

**ESTRESSE DA INICIAÇÃO ESPORTIVA ATÉ PROFISSIONALIZAÇÃO:
UMA ANÁLISE EXPLORATÓRIA DA TRAJETÓRIA DE ATLETAS PROFISSIONAIS DE FUTEBOL**

André Luis Aroni¹, Guilherme Bagni²
Giovanni Luchetti Bocchio¹, Edson Filho³
Afonso Antonio Machado⁴

RESUMO

Nos últimos anos a iniciação esportiva têm sido objeto de estudo de inúmeros trabalhos na literatura internacional, assim como a transição de carreira. Entretanto, grande parte dos trabalhos sobre transição se concentram no término da carreira esportiva. Assim, o objetivo do presente estudo foi analisar a trajetória dos jogadores de futebol no processo da iniciação esportiva até a profissionalização, observando as fontes de estresse e enfrentamento em cada transição de categoria. Um total de 27 jogadores profissionais participaram desse estudo descritivo e exploratório. Um roteiro de entrevista com quinze perguntas baseado nos instrumentos de Gomes (2011) e de Stambulova e colaboradores (2009) foi utilizado para coletar os dados. Numerosas fontes de estresse (por exemplo, comportamento dos pais, lesões, atletas mais fortes) e estratégias de enfrentamento (por exemplo, jogar melhor, conversar com a família) foram identificadas pelos jogadores ao longo do processo de iniciação e profissionalização do esporte. A maioria das estratégias de enfrentamento consistiu em abordagens focadas na resolução de problemas, frente as diferentes demandas de estresse encontradas pelos atletas ao longo de suas carreiras. Como considerações finais, o estudo contribui para que treinadores e líderes da iniciação esportiva possam estar atentos as demandas apresentadas, além das usuais questões físicas, técnicas e táticas.

Palavras-chave: Estresse psicológico. Adaptação psicológica. Futebol.

- 1-UniMetrocamp Wyden, Campinas-SP, Brasil.
2-Centro Universitário Hermínio Ometto, Araras-SP, Brasil.
3-University of Central Lancashire, Preston, United Kingdom.
4-Universidade Estadual Paulista, Rio Claro-SP, Brasil.

ABSTRACT

Stress from sports initiation to the professionalism: an exploratory analysis of the trajectory of professional football athletes

In recent years, sports initiation have been the object of study of numerous works inside the international literature, as well as the career transition. However, much of the career transition focuses on the end of the professional career. Thus, the objective of the present study was to analyze the trajectory of football players in the process of sports initiation to professionalization, observing the sources of stress and coping in each category transition. A total of 27 professional players participated in this descriptive and exploratory study. An interview script with fifteen questions, based on the instruments of Gomes (2011) and Stambulova and collaborators (2009), was used to gather data. Numerous sources of stress (e.g., parents' behavior, injuries, stronger athletes) and related coping strategies (e.g., problem-focused coping, emotion-focused coping) were identified by the players throughout the process of sports initiation and professionalization. The majority of coping strategies consisted of problem-focused approaches that parallel the different stress demands encountered by the athletes over the course of their career development. As final considerations, the study contributes to the fact that coaches and leaders of sports initiation can be attentive to the demands presented, besides the usual physical, technical and tactical questions.

Key words: Stress. Psychological. Adaptation. Psychological. Football.

E-mail dos autores:
andre-aroni@hotmail.com
guilhermebagni@uol.com.br
giovanni_gell9@yahoo.com.br
efilho@uclan.ac.uk
afonsoa@gmail.com

INTRODUÇÃO

Nas últimas três décadas a iniciação esportiva têm sido objeto de estudo de inúmeros trabalhos dentro da Psicologia do Esporte (Bloom, 1985; Côtè, 1999; Marques e colaboradores, 2014).

Por outro lado, temas tão importantes como: transição de carreira, motivação, resiliência; e emoções específicas como ansiedade, medo e confiança aparecem em pesquisas isoladas, muito bem justificadas pela facilitação e organização científica na análise dos dados (Fletcher e Fletcher, 2005; Lazarus, 1993).

No caso deste estudo, a proposta foi analisar a trajetória de futebolistas ao longo do processo de iniciação esportiva e profissionalização, utilizando como aporte teórico o Modelo Transacional Cognitivo, Motivacional e Relacional de Lazarus, em um “diálogo” com o tema Transição de Carreira e outras referências da área.

Com relação à iniciação esportiva, é consensual que atletas profissionais passam pelas fases de iniciação, especialização, aperfeiçoamento e a manutenção de carreira (Bloom, 1985; Côtè, 1999). Como característica, na iniciação é necessário fazer com que as crianças sejam estimuladas por diversas atividades motoras. Na segunda fase, as crianças buscam se especializar em uma modalidade específica, de acordo com seus gostos e vontades.

No aperfeiçoamento, o jovem busca desenvolver suas habilidades no esporte escolhido, consolidando-se no processo competitivo a fim de seguir em direção ao profissionalismo. A última fase refere-se à manutenção, onde já atletas profissionais, devem se manter no mais alto nível esportivo até o término de suas carreiras.

Segundo os mesmos autores, durante esta longa jornada inúmeras situações são vivenciadas, com vários agentes participando e interferindo no processo.

