES DE FUTEBOL PROFISSIONAIS E DE CATEGORIAS DE BASE (SUB-20) ATUANTES NO MUNICÍPIO DO RIO DE JANEIRO

Iuri de Lima Lourenço¹, Giulio César Pereira Salustiano Mallen da Silva^{1,2}
Yuri Rolim Lopes Silva^{1,2}, Juliana Brandão Pinto de Castro^{1,2}
Dirceu Ribeiro Nogueira da Gama^{2,3}, Rodrigo Gomes de Souza Vale^{1,2}

RESUMO

O futebol é um esporte em que milhares de jovens buscam para mudar as condições de sua vida e de sua família. O ambiente do futebol é extremamente competitivo e a cada dia vem se atualizando e se aperfeiçoando a fim de buscar os melhores e mais completos atletas, seja física, técnica e psicologicamente. Dessa maneira, o objetivo deste estudo foi analisar o estresse percebido, resiliência e autoestima em jogadores de futebol profissional e da categoria de base. Foram analisados 20 atletas de cada categoria de um clube carioca de futebol com média de idade 24,25 \pm 4,52 anos para categoria profissional e 18,55 \pm 0,69 anos para categoria de base. Os instrumentos utilizados para avaliação foram “Escala de Estresse Percebido” (EEP) / “Perceived Stress Scale” (PSS-14), “Escala de Resiliência de Connor-Davidson” (ERCD) / “Connor-Davidson Resilience Scale” (CD-RISC) e “Escala de Autoestima de Rosenberg” (EAR) / “Rosenberg Self-Esteem Scale” (RSES). Os resultados encontrados demonstram que os atletas profissionais têm nível de estresse moderado 25,8 \pm 6,42, resiliência média de 80,15 \pm 15,6 e autoestima 35,15 \pm 3,88. Já a categoria de base apresentou escores de estresse percebido, resiliência e autoestima, 25,15 \pm 5,82, 79,35 \pm 10,17 e 31 \pm 3,06, respectivamente. O estudo apresentou correlação positiva ($p < 0,05$) entre autoestima e resiliência ($\rho = 0,424$; $p = 0,006$). Não foi encontrada correlação entre estresse e resiliência ou estresse e autoestima. Pode-se concluir que atletas profissionais que apresentam maiores níveis de autoestima tendem a apresentar maior nível de resiliência.

Palavras-chave: Futebol. Autoestima. Resiliência. Estresse percebido.

2 - Programa de Pós-graduação em Ciência do Exercício e do Esporte, Instituto de Educação Física e Desportos, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, Brasil.

ABSTRACT

Analysis of perceived stress, resilience and self-esteem in professional and youth football players (under-20) working in the city of Rio de Janeiro

Football is a sport that thousands of young people seek to change the conditions of their lives and their families. The football environment is extremely competitive and every day it is being updated and perfected to seek the best and most complete athletes, whether physically, technically, or psychologically. Thus, the aim of this study was to analyze perceived stress, resilience, and self-esteem in professional and youth football players. 20 athletes from each category of a football club in Rio de Janeiro with a mean age of 24.25 \pm 4.52 years for the professional category and 18.55 \pm 0.69 years for the youth category were analyzed. The instruments used for evaluation were “Perceived Stress Scale” (PSS-14), “Connor-Davidson Resilience Scale” (CD-RISC) and “Rosenberg Self-Esteem Scale” (RSES). The results found demonstrate that professional athletes have a moderate stress level of 25.8 \pm 6.42, mean resilience of 80.15 \pm 15.6 and self-esteem 35.15 \pm 3.88. The base category presented scores of perceived stress, resilience, and self-esteem, 25.15 \pm 5.82, 79.35 \pm 10.17 and 31 \pm 3.06, respectively. The study showed a positive correlation ($p < 0.05$) between self-esteem and resilience ($\rho = 0.424$; $p = 0.006$). No correlation was found between stress and resilience or stress and self-esteem. It can be concluded that athletes professionals who have higher levels of self-esteem tend to have a higher level of resilience.

Key words: Football players. Self-esteem. Resilience. Perceived stress.

1 - Laboratório do Exercício e do Esporte-LABEES, Universidade do Estado do Rio de Janeiro-UERJ, Rio de Janeiro, Brasil.

