

VARIAÇÕES DAS DIMENSÕES DA ANSIEDADE DURANTE COMPETIÇÃO NACIONAL DE FUTEBOL NA CATEGORIA SUB17

Bruno Cesar Igeski¹, Ronni Carlo de Oliveira Junior¹
 Marcos Alberto Skavinki¹, Felipe dos Santos Cavalheiro¹
 Marcelo Romanovitch Ribas^{1,2}, Julio César Bassan³

RESUMO

O Futebol é um esporte complexo, que exige dos atletas altos níveis de preparo e controle físico, técnico, tático e psicológico. Diante disso, o presente estudo teve como objetivo verificar as variações das dimensões da ansiedade durante uma competição nacional de Futebol na categoria Sub17. Fizeram parte da amostra 18 atletas do sexo masculino de Futebol de Campo, da primeira divisão do campeonato paranaense, com idade média de $16,7 \pm 0,5$ anos. Para mensurar a ansiedade pré-competitiva, foi utilizada uma versão reduzida do questionário de CSAI-2, antes de quatro jogos pela Taça Belo Horizonte de Futebol Sub17. A ansiedade somática, cognitiva e autoconfiança para os Jogos 1, 2, 3, 4 mostraram valores medianos variando de 9 - 11; 5 e 20 pontos nesta ordem. Ao comparar a ansiedade com a autoconfiança, está se demonstrou superior em todos os jogos disputados variando de 55,6% - 58,9%. Sobre as correlações estas demonstraram para o Jogo 1 uma correlação negativa moderada, entre ansiedade cognitiva e autoconfiança $r = -0,522$ ($p=0,02$). Para o Jogo 2, foi encontrada uma correlação negativa moderada entre ansiedade cognitiva e autoconfiança $r = -0,640$ ($p=0,004$). Concluindo a autoconfiança apresentou níveis elevados em todos os jogos disputados, mostrando que os atletas estavam confiantes.

Palavras-chave: Futebol. Ansiedade. Autoconfiança.

ABSTRACT

Variations in anxiety dimensions during national football competition in u-17 category

Football is a complex sport that requires athletes to have high levels of preparation and physical, technical, tactical and psychological control. Therefore, the present study had as objective to verify the variations in the dimensions of the anxiety during a national soccer competition in the U-17 category. The sample was composed of 18 male soccer players from the first division of the Paranaense championship, with a mean age of 16.7 ± 0.5 years. In order to measure pre-competitive anxiety, a reduced version of the CSAI-2 questionnaire was used, before 4 soccer matches for the Belo Horizonte Soccer Cup U- 17. Somatic, cognitive and self-confidence anxiety for Matches 1, 2, 3, 4 showed median values ranging from 9 - 11; 5 and 20 points in this order. When comparing anxiety with self-confidence, it was shown to be superior in all matches played, ranging from 55.6% - 58.9%. On correlations, these demonstrated for Match 1 a moderate negative correlation between cognitive anxiety and self-confidence $r = -0.522$ ($p = 0.02$). For Match 2, a moderate negative correlation was found between cognitive anxiety and self-confidence $r = -0.640$ ($p = 0.004$). Concluding that the athletes presented high levels of self-confidence during the matches.

Key words: Football. Anxiety. Self confidence.

1-Centro Universitário (UniDom), Laboratório de Bioquímica e Fisiologia do Exercício, Campus Mercês, Curitiba-PR, Brasil.

2-Programa de Pós-Graduação em Engenharia Elétrica e Informática Industrial (CPGEI), Universidade Tecnológica Federal do Paraná (UTFPR), Curitiba-PR, Brasil.

3-Programa de Pós-Graduação em Educação Física (PPGEF), Universidade Tecnológica Federal do Paraná (UTFPR), Curitiba-PR, Brasil.

INTRODUÇÃO

O Futebol é caracterizado como um esporte acíclico e intermitente, devido aos esforços serem realizados em alta e baixa intensidade, seguidos de períodos curtos de recuperação, de maneira passiva ou ativa (Gonçalves e colaboradores, 2016).

Cabe enfatizar que tais ações ocorrem durante partidas oficiais, sejam elas profissionais ou de categorias maiores que Sub17, que possuem duração de noventa minutos (Silva e colaboradores, 2011).