Já o estresse é entendido como um desequilíbrio entre uma demanda e a capacidade de resposta, onde uma falha gera consequências no resultado (Mcgrath, 1970).

No âmbito esportivo, muitos estudos buscaram as fontes de estresse vivenciadas por atletas (Dugdale, Eklund e Gordon, 2002; Holt e Hogg, 2002).

Entretanto, o estresse aparece como um tema complexo, sendo necessário compreender mais do que apenas fontes de

estresse e as formas de enfrentamento. Seguindo esta perspectiva, uma das propostas mais conhecidas e aceitas pela comunidade científica refere-se ao Modelo Transacional Cognitivo, Motivacional e Relacional de Lazarus (1991) e Lazarus e Folkman (1984).

De acordo com o Modelo, a forma como as pessoas reagem às situações de estresse deve ser vista como um processo psicológico onde intervêm fatores cognitivos, motivacionais e relacionais (Aroni, 2016; Gomes, 2011).

Segundo os autores Lazarus e Folkman (1984), a primeira avaliação é realizada pelo(a) atleta frente a uma demanda, onde ele a reconhece por meio de três elementos: relevância motivacional, congruência motivacional e o envolvimento do ego. Na avaliação cognitiva secundária, ele(a) observa quem é o responsável por tal situação, avalia seu potencial para enfrentá-la e suas expectativas futuras (Lazarus, 1991).

A partir desse ponto, o enfrentamento (ou coping) pode estar focado em resolver o problema, em regular a emoção, ou ainda outras formas menos eficazes, como tentar esquecer a situação, negar que esteja acontecendo ou até procurar álcool e drogas (Carver, Scheier e Weintraub, 1989; Gomes, 2011).

A partir daí os autores Fletcher e Fletcher (2005) propuseram ao processo de adaptação mais dois tipos de avaliação cognitiva: a terciária e quaternária; justificando que essas dimensões são fundamentais quando a avaliação cognitiva primária e secundária não finalizarem a demanda inicial, existindo assim aspectos persistentes e merecedores da atenção dos atletas.

A avaliação cognitiva terciária verifica até onde a emoção sentida foi relevante e, caso seja, o processo cognitivo deve seguir (avaliação cognitiva quaternária) lidando com a emoção resultante.

No contexto desta pesquisa, procurou-se identificar por meio de entrevistas as principais fontes de estresse vivenciadas pelos profissionais do futebol, analisando suas formas de enfrentamento e procurando entender qual influência teve nas transições vividas dentro do percurso: iniciação esportiva – profissionalismo.

Sobre a transição de carreira, apesar da maior parte dos estudos focarem na aposentadoria dos atletas (Park, Lavalley e Tod, 2013), ela compreende todas as fases vividas durante a carreira esportiva, inclusive

em situações específicas como troca de países ou regiões, clubes e status esportivo (Stambulova, 1994), justificando assim a sua relevância como tema de pesquisa.

Assim, o objetivo do presente estudo foi analisar a trajetória dos jogadores de futebol no processo da iniciação esportiva até a profissionalização, observando as fontes de estresse e enfrentamentos em cada transição de categoria.

MATERIAIS E MÉTODOS

A pesquisa se caracterizou como quali-quantitativa de caráter descritiva e exploratória. Segundo Thomas, Nelson e Silverman (2012), este tipo de estudo tem como objetivo uma descrição aprofundada nas características de determinada população, conhecendo a natureza das suas relações e ações.

Os participantes do estudo foram 27 atletas profissionais de futebol (todos do sexo masculino), com idade compreendida entre os 23 e 29 anos [M = 26.40; DP = 1.62]. Todos os atletas eram brasileiros, com 20 deles jogando a primeira ou segunda divisão do Campeonato Brasileiro do ano de 2016. Outros quatro atuavam no futebol Europeu, dois na Ásia e um na América do Norte, sendo todos nas divisões principais de cada país. Dois pré-requisitos foram estabelecidos previamente: a) ser atleta profissional de futebol, a fim de analisar a trajetória de atletas que alcançaram o sucesso esportivo na modalidade; b) possuir idade compreendida entre os 20 e 30 anos, com o propósito de evitar conflitos culturais e características de épocas distintas. É importante ressaltar que muitos deles viviam o ponto mais alto de suas carreiras, segundo seus próprios depoimentos.

Com relação ao instrumento, um guia de 15 questões foi utilizado como roteiro da entrevista, além das perguntas de cunho sócio demográfico. A base para o desenvolvimento das questões foi o Guia “Entrevista de Avaliação Psicológica de Atletas – Gestão de Estresse” de Gomes (2011), e o instrumento de Transição de Carreira criado por Stambulova e colaboradores (2007). Para a entrevista seguiu-se a lógica de análise de incidentes críticos proposto por Carver, Sheier e Weintraub (1989), onde a análise do processo psicológico foi realizada a partir da contextualização de uma situação identificada como estressante aos atletas, respeitando sua trajetória de carreira.