INTRODUÇÃO

O futebol consiste na modalidade esportiva com maior adesão entre a população brasileira (Goldblatt, 2014).

Milhões de indivíduos em todo o território nacional dedicam-se a treiná-lo e jogá-lo geração após geração, formal ou informalmente, movidos por razões de cunho educacional; entretenimento; promoção da saúde e ingresso na esfera do esporte de rendimento.

Tais circunstâncias permitem asseverar que a constituição das identidades esportivas no Brasil, enquanto conteúdo da cultura corporal de movimento humano, é orientada pelo e para o futebol (Campos Negroiro, 2003).

No que diz especificamente ao ingresso na esfera do esporte de rendimento, malgrado a escassez de dados precisos, estima-se que quantidades elevadas de crianças e adolescentes procurem clubes, projetos sociais e núcleos de iniciação esportiva com a expectativa de, a longo prazo, tornarem-se atletas profissionais (Souza e colaboradores, 2018).

Em muito contribui para a formação dessa crença (não raro equivocada) a ideia de que o futebolista profissional é alguém: 1) propenso a auferir altas rendas financeiras; 2) dotado de elevado prestígio social; 3) bem relacionados nos meios políticos e artísticos; 4) símbolo sexual (Goldblatt, 2014).

As mídias exercem inegável influência na construção de tal representação coletiva, haja a vista a frequente hiperexposição que fazem da vida pessoal dos mesmos em matérias de programas televisivos, blogs, reportagens jornalísticas e produções cinematográficas (Fazenda e Carvalho, 2018).

Por mais que boa parte do imaginário popular glamourize o jogador de futebol profissional tomando por base as características elencadas no parágrafo anterior, compete salientar que poucos deles conseguem de fato atingir esse patamar de status quo no curso das suas carreiras. Isso porque o processo de formação atlética desse tipo de esportista é extenso, minucioso e repleto de imprevisibilidades (Melo e colaboradores, 2016).

Com efeito, o processo de desenvolvimento efetivo das capacidades

condicionais e motoras dos futebolistas selecionados para ingresso na esfera profissional dura algo em torno de 13 a 14 anos (Haugaasen, Toering e Jordet, 2014; Hornig, Aust e Güllich, 2016). Ou seja, dado que aos dezenove anos encerra-se o ciclo de capacitação nas categorias de base e a iminência da promoção ou não para a categoria adulta, conclui-se que estes indivíduos iniciaram a aprendizagem das habilidades técnicas, táticas e físicas necessárias à prática da modalidade por volta dos seis ou sete anos de idade (Grossmann e Lames, 2015).

Durante esse intervalo de quase uma década e meia, os postulantes à futebolistas profissionais não só no Brasil, mas em qualquer nação, serão progressivamente avaliados de forma objetiva e subjetiva pelos treinadores, preparadores físicos e mesmo gestores das instituições onde atuam quanto às suas efetivas performances em treinos e competições (Cumming e colaboradores, 2018).

A partir dessas avaliações, ano após ano, haverá a construção de expectativas sobre as possibilidades desses sujeitos virem a reunir ou não a totalidade dos atributos necessários a inserção futura no alto rendimento esportivo (Lovell e colaboradores, 2015).

Neste período, conhecerão dores e lesões frequentes; experimentarão tensões emocionais intensas; construirão rivalidades com colegas; sofrerão privações e assédios; serão compelidos a adotar comportamentos não desejados e passarão por conflitos de interesses (Saby e colaboradores, 2020).

Com o avanço das idades, a seletividade do meio aumenta, de modo que apenas uma pequena minoria chegará apta ao futebol profissional (Melo e colaboradores, 2016).

O cenário em questão permite ventilar a hipótese segundo a qual o processo de formação do futebolista, da iniciação até a categoria adulta, envolve a geração de estresse em variados momentos (Basiaga-Pasternak, 2018).

Quando ele insurge com características negativas, ou seja, além da capacidade de adaptação do sujeito aos seus efeitos, o estresse recebe o nome de distresse (Hsu e colaboradores, 2021).

Os principais desdobramentos do distresse são emoções do tipo medo, raiva,

agressividade e angústia (Appelqvist-Schmidlechner e colaboradores, 2018).

