
**PERFIL SOCIOECONÔMICO, ANTROPOMÉTRICO, DE COMPOSIÇÃO CORPORAL
E QUALIDADE DE VIDA DE JOGADORAS UNIVERSITÁRIAS DE FUTSAL
EM PERÍODO DE TREINAMENTO E DE COMPETIÇÃO**

Nárjara Margarida Teixeira de Freitas¹, Lyrian Lorena Freire Lira¹, Isaac de Sousa Lourenço¹
Francisco Navarro¹, Sergio Augusto Rosa de Souza¹, Marlon Lemos Araújo¹
Kassiana de Araujo Pessôa Matte², Antonio Coppi Navarro¹

RESUMO

Introdução e objetivo: Dentro da prática esportiva, encontram-se mulheres competindo em várias modalidades e a avaliação da qualidade de vida em momentos de treinamento e competição pouco estudada na literatura. O objetivo do estudo foi avaliar características socioeconômicas, antropométricas, de composição corporal, e comparar, entre os momentos de treino e competição, a qualidade de vida das jogadoras. **Materiais e Métodos:** Trata-se de um estudo observacional e prospectivo, realizado entre abril de 2023 a setembro de 2024, com dois times de futsal feminino. Foram coletadas as características antropométricas, sociodemográficas, econômicas, medidas antropométricas e de composição corporal, frequência de treinamento e Questionário sobre qualidade de vida de atletas. **Resultados:** Foram avaliadas 18 jogadoras, com 30,4±7,6 anos de idade, 55,6% com ensino superior completo, classe social B (61,1%), 12,2±7,1 anos de tempo de treino e 10,7±8,1 anos de competição, peso de 81,3 kg, estatura 1,65 m, Índice de Massa Corporal de 30,0 Kg/m², 26,0% de gordura corporal, 18,5 kg de massa gorda e 49,6 kg de massa magra. As jogadoras apresentaram pontuações, nas dimensões, nos momentos de treinamento e competição, respectivamente, 3,1 e 2,4 em Sinais e Sintomas de Supertreinamento, 3,3 e 3,2 em Condições Básicas para Saúde, 3,8 e 3,3 em Relacionamento Social no Ambiente Esportivo, 2,3 e 1,8 em Estado Emocional do Atleta, e 2,0 e 2,0 em dimensão Planejamento e Periodização do Treinamento Esportivo. **Conclusão:** Não foram observadas diferenças nas dimensões de qualidade de vida entre os momentos de treinamento e competição ou correlação significativa com a frequência de treinamento.

Palavras-chave: Futsal feminino. Atividade Física. Qualidade de Vida.

ABSTRACT

Socioeconomic, anthropometric, body composition profile and quality of life of female college futsal players during training and competition periods

Introduction and Objective: Women compete in various sports, and the assessment of quality of life during training and competition is rarely studied in the literature. The objective of this study was to assess socioeconomic, anthropometric, and body composition characteristics and compare the quality of life of female players between training and competition periods. **Materials and Methods:** This observational, prospective study was conducted between April 2023 and September 2024 with two women's futsal teams. Anthropometric, sociodemographic, and economic characteristics, anthropometric and body composition measurements, training frequency, and an Athlete Quality of Life Questionnaire were collected. **Results:** Eighteen female players were evaluated, aged 30.4±7.6 years, 55.6% with completed higher education, social class B (61.1%), 12.2±7.1 years of training time and 10.7±8.1 years of competition, weight of 81.3 kg, height of 1.65 m, Body Mass Index of 30.0 kg/m², 26.0% body fat, 18.5 kg of fat mass and 49.6 kg of lean mass. The players presented scores of 3.1 and 2.4 in the dimensions of "Signs and Symptoms of Overtraining" during training and competition, 3.3 and 3.2 in "Basic Health Conditions," 3.8 and 3.3 in "Social Relationships in the Sports Environment," 2.3 and 1.8 in "Athlete's Emotional State," and 2.0 and 2.0 in the dimension of "Sports Training Planning and Periodization." **Conclusion:** No differences were observed in the dimensions of quality of life between training and competition, nor was there a significant correlation with training frequency.

Key words: Women's futsal. Physical activity. Quality of life.

INTRODUÇÃO

Atividade física é caracterizada como qualquer movimento realizado pelo músculo, resultando em gasto energético acima do estado de repouso. A atividade física é considerada como uma prática indispensável na vida do indivíduo, devido ao seu grau de importância na qualidade de vida.

Além disso, é vista como uma ferramenta de promoção da saúde reconhecida mundialmente, capaz de promover benefícios fisiológicos e psicossociais, provocando mudanças no estilo de vida da população, tanto em países desenvolvidos como em desenvolvimento.

A QV está diretamente relacionada com o bem-estar do indivíduo, considerando os fatores físicos, psicológicos e socioculturais (Cheik e colaboradores, 2003).

Neste sentido, a QV pode estar intimamente ligada ao nível de satisfação e prazer que se tem com a vida, interrelacionando também a alguns fatores externos, como satisfação gerada entre as pessoas, influências de hábitos, alimentação, condições ambientais, renda monetária e de relacionamentos interpessoais.