Na apresentação dos resultados, foi adotada a categorização das informações (Richardson, 1989) com base na abordagem Transacional de Lazarus, tendo a análise de conteúdo (Bardin, 2011) como técnica dedutiva. Segundo essa autora, o tipo de análise tem a vantagem de explicitar e sistematizar o conteúdo das informações fornecidas pelos participantes, permitindo realizar deduções lógicas que podem, ou não, sustentar os princípios defendidos por um modelo de análise.

Após os dados sócios demográficos, segue para os resultados com dois enfoques principais: o complexo contexto familiar durante o processo de iniciação esportiva, aqui intitulado de “a dinâmica familiar”; e o atribulado período no fechamento do “primeiro contrato profissional”. A decisão desse enfoque se deu após a análise do conteúdo das entrevistas, pelo fato de ambos os pontos surgirem frequentemente no discurso dos 27 como os períodos mais sensíveis (estressantes) de suas carreiras.

As normas éticas indicadas na Declaração de Helsinki (1975) revisada em 1983 e nas Resoluções do Conselho Nacional de Saúde no. 196 de 10/10/96, e no. 251 de 07/08/1997 foram seguidas nesse estudo, inclusive com projeto aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos do Centro Universitário Hermínio Ometto/UNIARARAS, parecer número 2.125.460. Após a aprovação, o convite para os atletas foi enviado de forma aleatória para grupos de atletas profissionais de futebol via redes sociais, mais especificamente Facebook® e/ou Twitter®.

Todos os que aceitaram participar de forma voluntária do estudo, e que atendiam os critérios de inclusão, foram chamados em data e hora agendada pelo Skype® para a entrevista, enviando o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido devidamente assinado. As características netnográficas da coleta se justificaram pela localização geográfica dos participantes, que residiam em locais distintos do país ou no exterior.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Optou-se pela apresentação dos resultados e discussão em um mesmo tópico respeitando as características do estudo qualitativo e exploratório.

Neste sentido, foi utilizado o Modelo teórico Transacional Cognitivo, Motivacional e Relacional (Lazarus, 1991; Lazarus e Folkman, 1984) como base, nele foi possível identificar fontes de estresse e as formas de enfrentamento ao longo de todo o processo de formação esportiva. Ao explorar as respostas dos atletas, foi importante aceitar a complexidade do assunto e trazer outros autores e temas para dialogar com a Teoria, principalmente da transição de carreira.

Sobre a escolaridade, 25 atletas concluíram o Ensino Médio, enquanto um o Ensino Fundamental, e mais outro o Superior completo. Este dado vai de encontro com o apresentado por Côté, Baker e Albernethy (2007), que ao tratar do papel da família no processo de iniciação esportiva, defende que no período entre 13 e 15 anos os pais enfatizam tanto o rendimento esportivo quanto os estudos, motivados pela incerteza da carreira esportiva futura.

No caso desses atletas, a maior parte deles concluiu o Ensino Médio, que no Brasil se faz por volta dos 17 anos. Isso nos leva a crer, assim como os autores acima citados, além de Torregrosa e colaboradores (2007), no suporte familiar para que pudessem seguir ao máximo a carreira esportiva em paralelo aos estudos. Sobre a obrigação de estudar, 18 atletas afirmaram que eram obrigados pelos pais.

Com isso, um fato interessante observado na fala de alguns deles foi que a preocupação com a formação acadêmica vinha dos pais enquanto eram adolescentes, ou até eles conseguirem um contrato profissional, pois a partir deste ponto havia certo "relaxamento" sobre os estudos, fato que eles atribuíram à certeza do retorno financeiro que receberiam como profissionais da bola.

Lembro do meu pai dizendo que só poderia deixar a escola quando tivesse um contrato profissional, até lá seguiria normalmente os estudos. Eu devia ter em torno de 13 anos, e esse fato realmente aconteceu, pois já como profissional tive de interromper os estudos pelas viagens e jogos. Neste ponto a família não interferiu mais, mesmo sendo menor de idade (participante 25).

Os autores Wylleman, Alfermann e Lavalley (2004) destacaram a dificuldade de jovens atletas europeus em conciliar estudos e treinamentos. No Brasil, Marques e Samulski (2009) ao estudar jovens atletas de futebol, verificaram que apenas 33% tinham concluído

o Ensino Médio. Todos os autores citados destacam a importância dos estudos na formação esportiva, não apenas pela incerteza profissional, mas como parte da preparação esportiva e desenvolvimento da inteligência de jogo, inclusive nos modelos de sucesso europeu e norte-americano (Garganta e colaboradores, 2013).

Assim, alguns clubes têm tentado inserir a escola em seus centros de treinamento para facilitar a logística dos atletas, família e do próprio clube.

Seguindo com as informações sobre os atletas, todos eles recebiam mensalmente valores acima de 34 salários mínimos, que totaliza um valor mínimo de R\$ 29.920,00 (valor brasileiro).

Este dado pode ser uma das variáveis que justificariam o desinteresse pela sequência dos estudos, mesmo que grande parte deles não recebeu essas quantias logo em seus primeiros contratos profissionais.

Durante as entrevistas foi evidente perceber um contraponto na fala de 15 atletas; por um lado sentiam-se orgulhosos pelo alcance financeiro, por outro sabiam da responsabilidade que tinham para sustentar grande parte da família e seus agregados, fato que os preocupavam.