Caso perdure por muito tempo, o distresse acaba proporcionando sofrimento, objetivamente sentido sob a forma de insônia, dificuldade de concentração, desmotivação generalizada, confusão mental e ansiedade (Faro, 2015).

Por outro lado, evidências indicam que elevados patamares de resiliência e a autoestima pessoais contribuem para atenuar o mal-estar destes sintomas (Ruud e colaboradores, 2022; Muñoz-Villena, Gómez-López e González-Hernández, 2020).

Sobre a resiliência, ela é a capacidade pessoal de enfrentamento de eventos estressantes em decorrência de adaptações mentais positivas a acontecimentos de risco ou contrariedades, onde, após um período de exposição, o indivíduo consegue ajustar-se às pressões sofridas para, em seguida, superá-las (Gama e colaboradores, 2018).

Já a autoestima é definida como os juízos que o indivíduo elabora de si consoante o reconhecimento de suas qualidades pessoais. Ela envolve tanto os defeitos que necessitam ser aprimorados como os méritos a serem preservados (Tian, Liu e Shan, 2018).

Em síntese, as informações elencadas sugerem que os ambientes de aprendizado, treino e prática formais do futebol com a finalidade de preparar atletas para a profissionalização podem ser fonte de intenso estresse negativo.

Em compensação, supõem-se que patamares elevados de resiliência e a autoestima sejam atenuantes dos seus efeitos nocivos. Sendo assim, o objetivo do presente estudo consistiu em investigar as relações entre resiliência, autoestima e estresse em futebolistas tanto profissionais como em vias de se profissionalizarem.

MATERIAIS E MÉTODOS

Amostra

Para a realização da pesquisa a fim de analisar estresse percebido, resiliência e autoestima, foi utilizado método descritivo, correlacional e comparativo de corte transversal (Thomas, Nelson e Silverman, 2012).

A amostra foi composta por 40 atletas de futebol do sexo masculino, sendo 20 atletas profissionais e 20 atletas da categoria de base (sub-20). Onde foi adotado como critério de inclusão o atleta estar inscrito no campeonato carioca de 2022 nas categorias profissional e sub-20.

Foram excluídos atletas que não estavam inscritos no campeonato, lesionados ou que faltaram algum encontro para coleta de dados.

O estudo seguiu as recomendações de pesquisas com seres humanos conforme a resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde e foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (CEP/UERJ) sob o número CAAE:10529119.8.0000.5259.

Procedimentos

Para caracterizar os participantes do estudo, foram levantadas algumas informações autodeclaradas pelos atletas na anamnese como estatura, peso, nível de escolaridade, idade, frequência de treinos semanais e tempo de prática da modalidade.

A coleta dos dados ocorreu no período pré-competitivo de ambas as categorias, no qual foi enviado para todos os participantes os questionários via google forms de forma que todos respondessem individualmente sem interferência de terceiros. Junto no mesmo documento, foi enviado o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) onde que os participantes só davam prosseguimento para responder o questionário, se concordasse com os termos do TCLE.

Para a categoria profissional, os treinamentos ocorriam em dois horários (manhã e tarde) todos os dias da semana, incluindo sábado, tendo o domingo de folga.

Já na base (sub-20), os treinamentos eram realizados pela manhã, de segunda à sexta, e aos sábados eram realizados jogos amistosos e domingo era o dia da semana de folga.

Escala de Estresse Percebido (PSS-14)

O estresse foi avaliado através da Escala de Estresse Percebido (Perceived Stress Scale - PSS-14). Esse questionário é composto por 14 itens, sendo sete com sentido

positivo e sete negativo, para mensurar o grau em que as situações da vida da pessoa são avaliadas como estressantes. As respostas são em uma escala de Likert de cinco pontos, (0= nunca, 1= muito pouco, 2= mais ou menos, 3= às vezes e 4= muito frequente). Para a classificação do nível de estresse percebido deve-se obter os escores dos itens positivos invertendo as respostas e somar as questões de sentido negativo conforme as respostas. Resultados acima de 42 pontos (75%) indicam alto nível de estresse (Dias e colaboradores, 2015; Cohen, Kamarck e Mermelstein, 1983).