Desta maneira, entende-se que o controle da carga aplicada de curto e longo prazo, é importante para melhorar o desempenho durante os treinos e partidas. Tal fator está ligado com a subdivisão das cargas de trabalho, que deve ser monitorado para elevar o desempenho dos atletas, podendo ser realizada por meio de variáveis bioquímicas, fisiológicas e psicológicas (Nunes e colaboradores, 2013).

Em relação às variáveis psicológicas, a ligação entre ansiedade e esporte de rendimento se dá por meio da necessidade do atleta, de conquistar resultados satisfatórios e melhorar ou manter um bom rendimento (Tavares, 2015). A mesma está inserida na rotina de vida de todos os indivíduos. Todavia, o atleta depara-se com ela a todo instante, fato que torna a compreensão, da sua expressão em diferentes situações geradas no contexto esportivo, passa a ser um objetivo a ser investigado (Gonçalves e Belo, 2007).

Ao definir a ansiedade, esta pode ser multidimensional, compreendendo aspectos cognitivos, somáticos e a autoconfiança, podendo interferir na condição psicológica do atleta (Martens e colaboradores, 1990).

Desta maneira, entender a relação existente entre ansiedade pré-competitiva e a performance esportiva é uma importante forma de ajudar os atletas a controlar suas emoções e melhorar sua performance (Machado e colaboradores, 2016).

No intuito de compreender a ligação entre esporte e ansiedade, foram criados alguns questionários que monitoram e trazem informações sobre a ansiedade dos jogadores, como por exemplo, o CSAI, desenvolvido em 1990 por Martens e a versão reduzida do questionário o CSAI-2R (Martens e

colaboradores, 1990; Cox e colaboradores, 2003).

A versão reduzida do questionário, utilizada no presente trabalho, aborda a ansiedade cognitiva, somática e a autoconfiança dos atletas.

Em relação aos tipos de ansiedade abordados no CSAI-2R, destaca-se à ansiedade pré-competitiva, que possui influencia no desempenho do atleta durante o jogo, podendo atuar de forma positiva ou negativa sobre o mesmo (Bicalho e colaboradores, 2016).

Tal ansiedade divide-se em somática e cognitiva, sendo a somática relacionada a respostas fisiológicas que o atleta sofre antes da partida, tais como sudorese excessiva e aumento da frequência cardíaca, enquanto a cognitiva caracteriza-se pelos aspectos intrínsecos que o jogador pode experimentar antes de entrar em campo, como o medo, as dúvidas e a falta de motivação (Fernandes e colaboradores, 2012).

Em contrapartida, a autoconfiança é definida por Martens e colaboradores (1990) como a confiança do atleta em si e nas suas capacidades para atingir um bom rendimento.

Diante de tais fatos, a presente pesquisa teve como objetivo investigar as variações das dimensões da ansiedade durante competição nacional de futebol na categoria Sub17.

MATERIAIS E MÉTODOS

A pesquisa foi caracterizada como sendo descritiva transversal (Gil, 2002; Lakatos e Marcone, 2003).

A amostra foi composta por 18 atletas do sexo masculino de Futebol de Campo, da categoria Sub17, da primeira divisão do campeonato paranaense, com idade média de $16,7 \pm 0,5$ anos.

Tais atletas realizavam um volume de treino de 5 vezes na semana com duração de 01 hora e 30 minutos por dia.

Foram incluídos na pesquisa atletas que: a) treinavam para rendimento; b) assinaram o termo de assentimento e de devolveram o termo de consentimento livre e esclarecido assinado pelos pais ou responsáveis legais.

Foram excluídos da pesquisa atletas que: deixaram de preencher o questionário CSAI-2R em um dos três jogos realizados pela

a equipe. A pesquisa foi aprovada pelo comitê de ética em pesquisa, sobre o parecer n° 2.090.548.