Uma das maiores preocupações que tenho atualmente é sustentar minha família, não digo apenas esposa e filhos, pois acabei empregando alguns parentes em negócios que tenho fora do futebol, e algumas vezes é muito complicado administrar isso... sem falar nos empréstimos que faço para outros. Sei que recebo um bom dinheiro hoje, mas não faço idéia como será o fim da minha carreira, e como farei para carregar todos após isso (participante 6).

A dinâmica familiar

Na questão sobre os agentes que mais participaram da iniciação esportiva, a primeira e rápida resposta que partiu de vinte e três atletas foi: "Meus pais". Outros dois atletas apontaram os irmãos mais velhos, um lembrou-se de um amigo e outro do primeiro treinador.

Assim, poderíamos entender que esses foram os personagens principais, os que mais os apoiaram, torceram e tal; portanto, que suas presenças foram fundamentais para o sucesso esportivo desses atletas.

Contudo, ao explorar as respostas durante as entrevistas, foi possível perceber

que essa explicação depende de um fator macrossocial, bem apresentado pelos autores Stambulova, Stephan e Jarphag (2007), Alferman e Stambulova (2007).

Os mesmos defendem que mais do que os agentes, a dinâmica das relações somada à cultura local e seus sistemas esportivos são as variáveis que contribuem para o sucesso esportivo. Até mesmo ao pensar que os pais quase sempre estão presentes no ambiente esportivo dos filhos, mesmo que apresentem comportamentos não desejáveis (Machado, 2006).

Mesmo sendo citados como o principal agente na iniciação esportiva, os pais também apareceram no discurso de vinte atletas como uma das fontes de estresse, afinal toda a cobrança por um bom rendimento esportivo ao longo das fases de formação, foi assim percebida por eles.

Lazarus (1991, 1999) chama este ponto de avaliação cognitiva primária, quando o atleta identifica uma fonte de estresse. Na avaliação cognitiva secundária, 20 atletas apontaram a tentativa de jogar bem para agradar suas famílias, além de seguir seus próprios sonhos com a vida profissional, o que nem sempre encerrou o processo do estresse de forma bem-sucedida.

Meu pai era exigente comigo na infância, lembro bem do silêncio que existia no carro após um jogo ruim da minha equipe, ou especialmente quando eu jogava mal. Algumas vezes ele dizia que eu tinha pipocado e nunca chegaria ao profissional. Apesar de triste, esperava pelo próximo jogo para poder mostrar minha capacidade (participante 9).

Sobre essa estratégia de coping adotada pelos atletas acima, a reconhecida categorização de Lazarus e Folkman (1984) e Gomes (2011) propõem que podem ser centradas na resolução do problema ou na regulação da emoção. Assim, quando a tentativa deles em resolver o problema (jogar sempre bem) não acontecia, o tipo de enfrentamento de oito atletas (entre os vinte) mudava para a regulação da emoção (lidar tanto com a frustração de jogar mal quanto na relação com os pais pós-jogo). Esse ponto é chamado de avaliação cognitiva terciária e quaternária por autores como Fletcher e Fletcher (2005) e Gomes (2014).

Quanto à eficácia desses enfrentamentos, Folkman e Moskowitz (2004) sugerem que tentar resolver o problema

aparece como a melhor forma de enfrentamento, independente do momento.

Pelo lado comportamental da família, a primeira fase de desenvolvimento do talento esportivo (Bloom, 1985) coincide com a apresentada por Côté (1999) ao tratar da família, ele chama a fase de anos de experimentação, com os pais introduzindo seus filhos no esporte com ênfase apenas no divertimento e possibilidade de vivências variadas. Com os atletas desse estudo, essa fase parece ter sido pouco vivenciada por eles, talvez pela precocidade de seus contratos profissionais, que acabaram por causar um "encurtamento" nas fases iniciais de formação.

No grupo, sete atletas tiveram seu primeiro contrato profissional com menos de dezesseis anos, assim, suas lembranças do início da prática já caracterizavam o que Côté (1999) chama de "fase de especialização", onde os jovens focam seus esforços apenas em uma modalidade esportiva, desenvolvendo habilidades específicas, independente se estavam na escola ou clube.

Além do estresse familiar, uma segunda e terceira fonte foram identificadas por 12 atletas durante diversos momentos da iniciação esportiva: a maturação biológica e as lesões físicas. Com relação à maturação, disseram ter sofrido com a dificuldade de enfrentar "atletas muito grandes" na mesma categoria deles, ou até mesmo de "sofrerem" para se firmar como titulares quando disputavam a posição com jogadores "mais fortes... mesmo que menos habilidosos".

Alguns estudos apontam que as chamadas peneiras no futebol ainda buscam jovens maduros biologicamente, mesmo que menos habilidosos (Moraes e Filho, 2006; Reilly e colaboradores, 2000). Costa e colaboradores (2009) verificaram que a maior parte dos atletas da série A e B do Campeonato Brasileiro de Futebol tinham nascido no primeiro trimestre do ano, fato que corrobora com a afirmação anterior e as respostas dos atletas participantes desse estudo.