Escala de Resiliência de Connor-Davidson (CD-RISC)

A resiliência foi avaliada pela Escala de Resiliência de Connor-Davidson (Connor-Davidson Resilience Scale - CD-RISC). É um questionário constituído por 25 questões, com escala de zero a quatro pontos, (0= nunca é verdade, 1= raramente é verdade, 2= às vezes é verdade, 3= frequentemente é verdade, 4= quase sempre é verdade) onde se avalia a capacidade da pessoa em se adaptar em relação às condições adversas determinadas pelo meio. A pontuação varia de 0 a 100 pontos, sendo que quanto mais próximo do 100, maior a capacidade de resiliência do indivíduo (Connor, Davidson, 2003).

Escala de Autoestima de Rosenberg (RSES)

A autoestima foi avaliada pela Escala de Autoestima de Rosenberg (Rosenberg Self-Esteem Scale - RSES) que é composta por 10 questões, sendo cinco positivas e cinco negativas, organizadas de forma aleatória no questionário, que avaliam a autoestima em jovens e adultos. A RSES é avaliada através de 4 possíveis respostas numéricas (0 = discordo fortemente, 1 = discordo, 2 = concordo e 3 concordo fortemente). O resultado foi obtido

através da soma da pontuação de acordo com as respostas de cada indivíduo participante do estudo. Pontuações abaixo de 15 pontos indica uma autoestima baixa, uma pontuação entre 15 e 25 pontos indica uma autoestima saudável, já um resultado acima de 25 indica um indivíduo forte (Pechorro e colaboradores, 2011).

Análise Estatística

Os dados foram tratados pelo programa IBM SPSS Statistics 25 for Windows e apresentados como média e desvio padrão. Os testes de Shapiro-Wilk e Levene foram utilizados para verificar a normalidade e homogeneidade dos dados da amostra, respectivamente. Os testes t Student para amostras independentes ou de Mann-Whitney, quando apropriado, foram aplicados para a comparar as variáveis de estudo entre as categorias profissional e a base (sub-20). O teste de correlação de Spearman foi empregado para analisar as possíveis associações entre as variáveis de estudo. O nível de $p < 0,05$ foi considerado para estabelecer a significância estatística.

RESULTADOS

Na tabela 1 são expostos o nível de escolaridade de cada grupo, com número de atletas e percentual de cada nível e o total da amostra (profissional e sub-20).

Em ambos os grupos o maior percentual foi para o nível ensino médio completo, 23 atletas (57,5%, sendo 50% - profissionais; e 65% - categoria sub20) e somente a categoria profissional tem atletas no ensino superior incompleto e completo, 2 e 1, respectivamente.

Ambos os grupos apresentaram atletas com menor grau escolar, 3 atletas (7,5%) com ensino fundamental incompleto.

Tabela 1 - Nível e percentual de escolaridade da amostra.

Escolaridade	Profissional		Sub-20		Total	
	n	%	n	%	n	%
Fundamental Incompleto	1	5	2	10	3	7,5
Fundamental Completo	0	0	0	0	0	0
Médio Incompleto	6	30	5	25	11	27,5
Médio Completo	10	50	13	65	23	57,5
Superior Incompleto	2	10	0	0	2	5
Superior Completo	1	5	0	0	1	2,5

Legenda: n: número de participantes.

Os resultados descritivos da amostra referentes a idade, estatura, peso corporal, tempo de prática e frequência semanal de

treinos, estresse percebido, resiliência e autoestima por grupos estudados são apresentados na Tabela 2.

Tabela 2 - Resultados descritivos da amostra.

Variáveis	Profissional		Base (Sub-20)		Valor-p
	Média	DP	Média	DP	
Idade (anos)	24,25	4,52	18,55	0,69	<0,001*
Massa Corporal (kg)	76,3	7,31	71,85	8,31	0,081
Estatura (cm)	178,5	7,67	177,6	7,76	0,714
Tempo de Prática (anos)	13,85	4,66	9,6	3,51	0,002*
Frequência Semanal	6,45	0,51	5,3	0,92	<0,001*
Estresse (escores)	25,8	6,42	25,15	5,82	0,607
Resiliência (escores)	80,15	15,61	79,35	10,17	0,311
Autoestima (escores)	35,15	3,88	31,00	3,06	0,001*

Legenda: DP: Desvio padrão; kg: quilogramas; cm: centímetros; *: diferença significativa.