Os primeiros registros do futsal tiveram início em 1930 e, através de frequentadores da Associação Cristã de Moços-ACM no Uruguai, e desde então, vem ganhando cada vez mais espaço e popularidade entre os praticantes de ambos os gêneros (masculino e feminino) (Carvalho Filho, 2017).

Por séculos, as mulheres foram excluídas da prática esportiva e atividades físicas. Nos séculos XVIII e XIX, enquanto os homens criavam e desenvolviam a ginástica e os esportes, as mulheres eram proibidas de participar, limitadas a observar os atletas masculinos de fora dos campos e ginásios (Pfister, 2003).

Apesar do progresso do futsal feminino, ainda existem desafios significativos. A modalidade carece de divulgação e apoio adequado da mídia, pois ainda há a escassez de transmissões de jogos em televisões abertas e para superar esses obstáculos, é fundamental investir na visibilidade e desenvolvimento do futsal feminino (Baldessar, Macedo, Zotz, 2023).

A cada temporada, percebe-se o crescimento de participantes em campeonatos,

o que aumenta a qualidade técnica e o interesse dos torcedores.

Com isso, aos poucos podemos perceber mais investimento no futsal feminino, e que o crescimento dessa categoria é uma aposta para todo o mundo, no que diz respeito também a investigações científicas envolvendo perfil socioeconômico, metabólico e saúde em geral (Carvalho Filho, 2017).

Existe uma lacuna na literatura em relação as pesquisas que investiguem os períodos de treinamento e competição nas variáveis socioeconômicas, antropométricas, composição corporal e qualidade de vida em jogadoras universitárias de futsal feminino.

Este estudo objetivou avaliar em período de treinamento e em período de competição, as características socioeconômicas, antropométricas, de composição corporal, e comparar entre os períodos, a qualidade de vida das jogadoras de duas equipes de futsal feminino de São Luís, Maranhão.

MATERIAIS E MÉTODOS

Tipo e local da pesquisa

Trata-se de um estudo observacional e prospectivo, realizado entre abril de 2023 a setembro de 2024, com o time de futsal feminino da Universidade Federal do Maranhão (UFMA) e com o time de futsal feminino do Júris da OAB (Ordem dos Advogados do Brasil), procedentes de São Luís, Maranhão.

Amostra

O presente estudo foi realizado com base em uma amostra de conveniência com jogadoras universitárias de futsal em período de treinamento e de competição.

Foram incluídas jogadoras que atuam em equipes de competição, com 18 anos ou mais e ter no mínimo 3 anos de prática da modalidade esportiva. Foram excluídas as jogadoras que não participaram dos dias de coletas e que não quiseram fazer parte do estudo.

Coleta de dados e instrumentos

Foram coletados dados referentes a idade, escolaridade e avaliação

socioeconômica das jogadoras, baseada no questionário da Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa (2019).

As medidas de circunferências foram realizadas utilizando uma fita inelástica (Sanny®) para medidas, sendo medidas: tórax, cintura, abdômen, quadril, braço, antebraço, coxa e panturrilha.

Para a realização das medidas de massa corporal e estatura foi utilizada uma balança com estadiômetro (Welmy W300®). Já o IMC foi determinado pela equação massa corporal (kg) dividido pela estatura ao quadrado (m), segundo a Organização Mundial da Saúde (2015).

A composição corporal das jogadoras foi realizada por meio do equipamento adipômetro científico (Sanny®), sendo mensuradas sete dobras cutâneas do protocolo de Pollock (subescapular, tricipital, abdominal, peitoral, axilar media, supra íliaca e coxa). O percentual de gordura das jogadoras foi analisado de acordo com a equação de SIRI (Stewart, Ackland, 2017).

Para verificação da frequência de treinamento, foi aplicado o questionário sobre o tempo de prática de treinamento em anos, tempo de treinamento em dias da semana e tempo de treinamento em horas por dia.

A avaliação da qualidade de vida foi realizada por meio da aplicação do questionário sobre Qualidade de Vida de Atletas (QQVA) proposto por Cunha (2008). O questionário autoaplicável, apresenta 14 questões divididas em 5 categorias que visam caracterizar a Qualidade de Vida das atletas em período competitivo e de treinamento: sintomas e sinais de supertreinamento, condições básicas de saúde, relacionamento social no meio esportivo, estado emocional, planejamento e periodização do treinamento.

Procedimentos

As coletas foram realizadas pela mesma pessoa, sendo profissional de educação física, na 1ª etapa em períodos de treinamento, com realização de avaliação física e aplicação de questionários e na 2ª etapa, de competição, com reaplicação dos questionários.

Com o time UFMA, as avaliações da 1ª etapa ocorreram no prédio da Universidade Federal do Maranhão, nas mediações do

Núcleo de Esporte e a 2ª etapa, no ginásio Costa Rodrigues.

A coleta da 1ª etapa com o time Juris foi realizada no campo do MAC (Maranhão Atlético Clube), e a 2ª etapa, na sede da APECEF (Associação do Pessoal da Caixa Econômica Federal).