Moraes e Filho (2006) ressaltam que fatores econômicos, pressões familiares, convicções políticas, patrocinadores, professores, treinadores entre outros, além da grande competitividade entre os jovens atletas criam uma inversão de valor no processo de seleção e desenvolvimento de talentos. Isso significa que ao contrário de formar bons atletas, espera-se encontrar jovens já maduros biologicamente, mesmo que menos

habilidosos ou talentosos para o trabalho de médio e longo prazo.

Pelo lado das lesões esportivas, alguns autores destacam que o medo da lesão aparece como uma das fontes de estresse mais respondidas por atletas de alto nível (Machado, 2006; Weinberg e Gould, 2017).

Machado (2006) afirma que o medo pode ser considerado uma das emoções mais negativas que um atleta pode experimentar durante a carreira, destruindo em alguns casos, a harmonia psíquica do indivíduo.

Este estado muitas vezes conduz à insegurança dos movimentos, inibindo a boa execução técnica e acarretando a perda de pré-requisitos, que são os reguladores emocionais e cognitivos do desempenho, perturbando o desenrolar da ação e aumentando as chances de fracasso esportivo. Nos casos dos participantes deste estudo, o medo de se lesionar durante o processo de formação esportiva os colocava diante da possibilidade de interromper a carreira mesmo antes dela iniciar de forma sólida. Ou até mesmo fazer com eles perdessem boas oportunidades e testes.

Acredito que a alta carga de treino que fui submetido quando jovem fez com que algumas lesões aparecessem de forma precoce, com isso perdi duas chances claras de ser visto em Torneios importantes... foi difícil, mas nada podia fazer com relação a isso, a não ser seguir o que os profissionais do clube me indicavam como reabilitação. Ainda bem que pude me profissionalizar antes dos vinte anos e trabalhar com melhores profissionais (participante 17).

A atuação como profissional

A maior parte dos atletas participantes (n=19) teve seu primeiro contrato entre os 17 e 19 anos, menos precoces do que o grupo citado anteriormente, porém também com lembranças caracterizadas por um processo de especialização (Côté, 1999).

Do total, 11 estavam atuando por um clube esportivo já em categorias menores de 13 anos, outros dez competindo em clubes desde os 15 anos, com o restante sendo inserido nos clubes mais velhos (por volta dos 17 anos).

Neste sentido, a distância da família apareceu como mais uma fonte de estresse importante, fato mais mencionado pelos atletas que ingressaram antes dos 13 anos em clubes esportivos. Um ponto positivo percebido nos discursos foi que a internet

apareceu como uma boa possibilidade de amenizar o distanciamento familiar. Contudo, esse enfrentamento aparece como uma forma de regular a emoção (Carver, Scheier e Weintraub, 1989), forma menos eficiente de acordo com os autores Folkman e Moskowitz (2004), podendo causar queda no rendimento atlético e esportivo.

Mas afinal, qual seria o momento exato de se especializar uma criança ou adolescente? E também quem é digno de tomar a decisão de fazer com que esses jovens fiquem longe de suas famílias, alojados em escolas ou clubes, em Estados ou países distintos? Será que crianças abaixo dos 13 anos de idade estão instrumentalizadas para enfrentar o distanciamento familiar? O depoimento de um dos atletas do estudo trouxe a emoção "tristeza" ao lembrar-se de sua mudança de Estado com apenas 12 anos, afirmou ser esse um dos pontos de maior dificuldade em toda sua carreira. Na literatura, grande parte dos estudos sobre especialização esportiva precoce (Marques e colaboradores, 2014; Ramos e Neves, 2008) dá maior ênfase ao componente físico e fisiológico (Armatas e colaboradores, 2007; Mascara e colaboradores, 2010), e menos sobre a psique desses jovens.

Lembro de momentos tristes quando morava no clube, tinha muita saudade dos meus pais, e chorava bastante à noite. Durante o dia tudo bem, pois estava sempre treinando. Após alguns anos, a internet ajudou bastante, pois conseguimos comprar um computador e conversávamos sempre durante a semana (participante 6).

Por outro lado, Stambulova e colaboradores (2009) lembram que em modalidades de coordenação complexa como a ginástica, patinação e saltos ornamentais entre outras, é comum que atletas comecem a se especializar precocemente, e atinjam seu pico durante a adolescência. Este fato acentua as chances do distanciamento familiar em idades menores. Isso ocorre com menos frequência em esportes de resistência como provas de maratonas.

Em outro estudo, Côté, Baker e Albernethy (2007) confirmam essa premissa, dizendo que a escolha esportiva influencia a trajetória e participação, mesmo nas fases de desenvolvimento.

De qualquer forma, para os atletas que vivenciam o distanciamento familiar, o

treinador assume um papel fundamental para que esses jovens sintam-se apoiados e possam ultrapassar essa transição com sucesso (Salmela, Young e Kallio, 2000).

Outra situação interessante foi percebida durante as respostas sobre jogar como profissional, pois para 20 atletas outra grande dificuldade foi se consolidar como titular de uma equipe. Isso significa que mesmo contratados “precocemente” como profissionais da bola, eles tiveram de aguardar algum tempo até atuarem com maior frequência junto das equipes principais.