Na Tabela 2, pode-se observar que os atletas profissionais apresentaram maiores valores de autoestima quando comparados aos atletas da categoria de base ($p < 0,05$).

Os níveis de estresse e resiliência não apresentaram diferenças significativas entre as categorias de futebol analisadas. As variáveis idade, tempo de prática e frequência de treinos semanais foram significativamente maiores ($p < 0,05$) para o grupo de futebol profissional quando comparado ao grupo sub-20.

Os resultados encontrados através da análise de correlação entre idade, escolaridade, massa corporal, tempo de

prática, frequência semanal, estresse percebido, resiliência e autoestima são apresentados na Tabela 3.

Observou-se correlação positiva ($p < 0,05$) entre as variáveis tempo de prática e idade; frequência semanal e idade; frequência semanal e tempo de prática; estresse percebido e massa corporal; autoestima e idade; autoestima e frequência semanal; autoestima e resiliência. Os resultados encontrados mostraram que os maiores valores de autoestima estão relacionados ($p < 0,05$) com maior frequência de treinos semanais, idade e resiliência.

Tabela 3 - Análise de correlação entre as variáveis de estudo da amostra.

		Idade	Escolaridade	MC	TP	Freq.Sem	Estresse	Resiliência
Escolaridade	rho	0,009						
	valor p	0,954						
MC	rho	0,223	0,113					
	valor p	0,166	0,488					
TP	rho	0,540*	-0,212	-0,027				
	valor p	0,0001	0,189	0,869				
Freq. Sem.	rho	0,667*	0,002	0,226	0,45*			
	valor p	<0,001	0,99	0,161	0,004			
Estresse	rho	-0,068	-0,002	0,455*	0,012	-0,016		
	valor p	0,677	0,988	0,003	0,94	0,92		
Resiliência	rho	0,151	0,109	-0,042	0,118	0,138	-0,212	
	valor p	0,351	0,501	0,797	0,469	0,397	0,19	
Autoestima	rho	0,395*	-0,013	0,211	0,176	0,338*	-0,125	0,424*
	valor p	0,012	0,936	0,191	0,278	0,033	0,441	0,006

Legenda: MC: Massa corporal; TP: tempo de prática; freq. Sem.: frequência semanal; r: valor de r; *: correlação significativa

DISCUSSÃO

O presente estudo teve como objetivo analisar associações entre estresse percebido, resiliência e autoestima em jogadores de futebol profissional e da categoria de base sub-20 e comparar as variáveis de interesse entre as mesmas categorias.

Os resultados mostraram que quanto maior a idade e a quantidade de treinamentos semanais, maior a autoestima do atleta.

Além disso, quanto maior foi o nível de autoestima dos jogadores de futebol, maior foi o nível de resiliência, ou seja, atletas que apresentaram maiores escores de autoestima, apresentaram também maiores escores de resiliência. Isso possivelmente pode aumentar as chances desses atletas a terem uma carreira mais bem sucedida.

No estudo de Borges e colaboradores. (2006), jogadoras de futebol que apresentavam traços de resiliência também apresentavam maiores níveis de autoestima, e com isso, um maior desenvolvimento pessoal e profissional.

Ainda sobre o estudo citado anteriormente, a convivência de atletas mais resilientes junto à atletas menos resilientes faz com que exista uma resiliência coletiva. Isso pode fazer com que um grupo suporte as dificuldades e possa vencer e crescer na carreira juntos.

Nesse sentido, Sanches (2007) encontrou resultados em que indivíduos que praticam esportes são mais resilientes e têm mais autoestima, apoiando a correlação

positiva encontrada no presente estudo entre essas duas variáveis.

Ortega e Montero (2021), em uma revisão sistemática, mostraram que diversos autores encontraram em seus resultados que indivíduos que são atletas tendem a ser mais resilientes, e com isso, ter autoestima mais elevada, devido ao ambiente esportivo gerar um maior autoconhecimento, e assim, possibilitar um melhor desempenho.

O estudo de Sanches e Rubio (2011) também encontraram resultados que mostram que atletas tendem a ter maiores níveis de resiliência e autoestima gerados através práticas esportivas vivenciadas. Os estudos citados acima também corroboram os resultados encontrados no presente estudo.