Considerações éticas

O estudo obedeceu aos princípios éticos contidos na Resolução 466/12 e foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa do Hospital Universitário da Universidade Federal do Maranhão (HU/UFMA) sob CAAE: 12810619.2.0000.5086 e Parecer n.: 3.408.051. As participantes foram informadas dos objetivos da pesquisa e manifestaram concordância em participar por meio do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Análise Estatística

Os dados foram tabulados no Microsoft Office Excel® (versão 2019) (Redmond, WA, EUA) e analisados no SPSS (versão 26) (Chicago, IL, EUA). Os dados categóricos foram apresentados em frequência absoluta (n) e relativa (%) e os numéricos em média e desvio padrão, mediana e amplitude (mínimo e máximo). A normalidade foi verificada a partir do teste Shapiro Wilk.

Para comparar a prática de exercícios e dimensões da qualidade de vida entre os momentos de treino e competição, foi aplicado o teste de Wilcoxon. A correlação linear de Spearman foi realizada entre a frequência de treinos e a qualidade de vida.

Todas as associações estatísticas foram fixadas em um nível de significância de $p < 0,05$.

RESULTADOS

Inicialmente pretendia-se inserir no estudo quatro equipes de futsal feminino, porém dois não participaram de competições no período de coleta de dados. Foram excluídas quatro jogadoras que não participaram da avaliação no momento de competição.

Assim, foram avaliadas 18 jogadoras de futsal feminino de dois times esportivos de São Luís, Maranhão, que apresentaram idade

RBFF
Revista Brasileira de Futsal e Futebol

média de $30,4 \pm 7,6$ anos, 55,6% com ensino superior completo, pertencentes a classe social B em sua maioria (61,1%), com tempo de treino

e competição de $12,2 \pm 7,1$ e $10,7 \pm 8,1$ anos, respectivamente (Tabela 1).

Tabela 1 - Caracterização sociodemográfica e tempo de treino de jogadoras de futsal feminino de clubes esportivos. São Luís, Maranhão, 2024.

Variáveis	n (%)
Idade (anos)	$30,4 \pm 7,6$
Escolaridade	
Ens. Med. Completo	3 (16,7)
Ens. Sup. Incompleto	5 (27,8)
Ens. Sup. Completo	10 (55,6)
Classe social	
A	1 (5,6)
B	11 (61,1)
C	5 (27,8)
D	1 (5,6)
Tempo de treino regular (anos)	$12,2 \pm 7,1$
Tempo de competição regular (anos)	$10,7 \pm 8,1$

As avaliadas apresentaram, em relação a antropometria, peso médio de 81,3 kg, estatura 1,65 m, IMC de $30,0$ (Kg/m^2), 26,0% de

gordura corporal, 18,5 kg de massa gorda e 49,6 kg de massa magra (Tabela 2).

Tabela 2 - Caracterização antropométrica e composição corporal de jogadoras de futsal feminino de clubes esportivos, São Luís, Maranhão, 2024.

Variáveis	Md±Dp
Antropometria	
Peso (kg)	$81,3 \pm 20,8$
Estatura (m)	$1,65 \pm 0,06$
IMC (Kg/m^2)	$30,0 \pm 7,9$
Composição corporal	
Gordura corporal (%)	$26,0 \pm 7,2$
Massa gorda (kg)	$18,5 \pm 7,4$
Massa magra (kg)	$49,6 \pm 4,0$

IMC: Índice de Massa Corporal.

Não foram observadas diferenças significativas da Qualidade De Vida entre os períodos de Treino e Competição das atletas avaliadas, embora o período de Treino apresente medianas superiores ao período de Competição, como observado na dimensão Sinais e Sintomas de Super-treinamento, 3,1 e

2,4, Condições Básicas para Saúde, 3,3 e 3,2, Relacionamento Social no Ambiente Esportivo 3,8 e 3,3, Estado Emocional do Atleta 2,3 e 1,8. Planejamento e Periodização do Treinamento Esportivo ambos os momentos apresentaram a mesma mediana 2 (0,5 – 4) (Tabela 3).

RBFF
Revista Brasileira de Futsal e Futebol

Tabela 3 - Qualidade de Vida em período de Treino e Competição de jogadoras de futsal feminino de clubes esportivos. São Luís, Maranhão, 2024.

Dimensões	Treino	Competição	Valor de p ¥
	Med (Mín – Máx)	Med (Mín – Máx)	
Sinais e Sintomas de Supertreinamento	3,1 (1 – 4)	2,4 (0,5 – 4)	0,419
Condições Básicas para Saúde	3,3 (1,3 – 4)	3,2 (1,3 – 4)	0,800
Relacionamento Social no Ambiente Esportivo	3,8 (2 – 4)	3,3 (2 – 4)	0,538
Estado Emocional do Atleta	2,3 (0 – 4)	1,8 (0 – 4)	0,623
Plan. e Periodização do Treinamento Esportivo	2 (0,5 – 4)	2 (0,5 – 4)	0,977

Med (Mín – Máx): Mediana (Mínimo e Máximo); ¥: Teste de Wilcoxon.