A justificativa veio em duas vertentes: por um lado, alguns viam que a maior dificuldade era se enquadrar no cenário profissional, pelo jogo ser mais disputado, com jogadores de grande qualidade (colegas e adversários); assim seria comum levar algum tempo para conseguirem se adaptar.

O outro lado da moeda seria a falta de interesse dos treinadores, “que não gostavam de utilizar jogadores da base”, ou pela política dos clubes que preferiam “contratar jogadores externos a utilizar os jovens”, e ainda pelo futebol como negócio, ao “lançarem meninos ainda mais novos” do que eles, mas com melhor mercado e maior possibilidade de venda.

Para Côté (1999), esse momento é chamado de anos de investimento, quando ocorre um aumento no compromisso dos filhos e pais para superar as dificuldades da última transição da iniciação esportiva.

Pelo lado do enfrentamento, a justificada sensação de vulnerabilidade dos futebolistas e famílias, quando recordavam da carreira durante as entrevistas, era que a única coisa que podiam fazer naquele momento era jogar bem e aproveitar as poucas oportunidades que tivessem (característica de foco na resolução do problema), pois sabiam que não eram os únicos responsáveis pelo futuro no esporte.

Pelo lado motivacional, essa é uma atitude desejada em jovens pela manifestação de comportamentos adaptativos, que buscam participar em prazos mais longos, persistindo e se esforçando para vencer as barreiras naturais do processo (Vallerand, Deci e Ryan, 1987).

Tenho certeza que minha carreira teria decolado mais cedo se não tivesse tido aquele treinador, ele só utilizava jogadores experientes, e passei toda uma temporada sem jogar. Com a sua saída, pude jogar e me firmar como titular, o

que abriu as portas para a Europa (participante 20).

A fase profissional que Bloom (1985), Côté (1999) e outros chamaram de manutenção foi fracionada por Stambulova (1994): atletas em pico de performance; atletas em estágio final de carreira; e atletas no pós-carreira.

Neste sentido, foi interessante perceber como os atletas entrevistados (que provavelmente se encontravam na fase de pico de performance) e conseqüentemente suas famílias, planejaram razoavelmente a carreira até a fase em que se encontravam, porém, por algum motivo, não apresentaram respostas tão concretas sobre como pretendiam encerrar a carreira, ou até mesmo o que já estão fazendo para tal. Essa ausência de respostas durante as entrevistas sugerem a importância e a alta procura por estudos da Transição de Carreira que tratem da aposentadoria, o que Stambulova e colaboradores (2007) chamaram de “pós-carreira”.

Mesmo sem resultados a apresentar neste aspecto (afinal nenhum atleta mencionou possuir um plano de aposentadoria), julgou-se importante discutir o momento do encerramento da carreira, que provavelmente se apresenta como um dos últimos momentos de estresse vivenciados pelos “ainda” atletas.

Assim, em outro estudo sobre o tema, Alfermann e Stambulova (2007) afirmam a importância de pensar sobre o novo status esportivo preventivamente. Mesmo antes da aposentadoria, a maior parte dos atletas tem uma queda natural de rendimento esportivo pelo avanço da idade (estágio do fim da carreira), assim podem ser substituídos por novos ídolos ou atletas mais jovens (em pico de performance).

Neste sentido, enfrentar o problema se torna mais difícil por razões biológicas, e nem sempre atletas que tiveram grande destaque conseguem lidar com as emoções de forma eficiente.

Desta forma, a intervenção deve ocorrer, de acordo com o que foi citado acima, em dois momentos distintos: o primeiro com os atletas ainda em pico de performance, para se conscientizarem que terão uma queda natural no rendimento, tendo tempo para encontrar formas de lidar e enfrentar tal situação.

A seguir, devem pensar na fase final da carreira sob o ponto de vista econômico e

social, decidindo quais atividades ocupacionais optarão por seguir, conseguindo também se manter economicamente.

Aliás, o aspecto econômico é extremamente importante, pois em grande parte dos esportes, os atletas se aposentam em idades cronológicas baixas (média entre 30 e 40 anos).

Além disso, é importante ressaltar a intervenção nas transições de categorias, especialmente da categoria de base para o profissional, como foi identificado por meio dos resultados deste estudo.

Hanin (2007) também sugere treino psicológico durante toda a carreira esportiva, por acreditar que em cada fase, os atletas deverão ter apoio no enfrentamento de diversas situações dentro e fora do palco esportivo.

Por fim, percebeu-se nas entrevistas uma falta de conhecimento sobre a importância do preparo psicológico no esporte. Técnicas como desenvolvimento de metas em treino e jogo, relaxamento, imagem mental e auto conversa não apareceram nos discursos dos atletas. Esta ausência é ressaltada por Hardy, Jones e Gould (1996) como problemática ao pensar na manutenção de grandes performances ao longo da carreira.

Uma boa parte dos clubes que joguei tinham psicólogos, mas eles nunca participavam dos treinos, era indicado a procura deles em situações difíceis como nos momentos lesionados ou com desempenho ruim, ou até quando sentíamos necessidade de conversar com alguém fora do ambiente esportivo (participante 24).

CONCLUSÃO

Esta pesquisa procurou contribuir para o melhor entendimento do estresse, estudando a relação dinâmica entre o aparecimento de fontes de estresse significativas para os futebolistas, e o modo como eles procuraram adaptar-se e resolver a situação.