Segundo Sarkar (2019), atletas com níveis de resiliência mais altos tendem a saber lidar com ambientes estressores.

Essa afirmação poderia explicar o comportamento observado de alguns indivíduos com níveis baixos de estresse e uma resiliência elevada., entretanto, o presente estudo não encontrou correlação estresse e resiliência para corroborar o estudo citado.

No estudo de Blanco-García e colaboradores (2021), atletas mais jovens possuíam valores de estresse maiores do que atletas mais velho. Isso pode ser explicado, já que os atletas com menos idade têm mais sensibilidade a situações estressantes.

O estudo de Codonhato e colaboradores. (2018) mostram que atletas

mais velhos avaliam situações estressantes com menor intensidade.

Esses estudos corroboram com a correlação negativa entre idade e estresse percebido encontrada no presente estudo, onde atletas com mais idade tendem a ter menores escores de estresse.

Com resultados encontrados por Luft e colaboradores (2007), verificaram-se que quanto maior o nível de escolaridade de um indivíduo, menor é o nível de estresse dele.

No entanto, o presente estudo não encontrou os mesmos resultados, provavelmente pelo nível de escolaridade da amostra ser compatível com a relação idade e série escolar.

O futebol ou qualquer outra modalidade esportiva apresenta situações adversas para seus praticantes. O presente estudo não apresentou correlações negativas significativas entre estresse e resiliência, estresse e autoestima.

Porém na revisão feita por Fletcher e Sarkar (2012), mesmo com essas situações estressantes sendo apresentadas, essas situações também podem gerar adaptações positivas no atleta, ou seja, uma situação de estresse gera no atleta um aumento da resiliência e uma melhora da autoestima e podendo gerar um melhor desenvolvimento e melhor desempenho.

Para Sanches e Rezende (2010), atletas jovens tendem a ter maiores alterações de autoestima em comparação com atletas mais velhos, por não terem tantas vivências com adversidades e por terem dificuldade para controlar a parte emocional. Isso colabora para que atletas mais velhos tenham autoestima mais elevada, contribuindo com os resultados encontrados no presente estudo que mostra que atletas da categoria profissional tendem a ter escores de autoestima mais elevados.

O presente estudo apresentou algumas limitações que podem ser destacadas como a quantidade de categorias envolvidas no estudo, visto que as etapas de formação dos jogadores englobam todas as categorias de base de um clube.

Além disso, o tipo de estudo pode ser considerado como outra limitação, pois o ideal seria uma pesquisa longitudinal para o acompanhamento das variáveis investigadas nos jogadores de futebol.

CONCLUSÃO

O estudo apresentou uma associação positiva entre autoestima e resiliência nos jogadores de futebol investigados, ou seja, atletas que apresentaram maiores níveis de autoestima foram aqueles que apresentaram também maior nível de resiliência.

Os fatores psicológicos como os abordados no presente estudo têm ganhado destaque no futebol.

Assim, é importante que os clubes e comissões técnicas tenham conhecimento sobre níveis de estresse percebido, resiliência e autoestima dos seus atletas para assim saber como reagir frente às adversidades que podem surgir e com isso, gerar melhores condições para que alcancem níveis mais altos de desenvolvimento e desempenho.

Sugere-se que em estudos futuros sejam utilizados desenhos longitudinais de investigação, incluindo outras categorias de futebol para que ocorra um acompanhamento maior dos perfis psicológicos dos atletas e suas relações com o desempenho.

REFERÊNCIAS

- 1-Appelqvist-Schmidlechner, K.; Vaara, J.; Häkkinen, A.; Vasankari, T.; Mäkinen, J.; Mäntysaari, M.; Kyröläinen, H. Relationships between youth sports participation and mental health in young adulthood among Finnish males. *American journal of health promotion*. Vol. 32. Num. 7. 2018. p. 1502-1509.
- 2-Basiaga-Pasternak, J. Cognitive scripts, anxiety and styles of coping with stress in teenagers practising sports. *Journal of Human Kinetics*. Vol. 65. Num. 1. 2018. p. 261-271.
- 3-Blanco-García, C.; Acebes-Sánchez, J.; Rodriguez-Romo, G.; Mon-López, D. Resilience in sports: Sport type, gender, age and sport level differences. *International journal of environmental research and public health*. Vol. 18. Num. 15. 2021. p. 8196.
- 4-Borges, C.N.F.; Lopes, S.M.; Alves, C.A.; Alves, F.P. Resiliência: uma possibilidade de adesão e permanência na prática do futebol feminino. *Movimento*. Vol. 12. Num. 1. 2006. p. 105-131.