Não houve correlação significativa entre a frequência dos treinos e qualidade de vida no momento de treinamento (Tabela 4).

Tabela 4 - Correlação linear entre frequência de treino e Qualidade de vida no Treinamento.

Treinamento	Treinos/ semana	Treino/ dia	Treino/ horas
Sinais e Sintomas de Supertreinamento			
rho	0,20	-0,17	-0,24
valor de p	0,430	0,496	0,333
Condições Básicas para Saúde			
rho	-0,08	-0,21	-0,16
valor de p	0,751	0,399	0,518
Relacionamento Social no Ambiente Esportivo			
rho	-0,18	-0,11	-0,27
valor de p	0,477	0,653	0,274
Estado Emocional do Atleta			
rho	-0,37	0,29	-0,09
valor de p	0,131	0,240	0,730
Plan. e Periodização do Treinamento Esportivo			
rho	-0,21	0,29	0,04
valor de p	0,407	0,249	0,880

rho: coeficiente de correlação de Spearman.

Não houve correlação significativa entre a frequência dos treinos e qualidade de vida no momento de competição (Tabela 5).

Tabela 5 - Correlação linear entre frequência de treino e Qualidade de vida na Competição.

Competição	Treinos/ semana	Treino/ dia	Treino/ Horas
Sinais e Sintomas de Supertreinamento			
rho	-0,17	-0,22	-0,33
valor de p	0,498	0,386	0,187
Condições Básicas para Saúde			
rho	0,36	0,35	0,16
valor de p	0,146	0,152	0,523
Relacionamento Social no Ambiente Esportivo			
rho	0,08	0,17	0,12
valor de p	0,759	0,500	0,627
Estado Emocional do Atleta			
rho	-0,19	-0,06	-0,04
valor de p	0,450	0,828	0,883
Plan. e Periodização do Treinamento Esportivo			
rho	-0,17	-0,24	-0,18
valor de p	0,495	0,333	0,473

rho: coeficiente de correlação de Spearman.

Neste estudo não foram observadas diferenças significativas entre a frequência da prática de exercícios entre os períodos de Treino e Competição das atletas avaliadas,

sendo observado em ambos os grupos as medianas de 3 exercícios por semana, 2 exercícios por dia e duração de 2 horas por exercício (Tabela 6).

Tabela 6 - Comparação entre prática de exercícios em período de Treino e Competição de jogadoras de futsal feminino de clubes esportivos. São Luís, Maranhão, 2024.

Variáveis	Treino	Competição	Valor de p \neq
	Med (Mín – Máx)	Med (Mín – Máx)	
Nº exercícios/semana	3 (1 – 4)	3 (2 – 4)	0,236
Nº de exercícios/dia	2 (1 – 6)	2 (1 – 5)	0,623
Tempo de exercícios (horas)	2 (1 – 3)	2 (2 – 3)	0,317

Med (Mín - Máx): Mediana (Mínimo e Máximo); \neq : Teste de Wilcoxon.

DISCUSSÃO

Este estudo identificou e mediu a estratificação socioeconômica, as medidas antropométricas, identificou as variáveis de sintomas de treinamento, condições básicas de saúde, relacionamento social no meio esportivo, estado emocional, planejamento e periodização de treinamento através do questionário de qualidade de vida de atletas/jogadoras de dois times de futsal (UFMA e JURIS) e comparou essas variáveis em período de treinamento e de competição, correlacionando a frequência de treino com a qualidade de vida das jogadoras em ambos os momentos.

Predominaram jogadoras na faixa de 30,4 \pm 7,6 anos e maior parte pertencente a classe social B, com ensino superior completo. Em relação ao IMC, as jogadoras apresentaram

30,0 kg/m², 26,0% de gordura corporal, 18,5 kg de massa gorda e 49,6 kg de massa magra.

Em relação a idade, nossa amostra apresentou jogadoras mais velhas que as avaliadas no estudo de Marques e colaboradores, (2016) que identificaram o perfil antropométrico de jogadoras universitárias de futsal de acordo com a função tática desempenhada em quadra. O estudo também apresentou valores inferiores de peso corporal e IMC que o observado em nossa pesquisa.

Esses dados também são corroborados pelo estudo de Tavares e colaboradores, (2019), que verificaram o histórico de lesões e variáveis associadas em atletas universitárias de futsal e futebol feminino, e observou idade média de 22,2 \pm 3,19 anos, peso corporal de 59,45 \pm 7,81 kg, estatura de 1,71 \pm 0,24 m, IMC de 21,68 \pm 8,08 kg/m².