Com relação aos resultados alcançados, dois pontos essenciais corroboraram com a literatura da área: (a) a vantagem de focar na resolução do problema como forma de enfrentamento eficaz; (b) como todos eram atletas profissionais, a série de fontes de estresse levantadas durante o texto não os impediram de alcançar o sucesso esportivo.

Os estudos e intervenções futuras deverão estar focados no estabelecimento de metas, procurando antever situações difíceis, independente de qual transição ou momento da carreira, a fim de instrumentalizar o atleta para que ultrapasse tais situações com sucesso. Além de do foco em outras questões além das comumente trabalhadas nos artigos: aspectos físicos, técnicos e táticos.

REFERÊNCIAS

- 1-Alfermann, D.; Stambulova N. Career Transitions and Career Termination. IN Tenenbaum, G.; Eklund, R. Handbook of Sport Psychology. 3ª edição. New York. Wiley. 2007.
- 2-Armatas, V.; Yiannakos, A.; Sileloglou, P. Relationship between time and goal scoring in soccer games: Analysis of three World Cups. International Journal of Performance Analysis in Sport. Vol. 7. Num. 2. 2007. p. 48-58.
- 3-Aroni, A.L. Seguindo o modelo transacional cognitivo, motivacional e relacional de Lazarus: uma análise exploratória de golfistas avaliados pelo radar Trackman®. Tese de Doutorado. Universidade Estadual Paulista. Rio Claro. 2016.
- 4-Bardin, L. Análise de conteúdo. 2ª edição. Lisboa. Edições 70. 2011.
- 5-Bloom, B.S. Developing Talent in Young People. New York. Ballantine. 1985.
- 6-Carver, C.S.; Scheier, M.F.; Weintraub, J.K. Assessing coping strategies: A theoretically based approach. Journal of Personality and Social Psychology. Washington. Vol. 56. Num. 2. 1989. p. 267-283.
- 7-Costa, V.T.; Simim, M.A.; Noce, F.; Costa, I.T.; Samulski, D.M.; Moraes, L.C. Comparison of relative age of elite athletes participating in the 2008 Brazilian soccer championship series A and B. Motricidade. Ribeira da pena. Vol. 5. Num. 3. 2009. p. 13-17. DOI: 10.6063/motricidade.5(3).190.
- 8-Côté, J.; Baker, J.; Abernethy, B. Practice and play in the development of sport expertise. IN Tenenbaum, G.; Eklund, R. Handbook of Sport Psychology. 3ª edição. New York. Wiley. 2007.

- 9-Côté, J. The Influence of the Family in the Development of Talent in Sport. *The Sport Psychologist*. Vol. 3. Num. 4. 1999. p. 395-417. DOI: 10.1123/tsp.13.4.395.
- 10-Dugdale, J.R.; Eklund, R.C.; Gordon, S. Expected and unexpected stressors in major international competition: Appraisal, coping, and performance. *The Sport Psychologist*. Vol. 16. Num. 1. 2002. p. 20-33. DOI: 10.1123/tsp.16.1.20.
- 11-Fletcher, D.; Fletcher, J. A meta-model of stress, emotions and performance: Conceptual foundations, theoretical framework, and research directions. *Journal Sport Science*. Vol. 23. 2005. 157-158.
- 12-Folkman, S.; Moskowitz, J.T. Coping: Pitfalls and Promise. *Annual Review of Psychology*. Palo Alto. 2004. Vol. 55. 2004. p. 745-774. DOI: 10.1146/annurev.psych.55.090902.141456.
- 13-Garganta, J.; Guilherme, J.; Barreira, D.; Brito, J.; Rebelo, A. Fundamentos e práticas para o ensino e treino do futebol. in Tavares, F. *Jogos desportivos coletivos: ensinar a jogar*. Porto. Editora FADEUP. 2013.
- 14-Gomes, A.R. Positive human functioning in stress situations: An interactive proposal. IN Gomes, A.R.; Resende, R.; Albuquerque, A. *Positive human functioning from a multidimensional perspective: Promoting stress adaptation*. New York. Nova Science. 2014.
- 15-Gomes, R. Adaptação humana em contextos desportivos: contributos da teoria para a avaliação psicológica. *Avaliação Psicológica*. Vol. 10. Num. 1. 2011. p. 13-24.
- 16-Hanin, Y.L. Emotions in Sport: Current Issues and Perspectives. IN Tenenbaum, G.; Eklund, R. *Handbook of Sport Psychology*. 3.ed. New York. Wiley. 2007.
- 17-Hardy, L.; Jones, G.; Gould, D. editors. *Understanding psychological preparation for sport: theory and practice of elite performers*. New York. Wiley. 1996.
- 18-Holt, N.L.; Hogg, J.M. Perceptions of stress and coping during preparations for the 1999 women's soccer World Cup finals. *The Sport Psychologist*. Vol.16. Num. 3. 2002. p. 251-271. DOI: 10.1123/tsp.16.3.251
- 19-Lazarus, R. *Emotion and adaptation*. New York. Oxford University Press. 1991.
- 20-Lazarus, R. *Stress and emotion: a new synthesis*. New York. Springer. 1999.
- 21-Lazarus, R.; Folkman, S. *Stress, appraisal, and coping*. New York. Springer. 1984.
- 22-Lazarus, R. From psychological stress to the emotions: A history of changing outlooks. *Annual Review of Psychology*. Vol. 44. 1993. p. 1-21. DOI: 10.1146/annurev.ps.44.020193.000245.
- 23-Machado, A.A. *Psicologia do esporte: da educação física escolar ao treinamento esportivo*. São Paulo. Guanabara Koogan. 2006.
- 24-Marques, M.P.; Samulski, D.M. Análise da carreira esportiva de jovens atletas de futebol na transição da fase amadora para a profissional: escolaridade, iniciação, contexto sócio-familiar e planejamento da carreira. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*. São Paulo. Vol. 23. Num. 2. 2009. p. 103-119. DOI: 10.1590/S1807-55092009000200002
- 25-Marques, R.F.R.; Lima, C.P.M.; Moraes, C.; Nunomura, M.; Simões, E.C. Formação de jogadores profissionais de voleibol: relações entre atletas de elite e a especialização precoce. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*. São Paulo. Vol. 28. Num. 2. 2014. p. 293-304. DOI: 10.1590/1807-55092014000200293.
- 26-Mascara, D. I.; Calicchio, L.; Chimina, J. G. C.; Navarro, A. C. Análise da incidência de gols no campeonato Paulista 2009: Série A1, A2 e A3. *Revista Brasileira de Futsal e Futebol*. Vol. 2. Num. 4. 2010. p.42-46. Disponível em: <<http://www.rbff.com.br/index.php/rbff/article/view/41/41>>
- 27-Mcgrath, J.E. Major methodological issues. IN Mcgrath, J.E. *Social and psychological factors in stress*. New York. Holt, Rinehart & Winston. 1970.
- 28-Moraes, L.C.; Filho, E. Peneiradas: Estudo do processo de seleção de jovens futebolistas. in Silami-Garcia, E.; Lemos, K.L.M. *Temas*