Aplicação do Questionário

Os atletas responderam uma versão reduzida do questionário de ansiedade pré-competitiva CSAI-2 (Martens e colaboradores, 1990), o CSAI-2R (Cox e colaboradores, 2003) antes de quatro jogos pela Taça Belo Horizonte de Futebol Sub17. O questionário possuía 17 questões que são divididas em ansiedade somática (1,4,6,9,12,15,17), ansiedade cognitiva (2,5,8,11,14) e autoconfiança (3,7,10,13,16). Para propósitos de interpretação, os dados da ansiedade cognitiva, somática e autoconfiança são categorizadas em baixa (de 9 a 18 pontos), média de (19 a 27 pontos) e alta de (28 a 36 pontos).

Análise Estatística

Os dados foram tabulados em planilha do Microsoft Excel® e transportados para o software BioEStat 5.0, ano 2007, onde foram analisados. Foi realizado o teste de normalidade Shapiro-Wilk, onde verificou distribuição assimétrica.

Desta maneira, foi utilizada a estatística não paramétrica e os dados foram apresentados na forma de mediana, percentual.

Para comparar os valores de ansiedade somática, cognitiva e autoconfiança, nas partidas, foi utilizado o teste qui-quadrado variáveis independentes, assumindo como valor significativo $p < 0,05$.

Para verificar a correlação entre os estados de ansiedade foi realizada a correlação linear de Pearson.

RESULTADO

A Tabela 1 apresenta as medianas para a ansiedade somática, cognitiva e autoconfiança. A dimensão ansiedade somática para os Jogos 1, 2, 3 e 4 apresentou valores medianos variando de 9 – 11 pontos.

A dimensão ansiedade cognitiva para os Jogos 1, 2, 3 e 4 numerários medianos de 5 pontos.

E por fim a autoconfiança teve um comportamento mediano para os Jogos 1, 2, 3 e 4 de 20 pontos. Para ambas as dimensões da ansiedade não foram reportadas diferença significativa $p \geq 0,05$.

A Tabela 2 apresenta a comparação entre as frequências das respostas informadas pelos jogadores Sub17, que participaram da presente investigação. Quanto à autoconfiança, esta ao ser comparada com as demais dimensões ansiedade, somática e cognitiva, mostrou diferença significativa nos jogos 1, 2, 3 e 4 $p < 0,05$.

Em relação às correlações entre as dimensões das ansiedades pré-competição e autoconfiança (Tabela 3).

O Jogo 1 mostrou uma correlação negativa moderada, entre ansiedade cognitiva e autoconfiança $r = - 0,522$ ($p = 0,02$). Para o Jogo 2, foi encontrada uma correlação negativa moderada entre ansiedade cognitiva e autoconfiança $r = - 0,640$ ($p = 0,004$). Porém os jogos que foram seguidos por resultados negativos Jogo 3 e Jogo 4 não foi encontrada uma correlação entre as dimensões da ansiedade $p \geq 0,05$.

Tabela 1 - Perfil da ansiedade pré-jogo em atletas de Futebol de Campo Sub17 (n=18).

| Varáveis | Partidas | | | | (p valor) |
|---------------------|----------|--------|--------|--------|-----------|
| | Jogo 1 | Jogo 2 | Jogo 3 | Jogo 4 | |
| Ansiedade somática | 9 | 11 | 10 | 10,5 | 0,7268 |
| Ansiedade cognitiva | 5 | 5 | 5 | 5 | 0,9583 |
| Autoconfiança | 20 | 20 | 20 | 20 | 0,8110 |

Legenda: p valor = teste anova um critério.

Tabela 2 - Frequência com que as dimensões da ansiedade pré-competição foram assinaladas pelos jogadores de Futebol de Campo Sub 17 (n=18).

| Jogos | Somática | Cognitiva | Autoconfiança | Total n (%) | (p valor) |
|-------|-------------|-----------|---------------|-------------|-----------|
| J1 | 9 (26,4) | 5 (14,7) | 20 (58,9)* | 34 (100) | 0,007 |
| J2 | 11(30,5) | 5 (13,9) | 20 (55,6)* | 36 (100) | 0,03 |
| J3 | 10 (28,6) | 5 (14,2) | 20 (57,2)* | 35 (100) | 0,01 |
| J4 | 10,5 (29,6) | 5 (14,0) | 20 (56,4)* | 35,5 (100) | 0,01 |

Legenda: *diferenças significativas teste qui-quadrado variáveis independentes.