O estudo de Bonfante, Luz e Lopes (2012) que traçaram o perfil da aptidão física da equipe feminina de futsal do município de Guarapuava (Paraná), apresentou o mesmo padrão de idade e antropometria dos demais estudos, com atletas jovens (± 20 anos, $59,4$ kg de peso corporal, $\pm 22,0$ kg/m² de IMC). Isso foi observado no estudo de Giusti e colaboradores, (2012), que buscou determinar o perfil antropométrico das atletas da equipe de futsal feminino da Universidade Católica de Pelotas, onde foi observado idade média de $22,56 \pm 3,77$ anos, massa corporal média de $61,98$ kg $\pm 11,41$ kg, a estatura média de $1,64$ cm $\pm 7,2$ cm, percentual de gordura médio de $19,79\% \pm 6,62\%$ e IMC de $22,77$ kg/m² $\pm 3,43$ kg/m².

A atenção ao peso corporal e IMC das jogadoras é indispensável, uma vez que, segundo o estudo de Ezzat e colaboradores, (2016), O futebol e o futsal são modalidades intermitentes, caracterizadas por sprints de alta intensidade, mudanças de direção rápidas e contato físico. Atletas com maior massa corporal ou IMC exigem mais força para desacelerar, acelerar e realizar mudanças repentinas de direção, o que pode frequentemente exceder sua capacidade física.

Essa sobrecarga pode comprometer ossos e músculos, aumentando o risco de lesões. Segundo Meyers e colaboradores, (2017), a corrida, além de estar relacionada ao desempenho motor e neuromuscular, também está associada às características corporais, como a composição corporal.

No estudo de Rocha e colaboradores, (2011) que avaliaram 20 jogadoras de futsal do sexo feminino, com idades entre 14 e 26 anos, com o objetivo de analisar o estado nutricional das atletas de futsal feminino no município de Guarapuava, Paraná. Em relação ao percentual de gordura, os resultados apontaram uma média de $24,6 \pm 4,5\%$, valor inferior ao observado em nossa pesquisa.

Além desses estudos, mais recentemente, no estudo de Alvares e Cabido (2022), que compararam o perfil antropométrico, da composição corporal e da agilidade em jogadoras de futsal feminino de acordo com a posição de tática de jogo, como em outros estudos, predominaram atletas jovens $21,82 \pm 4,10$ anos e massa corporal média de $58,30 \pm 5,03$ kg.

Além desses achados, o estudo apresentou dados inferiores aos nossos em

relação a massa gorda $14,50 \pm 2,24$ kg e massa magra $43,88 \pm 2,74$ kg, embora o percentual de gordura corporal, de $24,45 \pm 1,55\%$ tenha sido aproximado aos nossos achados.

Nossos achados também são superiores ao observado no estudo de Rodrigues (2022) em relação as características antropométricas autorrelatadas das jogadoras de futsal ($n=22$), onde a média de idade foi de $27,64 \pm 4,85$ anos, o peso médio foi de $69,92 \pm 10$ kg, e a estatura média foi de $1,61 \pm 0,06$ m.

Da mesma forma no estudo de Barbosa et al., (2019) que avaliaram 14 jogadoras de futsal com idade média de $26,17 \pm 5,11$ anos, peso corporal médio de $60,56 \pm 9,96$ kg e estatura, média de $1,60 \pm 0,06$ m.

Esses resultados podem ser explicados pelo fato de ambos os estudos terem avaliado equipes adultas de futsal feminino, que provavelmente apresentam gastos energéticos semelhantes.

Os valores do percentual de massa gordura das jogadoras do presente estudo estão acima da média observada em 115 atletas que participaram da XX Taça Brasil de Clubes de Futsal Feminino, que foi de 22% (Queiroga e colaboradores, 2018).

O percentual de gordura avaliado em nossa análise foi similar ao observado no estudo de Tedesco e colaboradores (2008) que realizou pesquisa com atletas de várias modalidades esportivas onde encontrou o valor médio de $23,56\%$.

No futsal, os atletas executam uma série de movimentos rápidos, tanto com a posse quanto sem a posse de bola. Durante uma partida, as três vias metabólicas estão envolvidas na geração de energia, porém, as vias anaeróbias láctica e aláctica se destacam como as mais importantes para o desempenho no jogo.

A via anaeróbia láctica está relacionada a movimentações intensas, enquanto a via aláctica sustenta as ações técnicas rápidas, observadas nas movimentações e nas ações técnicas (Alvares e colaboradores, 2017).

Portanto, destaca-se a relevância de priorizar o desenvolvimento da produção rápida de força muscular no programa de treinamento, bem como o controle adequado do percentual de gordura para melhorar o desempenho (Alvares, Cabido, 2022).

Em nossa pesquisa, predominaram treinos em 3x na semana, de 2 horas de treinos

diários, dados semelhantes ao observado no estudo de Rodrigues (2022), onde 45,45% das avaliadas realizaram pelo menos 2 treinos semanais e 31,81% realizam pelo menos 3 treinos semanais. Da mesma forma, em relação ao tempo de treinamento em horas por dia, 54,54% das avaliadas relataram mais de duas horas e menos de três horas /dia.