-
- 5-Campos Negreiro, P.J.L. Futebol nos anos 1930 e 1940: construindo a identidade nacional. *História: Questões & Debates*. Vol. 39. Num. 2. 2003. p. 121-151.
- 6-Codonhato, R.; Vissoci, J.R.N.; Nascimento Junior, J.R.A.D.; Mizoguchi, M.V.; Fiorese, L. Impact of resilience on stress and recovery in athletes. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*. Vol. 24. 2018. p. 352-356.
- 7-Cohen, S.; Kamarck, T.; Mermelstein, R. A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*. Vol. 24. Num. 4. 1983. p. 385-396.
- 8-Connor, K.; Davidson, J. Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*. Vol. 18. Num. 2. 2003. p. 76-82.
- 9-Cumming, S.P.; Searle, C.; Hemsley, J.K.; Haswell, F.; Edwards, H.; Scott, S.; Gross, A.; Ryan, D.; Lewis, J.; White, P.; Cain, A.; Siobhan, M.; Malina, R.M. Biological maturation, relative age and self-regulation in male professional academy soccer players: A test of the underdog hypothesis. *Psychology of Sport and Exercise*. Vol. 39. 2018. p. 147-153.
- 10-Dias, J.C.R.; Silva, W.R.; Maroco, J.; Campos, J.A.D.B. Escala de estresse percebido aplicada a estudantes universitárias: estudo de validação. *Psychology, Community & Health*. Vol. 4. Num. 1. 2015. p. 1-13.
- 11-Faro, A. Estresse e distresse: estudo com a escala de faces em Aracaju (SE). *Temas em Psicologia*. Vol. 23. Num. 2. 2015. p. 341-354.
- 12-Fazenda, T.; Carvalho, P.G. Média influence on elite football performance: a literature review to develop a model. *Journal of Physical Education and Sport*. Vol. 18. Num. 5. 2018. p. 1980-1985.
- 13-Fletcher, D.; Sarkar, M. A grounded theory of psychological resilience in Olympic champions. *Psychology of sport and exercise*. Vol. 13. Num. 5. 2012. p. 669-678.
- 14-Gama, D.; Barreto, H.; Castro, J.; Nunes, R.; Vale, R. Relationships between personality traits and resilience levels of jiu-jitsu and kickboxing Brazilian athletes. *Archives of Budo Science of Martial Arts and Extreme Sports*. Vol. 14. 2018. p. 125-133.
- 15-Goldblatt, D. Futebol nation: a footballing history of Brazil. London, UK: Penguin Books. 2014.
- 16-Grossmann, B.; Lames, M. From talent to professional football-youthism in German football. *International Journal of Sports Science & Coaching*. Vol. 10. Num. 6. 2015. p. 1103-1113.
- 17-Haugaasen, M.; Toering, T.; Jordet, G. From childhood to senior professional football: A multi-level approach to elite youth football players' engagement in football-specific activities. *Psychology of Sport and Exercise*. Vol. 15. Num. 4. 2014. p. 336-344.
- 18-Hornig, M.; Aust, F.; Güllich, A. Practice and play in the development of German top-level professional football players. *European Journal of Sport Science*. Vol. 16. Num. 1. 2016. p. 96-105.
- 19-Hsu, C.; Loecher, N.; Park, A.L.; Simons, L.E. Chronic pain in young athletes: The impact of athletic identity on pain-related distress and functioning. *The Clinical Journal of Pain*. Vol. 37. Num. 3. 2021. p. 219-225.
- 20-Lovell, R.; Towlson, C.; Parkin, G.; Portas, M.; Vaeyens, R.; Cobley, S. Soccer player characteristics in English lower-league development programmes: The relationships between relative age, maturation, anthropometry and physical fitness. *PloS one*. Vol. 10. Num. 9. 2015. e0137238.
- 21-Luft, C.D.B.; Sanches, S.D.O.; Mazo, G.Z.; Andrade, A. Versão brasileira da Escala de Estresse Percebido: tradução e validação para idosos. *Revista de Saúde Pública*. Vol. 41. Num. 4. 2007. p. 606-615.
- 22-Melo, L.B.S.D.; Rocha, H.P.A.D.; Silva, A.L.D.C.; Soares, A.J.G. Jornada escolar versus tempo de treinamento: a profissionalização no futebol e a formação na escola básica. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*. Vol. 38. Num. 4. 2016. p. 400-406.
-