Tabela 3 - Correlação entre as ansiedades pré-competição dos jogadores de Futebol de Campo conforme o resultado da partida (n=18).

| Jogos | Correlação | R | (p valor) |
|-------|------------|---------|-----------|
| J1 | AC x Aut | - 0,522 | 0,02 |
| J2 | AC x Aut | - 0,640 | 0,004 |
| J3 | AC x Aut | - 0,308 | 0,213 |
| J4 | AC x Aut | - 0,271 | 0,276 |

Legenda: AC = ansiedade cognitiva; Aut = autoconfiança; r = Pearson.

DISCUSSÃO

A presente pesquisa teve como objetivo investigar as variações das dimensões da ansiedade durante competição nacional de futebol na categoria Sub17.

Em relação ao perfil de ansiedade (Tabela 1), Machado e colaboradores (2016) avaliando 16 atletas de canoagem Slalom com idade $20,6 \pm 2,95$ anos e reportaram valores médios para ansiedade somática de $13,8 \pm 4,0$, cognitiva $16 \pm 5,7$ e autoconfiança $28,8 \pm 3,0$.

Foi verificada uma pontuação considerada baixa para a ansiedade e alta para a autoconfiança, porém superiores aos reportados na presente investigação.

Na mesma linha, porém com alpinistas Rodrigues e colaboradores (2009), investigaram 45 indivíduos com média de idade de $33,9 \pm 8,9$ anos e mostraram em relação à ansiedade somática $15,0 \pm 3,5$, cognitivo valor médio $16,5 \pm 4,0$ e autoconfiança $26,6 \pm 5,4$.

Tais discrepâncias bem prováveis ocorreram, pelo fato de a ansiedade cognitiva ser mais elevada nos praticantes de desportos individuais, do que em praticantes de desportos coletivos (Rodrigues e colaboradores, 2009).

Entretanto, deve ser evidenciado que a ansiedade somática elevada é essencial para as atividades globais que requerem rapidez, resistência física e força, como é o caso do futebol. Tal ansiedade coloca o organismo em estado de alerta, aumentando os níveis de adrenalina e cortisol (Bocchini e colaboradores, 2008).

Desta maneira, baixos níveis de ansiedade em particular a somática devem ser analisados com ressalvas, pois em determinados esportes podem causar um desempenho abaixo do esperado, resultado de um atleta apático e sem vontade de competir (Zanetti e colaboradores, 2011).

Em outro estudo Vasconcelos-Raposo e colaboradores (2007), ao estudarem intensidade e negativismo e autoconfiança em jogadores de futebol profissionais brasileiros, os pesquisadores mensuram os níveis de ansiedade e autoconfiança em 529 atletas com média de idade de $23,0 \pm 4,2$ anos, e observaram que os atletas profissionais tinham menores níveis de ansiedade cognitiva em comparação aos atletas regionais $17,9 \pm 4,3$ vs $19,1 \pm 4,1$ e para a autoconfiança $31,9 \pm 3,5$ contra $30,7 \pm 3,9$ situação que vem a apoiar a atual investigação.

Analisando os tipos de ansiedade entre jogadores titulares e reservas Bocchini e colaboradores (2008) mensuraram 16 jogadores de Futsal Sub17 de um clube gaúcho e encontraram valores médios para a ansiedade cognitiva, somática e autoconfiança de $18,8 \pm 3,8$, $16,3 \pm 3,1$ e $31,5 \pm 2,2$ nesta ordem.

Para Martens e colaboradores (1990) existe uma relação recíproca, entre os níveis de ansiedade cognitiva e o nível de habilidade do atleta. Uma aptidão natural para a prática desportiva leva o atleta a vivenciar níveis baixos de ansiedade cognitiva, que resultam na realização de melhoras de desempenho e vice-versa.

Cabe reforçar que a relação existente entre a ansiedade cognitiva e a ansiedade somática favorece os atletas analisados, uma vez que o nível de uma ou de outra não aponta para distúrbios ansiolíticos comprometedores (Rodrigues e colaboradores, 2009).

No que advoga a autoconfiança, atletas com maiores habilidades possuem uma capacidade maior para lidar com a ocorrência de pensamentos negativos e fracassos, devido seus níveis de autoconfiança serem superiores aos índices de ansiedade (Martens e colaboradores, 1990).