Observou-se em nossos achados que a maioria das jogadoras treina há mais de 10 anos. Diferentemente do observado no estudo de Tavares e colaboradores, (2019) que observaram em sua amostra uma média de $5,3 \pm 3,5$ anos de prática. Outro estudo, que buscou identificar e correlacionar a frequência de treinamento, das variáveis antropométricas, educacionais, socioeconômicas, o estado nutricional, a imagem corporal e o consumo de macro e micronutrientes em jogadoras de futsal, também apresentou menos tempo de prática que o observado em nossos achados, com 86,36% praticantes atuantes por mais de 3 anos (Rodrigues, 2022).

Este estudo avaliou a qualidade de vida a partir do Questionário de Qualidade de Vida de Atletas (QQVA) (Cunha, 2008), que foi estruturado conforme o contexto do World Health Organization Quality of Life (WHOQOL).

O questionário avalia o nível de influência de fatores que se seguem em sua Qualidade de Vida no ambiente de treinamento e competição. Em nosso estudo, não foram observadas diferenças significativas da Qualidade De Vida entre os períodos de Treino e Competição das atletas/jogadoras avaliadas.

Não foram encontrados até então, pesquisas que comparem o QQVA entre os momentos de treino e competição em atletas, como realizado em nosso estudo. Em geral, as publicações apresentaram resultados quantitativos ou realizou a validação do questionário para diferentes públicos (Castilho, 2019; Dantas, 2022) ou foram realizados em um ou outro momento (Ribeiro, Finotelli Junior, 2013).

Observando os dados da pesquisa de Caldas (2021), que apresentou valores adequados na análise de componentes principais e de confiabilidade, a maior parte dos avaliados consideraram haver “muita” ou “total influência” das dimensões do questionário e sua qualidade de vida. Em parte, as avaliadas em nossa pesquisa seguem essa tendência, onde, embora sem diferença significativa, os

momentos de treino parecem apresentar maior influência das dimensões que os momentos de competição. Devido as subjetividades da qualidade de vida na população geral e em atletas, outros fatores devem se relacionar durante o período de competição.

No estudo de Ribeiro e Finotelli Junior (2013), a dimensão Condições Básicas para Saúde do QQVA associou-se negativamente com Inventário Beck de Ansiedade e com as dimensões Cognitiva e Somática do Inventário de Ansiedade do Estado Competitivo. Ressalta-se que a dimensão Condições Básicas para Saúde do QQVA é composta das questões de qualidade da alimentação (Q11), do sono (Q12) e dos serviços médico e fisioterápico (Q13), assim pode-se inferir que a pouca influência desses fatores na qualidade de vida foi um possível indicativo de Ansiedade no estudo. Por extensão, em nossa amostra, esse domínio foi o segundo com maior pontuação na escala do QQVA, tanto no momento de treino, quanto no de competição. O que indica que as atletas avaliadas em nossa pesquisa apresentam motivadores ou métodos de coping que exercem influência nos resultados do questionário de qualidade de vida.

Alguns estudos utilizaram o WHOQOL em sua análise, observaram valores moderados de qualidade de vida em atletas.

Como no estudo de Alves, Kviatkovski e Blazelis (2018), que se trata de uma pesquisa transversal realizada com 40 atletas de futsal feminino e mostrou que os indicadores de QV (67,5) e dos domínios físico (70,6), psicológico (70,5), relações sociais (72,9) e ambiente (59,9) foram similares aos achados do presente estudo.

Levando em conta a população estudada, pesquisas indicaram diversos fatores relacionados a qualidade de vida, como no de Mendes-Netto e colaboradores, (2012), em seu estudo transversal, mostrou que estudantes universitários envolvidos em programas de atividade física apresentam melhores indicadores de QV geral e nos domínios físico e psicológico.

Isso foi observado na pesquisa de Sousa (2016), que inferem após análise dos resultados elevados obtidos na escala de avaliação da QV, WHOQOL-Bref, uma relação positiva entre a QV, principalmente a dimensão Relações sociais, e a atividade física em atletas amadoras. O autor também indica que, uma

vez que o instrumento foi aplicado no contexto de treino, o resultado superior na dimensão social poderá estar associado a este fato.

Enfatiza-se que a dimensão Relacionamento Social no Ambiente Esportivo apresentou os maiores escores em nossa avaliação, também no momento de treino.

As limitações do estudo incluem o número reduzido de participantes, o que pode comprometer a generalização dos resultados.

Além disso, não foram considerados fatores externos, como lesões, carga psicológica, suporte social e condições ambientais.

A amostra, composta principalmente por atletas graduadas, destaca a importância de considerar o estágio acadêmico e profissional das jogadoras na análise dos dados.

Por fim, a impossibilidade de mensurar medidas antropométricas e composição corporal no segundo momento, devido a restrições de tempo e movimentação dos participantes, limitou a avaliação completa dessas variações ao longo do estudo.

CONCLUSÃO

As jogadoras apresentam características sociodemográficas e antropométricas variadas, com a maioria pertencendo à classe social B e possuindo experiência significativa em treinamento e competição.

Apesar de indicativos de sobrepeso (IMC e percentual de gordura), elas mantêm equilíbrio na qualidade de vida durante os treinos e competições. Observou-se uma leve variação nas dimensões analisadas, com menor impacto no 'Sinais e Sintomas de Supertreinamento' e 'Estado Emocional do Atleta' durante a competição.