Atuais - XI em Educação Física e Esportes. Instituto Casa da Educação Física. 2006.

29-Park, S.; Lavalley, D.; Tod, D. Athletes' Career Transition Out of Sport: A Systematic Review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*. Vol. 6. Num. 1. 2013. p. 22-53.

30-Ramos, A.M.; Neves, R.L.R. A iniciação esportiva e a especialização precoce à luz da teoria da complexidade - notas introdutórias. *Pensar a Prática*. Vol. 11. Num. 1. 2008. p. 1-8.

31-Reilly, T.; Williams, A.M.; Nevill, A.; Franks, A. A Multidisciplinary Approach to Talent Identification in Soccer. *Journal of Sports Science*. Abingdon. Vol. 18. Num. 9. 2000. p. 695-702. DOI: 10.1080/02640410050120078.

32-Richardson, R.J. Pesquisa social: método e técnicas. São Paulo. Atlas. 1989.

33-Salmela, J.H.; Young, B.W.; Kallio, J. Within-Career Transitions of the Athlete-Coach-Parent Triad. IN Lavalley, D.; Wylleman, P. *Career Transitions in Sport: International Perspectives*. Morgantown. FIT. 2000.

34-Stambulova, N.; Alfermann, D.; Statler, T.; Côté, J. ISSP Position Stand: Career Development and Transitions of Athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*. Vol. 7. Num. 4. 2009. p. 395-412.

35-Stambulova, N.; Stephan, Y.; Jarphag, U. Athletic Retirement: A Cross-National Comparison of Elite French and Swedish Athletes. *Journal of Psychology of Sport and Exercise*. Vol. 8. Num. 1. 2007. p. 101-118.

36-Stambulova, N. Developmental Sports Career Investigations in Russia: A Post-Perestroika Analysis. *The Sport Psychologist*. Birmingham. Vol. 8. Num. 3. 1994. p. 221-237. DOI: 10.1123/tsp.8.3.221.

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

38-Torregrosa, M.; Cruz, J.; Sousa, C.; Viladrich, C.; Villamarín, F.; Garcia-Mas, A. La influencia de padres y madres en el compromiso deportivo de futbolistas jóvenes.

Revista Latinoamericana de Psicología. Vol. 39. Num. 2. 2007. p. 227-237.

39-Vallerand, R.J.; Deci, E.L.; Ryan, R.M. Intrinsic motivation in sport. *Exercise and Sport Science Review*. Vol. 15. Num. 1. 1987. p. 389-425.

40-Weinberg, R.S.; Gould, D. Fundamentos da Psicologia do Esporte e do Exercício. 6ª edição. Porto Alegre. Artmed. 2017.

41-Wylleman, P.; Alfermann, D.; Lavalley, D. Career Transitions in Sport: European Perspectives. *Psychology of Sport and Exercise*. Vol. 5. Num. 1. 2004. p. 7-20.

Endereço para correspondência:

André Luis Aroni.

Av. Dom Joaquim Mamede da Silva Leite 40, apto 102 bloco E.

Bairro Jardim do Lago, Campinas-SP.

CEP: 13050-006.

Recebido para publicação em 23/01/2018

Aceito em 14/02/2019