Percebe-se que valores superiores de autoconfiança, expressam níveis superiores de

desempenho e sucesso esportivo (Rodrigues e colaboradores, 2009).

Sobre a comparação entre a ansiedade e autoconfiança (Tabela 2), a pesquisa de Barbacena e Grisi (2008), em duas competições diferentes avaliaram 37 atletas de natação com idade entre 13 e 23 anos, e mostraram maiores níveis de autoconfiança em comparação com a ansiedade, achados estes que corroboram com a presente pesquisa.

Controlar o estresse e a ansiedade, nas categorias de base no Futebol, contribui para a formação do atleta, acarretando melhora do desempenho durante as competições (Bicalho e colaboradores, 2016).

Uma vez que a parte emocional do ser humano está presente em todos os momentos, e fatores como a autoconfiança e ansiedade podem influenciar o rendimento esportivo (Pujals e Vieira, 2002).

Quanto maiores os níveis de ansiedade cognitiva, menores os níveis de autoconfiança (Machado e colaboradores, 2016). Fatores que podem alterar o estado de ansiedade, dizem respeito   pressão da torcida, partida fora ou dentro de casa e a cobrança do atleta sobre si mesmo por um bom desempenho (Boas e colaboradores, 2012).

No que se refere à correlação entre ansiedade e autoconfiança (Tabela 3), para Martens e colaboradores (1990) a autoconfiança possui correlação negativa com a ansiedade somática e cognitiva, visto que se a ansiedade aumenta, a autoconfiança diminui afirmativa que corrobora com a presente pesquisa.

Para o mesmo autor, estar confiante e motivado no momento da competição, na maioria das vezes leva o atleta a um bom desempenho.

Situação vivenciada pela presente amostra nos dois primeiros jogos do campeonato, onde os atletas conseguiram resultados positivos. Níveis elevados de autoconfiança podem ser explicados pelo bom relacionamento dentro do grupo e com a comissão técnica (Bocchini e colaboradores, 2008).

CONCLUSÃO

Ao analisar os resultados obtidos na presente pesquisa, foi observado em relação  

dimensão ansiedade somática, que a mesma teve pequena variação, sendo maior no primeiro jogo.

Em relação à ansiedade cognitiva, não houve diferenças relevantes, o que demonstra que os atletas estavam concentrados e com pensamentos positivos para as partidas.

A autoconfiança apresentou níveis elevados em todos os jogos disputados, mostrando que os atletas estavam confiantes com o seu time e no próprio desempenho.

Níveis muito baixos de ansiedade podem deixar o atleta em zona de conforto, fazendo com que haja perda de desempenho durante o jogo, enquanto um alto grau de ansiedade pode fazer com que haja um medo exagerado, tornando o mesmo propicio a erros e maior nervosismo.

Assim, pode-se concluir que investigar a ansiedade e a autoconfiança dos atletas é de suma importância e deve ser incluído dentro do planejamento do futebol, visto que controlar e ensinar o atleta a lidar com sua ansiedade pode trazer resultados melhores em futuras competições.

REFERÊNCIAS

- 1-Barbacena, M.M.; Grisi, R.N.F. Nível de ansiedade pr -competitiva em atletas de natação. *Conexões*. Vol. 6. Num. 1. 2008. p. 31-39.
- 2-Bicalho, C.C.F.; Melo, C.C.; Boletini, T.L.; Costa, V.T.; Noce, F. Fatores da Ansiedade Identificados para Atletas da Categoria Juvenil de Futebol. *Rev Edu Física*. Vol. 85. Num. 2. 2016. p. 76-83.
- 3-Boas, M. S. V.; Coelho, R. W.; Vieira, L. F.; Fonseca, P. H. S.; Kuczynski, K. M.; Boas, A. G. B. V. Análise do nível de ansiedade de jovens atletas da modalidade de futsal. *Conexões*. Vol. 10. Num. 3. 2012. p. 77-86.
- 4-Bocchini, D.; Morimoto, L.; Rezende, D.; Cavinato, G.; Luz, L. M. R. Análise dos tipos de ansiedade entre jogadores titulares e reservas de futsal. *Conexões*. Vol. 6. 2008. p. 522- 32.
- 5-Cox, R. H.; Martens, M.; Russel, W. D. Measuring anxiety in athletics: The revised Competitive State Anxiety Inventory-2. *J Sport*

Revista Brasileira de Futsal e Futebol

ISSN 1984-4956 *versão eletrônica*

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

www.ibpex.com.br / www.rbff.com.br

Exer Psychology. Vol. 25. Num. 4. 2003. p. 519-33.