A dimensão 'Planejamento e Periodização do Treinamento Esportivo' se manteve constante. Não foi encontrada correlação significativa entre a frequência dos treinos e a qualidade de vida.

CONFLITO DE INTERESSES

Todos os autores declaram não ter conflito de interesse seja financeiro, intelectual, de colaboração, de participação, enfim de qualquer natureza.

REFERÊNCIAS

1-Alvares, P. D.; Cabido, C. E. T. Antropometria, composição corporal e agilidade: uma comparação entre as posições táticas de jogadoras de futsal. *Revista Brasileira de Futsal e Futebol*. São Paulo. Vol. 14. Núm. 57. p. 24-31. 2022. Disponível em: <https://www.rbff.com.br/index.php/rbff/article/view/1139>

2-Alvares, P. D.; Diniz, R. R.; Santana, P. V. A.; Lima, F. A.; Da Costa, L. L.; Leite, R. D.; De Carvalho, R. P.; Reis, A. D.; Oliveira Pires, F. Potência anaeróbia máxima e índice de fadiga em atletas de futsal feminino: uma análise entre as posições. *Revista brasileira de ciência e movimento*. Vol. 25. Núm. 4. p. 84-91. 2017. Doi: <https://doi.org/10.31501/rbcm.v25i4.6350>

3-Alves, M. A. R.; Kviatkovski, B. L.; Blazelis, R. Avaliação da qualidade de vida em jogadoras de futsal no estado do paraná: por meio do instrumento WHOQOL-Bref. *Revista Brasileira de Futsal e Futebol*. São Paulo. Vol. 10. Núm. 38, p. 278-284, 2018. Disponível em: <https://www.rbff.com.br/index.php/rbff/article/view/588>

4-Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa. Critério de classifica o econ mica Brasil. Atualizado em 2024. Disponível em: https://abep.org/wp-content/uploads/2024/09/01_cceb_2024.pdf. Acesso em: 29/03/2025.

5-Baldessar, J. P. M.; Macedo, A. C. B.; Zotz, T. G. G. Fatores ambientais e barreiras relacionadas   prática de futsal por mulheres: Revisão Integrativa. *Divers@!*, Vol. 16. Núm. 2. p. 352-364. 2023. Doi: <https://doi.org/10.5380/diver.v16i2.92796>.

6-Bonfante, I. L. P.; Luz, R. M. F. D.; Lopes, W. A. Perfil da aptidão física de equipe feminina de futsal de alto rendimento conforme fun o desempenhada em jogo. *Revista Brasileira de Futsal e Futebol*. São Paulo. Vol. 4. Núm. 12. 2012. Disponível em: <https://www.rbff.com.br/index.php/rbff/article/view/141>.

7-Caldas, E. D. S. Desempenho da habilidade técnica do passe, da finaliza o, das variáveis

hemodinâmicas e da ansiedade em jogadoras de futsal. Dissertação de Mestrado. Programa de Pós-graduação em Educação Física, Universidade Federal do Maranhão. 2021.

8-Carvalho Filho, J. V. Metodologia do ensino do Futebol e futsal. 1ª edição, Editora SESES, 2017.

9-Castilho, T. A relação entre saúde bucal e qualidade de vida com indicadores de Burnout em atletas. Revista Brasileira de Odontologia. Vol. 76. p. 187. 2019.

10-Cheik, N. C.; Reis, I. T.; Heredia, R. A.; Lourdes Ventura, M.; Tufik, S.; Antunes, H. K.; Mello, M. T. Efeitos do exercício físico e da atividade física na depressão e ansiedade em indivíduos idosos. Revista Brasileira de Ciência e Movimento. Vol. 11. Núm. 3. p. 45-52. 2003. Doi: <https://doi.org/10.18511/rbcm.v11i3.509>

11-Cunha, R. A. Elaboração e validação do questionário sobre qualidade de vida de atletas (QQVA). Dissertação de Mestrado. Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional, Universidade Federal de Minas Gerais, 2008. Disponível em: <https://repositorio.ufmg.br/handle/1843/KMCG-7NRM33>. Acesso em: 13/12/2024.

12-Dantas, B. C. K. Proposta de anamnese para atletas baseada nos questionários de qualidade de vida OHIP-14 e QQVA. Tese Doutorado. Faculdade de Odontologia. Universidade de São Paulo. 2022.

13-Ezzat, A. M.; Schneeberg, A.; Koehoorn, M.; Emery, C. A. Association between Body Composition and Sport Injury in Canadian Adolescents. Physiotherapy Canada. Vol. 68. Núm. 3. p. 275-281. 2016. Doi: <https://doi.org/10.3138/ptc.2015-59>.

14-Giusti, M. L.; Ferreira, G. F.; Morschbacher, M.; David, G. B.; Xavier, M. O.; Morales, M. S. B.; Antunez, R. S. Perfil antropométrico da equipe de futsal feminino da Universidade Católica de Pelotas. Revista Brasileira de Futsal e Futebol. São Paulo. Vol. 4. Núm. 11. 2012. Disponível em: <https://www.rbff.com.br/index.php/rbff/article/view/123>.