23-Muñoz-Villena, A.J.; Gómez-López, M.; González-Hernández, J. Perfectionism profiles and anger responses: The relevant role of self-esteem in athletes of professional quarries. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. Vol. 17. Num. 4. 2020. p. 1416-1425.

24-Ortega, A.M.S.; Montero, F.J. O. Relación entre resiliencia y rendimiento en deportistas. Revisión sistemática. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*. Vol. 6. Num. 2. 2021. p. 1-11.

25-Pechorro, P.; Marôco, J.; Poiars, C.; Vieira, R.X. Validação da escala de autoestima de Rosenberg com adolescentes portugueses em contexto forense e escolar. *Arquivos de Medicina*. Vol. 25. Num. 5-6. 2011. p. 174-179.

26-Ruud, J.R.; Den Hartigh, L.; Rens, A.; Meerhoff, Nico, W.; Van Yperen, Niklas, D.; Neumann, Jur J.; Brauers, Wouter G.P.; Frencken, Ando Emerencia, Yannick Hill, Sebastiaan Platvoet, Martin Atzmueller, Koen A.P.M.; Lemmink e Michel S. Brink. Resilience in sports: a multidisciplinary, dynamic, and personalized perspective. *International Review of Sport and Exercise Psychology*. 2022. p. 1-23.

27-Saby, Y.; Pupier, Y.; Guillet-Descas, E.; Nicolas, M.; Martinent, G. Longitudinal emotional process among adolescent soccer player in intensive training centre. *Journal of Sports Sciences*. Vol. 38. Num. 11-12. 2020. p. 1368-1379.

28-Sanches, A.B.; Rezende, A.L.G. Avaliação da percepção das situações de estresse de jogadores de futebol em função da idade. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*. Vol. 18. Num. 3. 2010. p. 43-50.

29-Sanches, S.M. A prática esportiva como uma atividade potencialmente promotora de resiliência. *Revista Brasileira de Psicologia do Esporte*. Vol. 1. Num. 1. 2007. p. 01-15.

30-Sanches, S.M.; Rubio, K. A prática esportiva como ferramenta educacional: trabalhando valores e a resiliência. *Educação e pesquisa*. Vol. 37. Num. 04. 2011. p. 825-841.

31-Sarkar, M. Psychological resilience: Definitional advancement and research developments in elite sport. *International journal of stress prevention and wellbeing*. Vol. 1. Num. 3. 2019. p. 1-4.

32-Souza, N.P.; Oliveira Castro, H.; Silva Guimaraes, J.; Carmo, A.M.; Costa, G.D.C.T. Motivational factors for sport: the case of soccer athletes aged between 12 and 17 years. *Human Movement*. Vol. 19. 5. 2018. p. 8-13.

33-Thomas, J.R.; Nelson, J.K.; Silverman, S.J. Métodos de pesquisa em atividade física. 6ª edição Porto Alegre. Artmed. 2012.

34-Tian, L.; Liu, L.; Shan, N. Parent-child relationship and resilience among Chinese adolescents: the mediating role of self-esteem. *Frontiers in Psychology*. Vol. 9. 2018. p. 1030-1041.

3 - Laboratório de Temas Filosóficos em Conhecimento Aplicado a Educação Física e Desportos, Instituto de Educação Física e Desportos, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, Brasil.

Autor correspondente:

Giullio César Pereira Salustiano Mallen da Silva.

Rua São Francisco Xavier, 524.

Pavilhão João Lira Filho, 9º andar, Bloco F, sala 9134/5.

Maracanã, Rio de Janeiro-RJ, Brasil.

CEP: 20550-900.

Recebido para publicação em 01/05/2023

Aceito em 04/08/2023