6-Fernandes, M.G.; Vasconcelos-Raposo, J. Fernandes, H.M. Propriedades psicométricas do CSAI-2 em atletas brasileiros. *Psicologia: Reflexão e Crítica*. Vol. 25. Num. 4. 2012. p. 679-87.

7-Gil, A.C. Como Elaborar Projetos de Pesquisa. 4ª edição. Atlas. 2002.

8-Gonçalves, 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*. Vol. 12. Num. 2. p. 301. 2007.

9-Gonçalves, L.S.; Souza, E.B.; Oliveira, E.P.; Burini, R.C. Perfil antropométrico e consumo alimentar de jogadores de futebol profissional. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*. São Paulo. Vol. 9. Num. 54. 2016. p. 587-596. Disponível em: <<http://www.rbne.com.br/index.php/rbne/article/view/596>>

10-Lakatos, E.M.; Marccone, M.A. Fundamentos de Metodologia Científica. 5ª edição. Atlas. 2003.

11-Machado, T. A.; Paes, M. J.; Alquiére, S. M.; Osiecki, A. C. V.; Lirani, L.S.; Stefanello, J. M. F. Ansiedade estado pré-competitiva em atletas de voleibol infanto-juvenis. *Rev Bras de Edu Fís Esporte*. Vol. 30. Num. 4. 2016. p. 1061-67.

12-Martens, R.; Vealey, R. S.; Burton, D. Competitive anxiety in sport. Champaign. IL: Human Kinetics. 1990.

13-Nunes, R.T.; Andrade, F.C.; Coimbra, D.R.; Nogueira, R.A.; Pinto, A.F.; Filho, M.G.B. Monitoramento dos efeitos agudos da carga de treinamento no futebol. *Rev Edu Física/UEM*. Vol. 23. Num. 4. 2013. p. 599-06.

14-Pujals, C.; Vieira, L.F. Análise dos fatores psicológicos que interferem no comportamento dos atletas de futebol de campo. *Rev Edu Física/UEM*. Vol. 13. Num. 1. 2002. p. 89-97.

15-Rodrigues, A.D.; Lázaro, J.P.; Fernandes, H.M.; Vasconcelos-Raposo, J. Caracterização

dos níveis de negativismo, ativação, autoconfiança e orientações motivacionais de alpinistas. *Motricidade*. Vol. 5. Num. 2. 2009. p. 63-86.

16-Silva, J.F.; Guglielmo, L.G.A.; Dittrich, N.; Floriano, L. T.; Arins, F. B. Relação entre aptidão aeróbia e capacidade de sprints repetidos no futebol: efeito do protocolo. *Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum*. Vol. 13. Num. 2. 2011. p. 112-116.

17-Tavares, F.M. Influência dos níveis de Ansiedade em diferentes categorias do Futsal Escolar. *Revista Brasileira de Futsal e Futebol*. Vol. 7. Num. 27. 2015. p. 462-66. Disponível em: <<http://www.rbff.com.br/index.php/rbff/article/view/261>>

18-Vasconcelos-Raposo, J.; Coelho, E.; Mahl, A.; Fernandes, H.; Intensidade e negativismo e autoconfiança em jogadores de futebol profissionais brasileiros. *Motricidade*. Vol. 3. Num. 3. 2007. p. 7-15.

19-Zanetti, M.C; Rebutini, F.; Moiola, A.; Schiavon, M.; Machado, A. A. Ansiedade, autoconfiança e estados de humor em atletas de futsal masculino. *Col Pesq Edu Física*. Vol. 10. Num. 3. 2011. p. 33-38.

Recebido para publicação em 27/11/2017
Aceito em 07/01/2018