15-Marques, P. A.; Voser, R. C.; Tartaruga, L. A. P. Perfil antropométrico de atletas universitárias de futsal feminino conforme a função tática. Revista Brasileira de Nutrição Esportiva. São Paulo. Vol. 10. Núm. 56. p. 216-221. 2016. Disponível em: <https://www.rbne.com.br/index.php/rbne/article/view/628>

16-Mendes-Netto, R. S.; Silva, C. S.; Costa, D.; Raposo, O. F. F. Nível de atividade física e qualidade de vida de estudantes universitários da área de saúde. Revista de Atenção à Saúde. Vol. 10. Núm. 34. 2012.

17-Meyers, R. W.; Oliver, J. L.; Hughes, M. G.; Lloyd, R. S.; Cronin, J. B. New insights into the development of maximal sprint speed in male youth. Strength & Conditioning Journal. Vol. 39. Núm. 2. p. 2-10, 2017. Doi: <https://doi.org/10.1519/SSC.0000000000000290>

18-Organização Mundial da Saúde. Obesity and overweight. WHO Media centre, fact sheet V 311. 2015. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/obesity-and-overweight>. Acesso em: 3/2/2025.

19-Pfister, G. Líderes femininas em organizações esportivas - Tendências mundiais. Movimento. Vol. 9. Núm. 2. p. 11-35. 2003. Doi: <https://doi.org/10.22456/1982-8918.2802>

20-Queiroga, M. R.; Mezalira, F. M.; Souza, W. C.; Weber, V. M. R.; Moura Carvalhaes, M. F.; Ferreira, A. S.; Silva, D. F. Perfil morfológico de atletas titulares e reservas de futsal feminino. Journal of Physical Education. Vol. 29. Núm. 1. 2018. Doi: <https://doi.org/10.4025/jphyseduc.v29i1.2965>

21-Ribeiro, I. S. C. T. R.; Finotelli Junior, I. Associação entre qualidade de vida do atleta com sintomas de ansiedade e ansiedade pré-competitiva. Anais. XV Congresso Brasileiro. VIII Congresso Internacional de Psicologia do Esporte e do Exercício. 2013.

22-Rocha, H. P. A.; Bartholo, T. L.; Melo, L. B. S.; Soares, A. J. G. Jovens esportistas:

profissionalização no futebol e a formação na escola. Motriz. Vol. 17. p. 252-263. 2011.

23-Rodrigues, F. V. M. Correlações entre as variáveis de frequência de treinamento, antropométricas, educacionais, socioeconômicas, imagem corporal e o consumo de macro e micronutrientes em jogadoras de futsal. Dissertação de Mestrado. Programa de Pós-graduação em Educação Física, Universidade Federal do Maranhão. 2022. Disponível em: <https://tedebc.ufma.br/jspui/handle/tede/3595>.

24-Sousa, T. A. A. Qualidade de vida em atletas amadores praticantes de futebol e futsal. In: Qualidade de vida em atletas amadores praticantes de futebol e futsal. Dissertação de Mestrado. Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação. Universidade de Coimbra 2016.

25-Stewart, A.; Ackland, T. Anthropometry in physical performance and health. Body Composition. CRC Press. 2017. p. 89-108.

26-Tavares, M. P. M.; Faro, H. K. C.; Junior, L. F. F.; Agrícola, P. M. D.; Neto, L. I. N.; Silva, S. K. A.; Fonteles, A. I.; Machado, D. G. S. Número de lesões e variáveis associadas em atletas universitárias de Futsal e Futebol feminino. Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício. São Paulo. Vol. 13. Núm. 83. p. 531-539. 2019. Disponível em: <https://www.rbpfex.com.br/index.php/rbpfex/article/view/1725>

27-Tedesco, D. Z.; Oliveira, J.; Pozzobon, E. M.; Sartori, D.; Folle, E. Crescimento físico, composição corporal, consumo calórico e imagem corporal de meninas maturadas atletas e não-atletas. Movimento & percepção. Vol. 8. Núm. 12. p. 77-94. 2008.

1 - Programa de Pós-graduação em Educação Física, Universidade Federal do Maranhão, São Luís - MA, Brasil.

2 - Departamento de Artes e Educação Física, Universidade Estadual do Maranhão, São Luís-MA, Brasil.

E-mail dos autores:

margahnmtf@gmail.com

lohlyrian.r@gmail.com

isaac_lourencoedf@hotmail.com

francisco.navarro@ufma.com

sergio.souza@ufma.br

mrln21@hotmail.com

kassipessoa@gmail.com

ac-navarro@uol.com.br

Autor correspondente:

Nárjara Margarida Teixeira de Freitas.

margahnmtf@gmail.com

Av. dos Portugueses, 1966, Vila Bacanga, São Luís-MA, Brasil.

CEP: 65080-805.

Recebido para publicação em 30/03/2025

Aceito em 12/06/2025