SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARÁ
CAMPUS UNIVERSITÁRIO DE CASTANHAL
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

RAIMUNDO GREGÓRIO DE LIMA NETO

NÍVEIS DE ANSIEDADE PRÉ-COMPETITIVA EM JOGADORES DE FUTEBOL DE CAMPO DA CATEGORIA SUB 20

CASTANHAL – PA
2018

RAIMUNDO GREGÓRIO DE LIMA NETO

NÍVEIS DE ANSIEDADE PRÉ-COMPETITIVA EM JOGADORES DE FUTEBOL DE CAMPO DA CATEGORIA SUB 20

Trabalho de Conclusão de Curso submetido à Universidade Federal do Pará, Campus Universitário de Castanhal, como parte dos requisitos necessários para obtenção do título de Licenciatura em Educação Física.

Orientador: Professor Dr. Daniel Alvarez Pires

CASTANHAL - PA
2018

RAIMUNDO GREGÓRIO DE LIMA NETO

NÍVEIS DE ANSIEDADE PRÉ-COMPETITIVA EM JOGADORES DE FUTEBOL DE CAMPO DA CATEGORIA SUB 20

Trabalho de Conclusão de Curso submetido à Universidade Federal do Pará, Campus Universitário de Castanhal, como parte dos requisitos necessários para obtenção do título de Licenciatura em Educação Física.

Orientador: Professor Dr. Daniel Alvarez Pires

Banca examinadora:

_____

Orientador: Profº. Dr. Daniel Alvarez Pires
Universidade Federal do Pará- UFPA

_____

Membro: Profº. Dr. Anselmo de Athayde Costa e Silva
Universidade Federal do Pará- UFPA

_____

Membro: Profº. Esp. Fabio José Silva Souza
Universidade Federal do Pará- UFPA

Apresentado em:____/____/_____

Conceito:_____

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho de conclusão de curso ao meu Pai e irmã *(in memoriam*) por toda força que me deram em vida, principalmente meu Pai, José Rosa, que com esforço sempre nos mostrou que a educação era a verdadeira herança que ele poderia nos proporcionar, e sempre incentivando seus filhos a estudar, nos guiando sempre na direção certa, sinto saudades de seus conselhos, mas sinto que sempre está por perto nas horas difíceis, seus ensinamentos ficarão guardados eternamente, no qual um deles sempre me falava uma frase: O trabalho não humilha, e sim dignifica um homem. E onde o senhor estiver hoje seu sonho vai se realizar, pois seu filho vai se formar em uma universidade federal. A minha saudosa irmã, Josecléa Lima, a primeira da família a concluir o ensino superior, fica aqui minha plena admiração, dessa guerreira que lutou pela vida até seu ultimo suspiro, esse trabalho de conclusão de curso também dedico a você minha eterna maninha. Onde vocês estiverem saibam que sempre vão estar no meu coração, amo vocês.

AGRADECIMENTOS

Primeiramente agradeço a Deus pelo dom da vida e por ter me direcionado nesta trajetória com esforço e dedicação para que eu alcançasse mais esse degrau, e por me dar forças para poder conciliar trabalho e universidade, pra que não desistisse no meio do caminho.

A minha Mãe, Maria Cléa, que rezou por mim em todos os momentos de atribulações, me encorajou a vencer as batalhas do dia a dia, estando presente em todos os momentos da minha vida, me dando forças pra que eu não desistisse de lutar pelos meus objetivos, e sempre com intuito de proporcionar uma melhor educação, sou eternamente grato a você minha rainha.

Ao meu amor, Simone Silva que dedicou todo seu tempo para cuidar de mim, da nossa filha, e sempre sendo uma grande companheira e incentivadora na minha carreira acadêmica quando pensei em desistir.

Ao meu orientador, professor Daniel Alvarez Pires, pela oportunidade e paciência nas orientações sempre objetivo e criterioso em suas colocações, sou grato a todos seus ensinamentos, no qual me fez aprofundar-me no mundo da psicologia do esporte.

Aos meus irmãos da Briosa policia militar do estado do Pará, que me incentivaram na conquista desse grande sonho, e superação das horas trabalhadas sem dormir, para no outro dia ir cedo pra universidade sempre com fé.

A turma de educação física, 2014.1 da UFPA, Campus castanhal, que me acolheu no 2º semestre de braços abertos, apesar das intrigas no fim todos se uniram, se tornando a melhor turma da UFPA, aos meus amigos de trabalhos e seminários, Diego, Marcio, Eder que também me deram forças para que não desistisse do curso, e caminharam lado a lado comigo no percorrer do curso.

Aos Professores da Faculdade de educação física, Campus Castanhal que nos repassaram todo conhecimento, que foi de suma importância para nossa formação acadêmica tornando nosso aprendizado mais prazeroso e de grande relevância, para que nos possamos compartilhar todo esse aprendizado com a sociedade que clama pela uma educação de qualidade.

A diretoria, comissão técnica, e os jogadores do sub 20 do castanhal esporte clube, pois tiveram uma parceria fundamental na realização do presente estudo.

RESUMO

O estudo tem como objetivo analisar os níveis de ansiedade cognitiva, somática e autoconfiança e as dimensões da ansiedade como intensidade, direção e frequência na fase pré-competitiva de uma equipe de futebol masculina sub 20, durante uma competição esportiva a nível estadual. Participaram do estudo 21 jogadores de futebol, do sexo masculino. Foi utilizado o questionário para mensurar o estado de ansiedade, o Inventário de Estado de Ansiedade Competitiva Revisado, (Revised Competitive State Anxiety Inventory – 2) - (CSAI-2R), validado para língua portuguesa por Fernandes *et al*. (2013a). Os dados foram analisados estatisticamente com emprego do software GraphPad Prism, versão 7.3. O teste de *Shapiro-Wilk* foi empregado para verificar a normalidade das dimensões. Não havendo normalidade nos dados, utilizamos a estatística não paramétrica com o emprego dos testes de Kruskall Wallis e Friedman com *post hoc* de Wilcoxon para as comparações entre os escores de suas dimensões. Os jogadores avaliados apresentaram na dimensão intensidade, autoconfiança elevada em relação aos escores de ansiedades cognitiva e somática com resultados significantes. Já na dimensão direção, os resultados em relações as ansiedades cognitiva e somática, os jogadores, acharam as mesmas pouco debilitantes em relação ao desempenho, porém a autoconfiança se destacou como facilitadora para o seu desempenho, obtendo resultados significantes em relação às ansiedades cognitiva e somática. Na dimensão frequência, a autoconfiança se destacou mais uma vez com um escore elevado, e ansiedades cognitiva e somática com baixos escores, com isso obtendo resultados significantes, e mostrando que os jogadores foram muitas vezes mais autoconfiantes. Dessa forma nossos resultados demostraram que os atletas reportam elevados escores de autoconfiança, com baixos níveis de ansiedade cognitiva e somática, em todas dimensões mensuradas. Concluímos que a experiência competitiva pode influenciar nas percepções de ansiedade e de autoconfiança, podemos concluir que elevados escores de autoconfiança e baixos níveis de ansiedades cognitiva e somática, podem colaborar com a hipótese de que a mesmas pode melhorar rendimento e desempenho esportivo em partidas de futebol.

Palavras-chave: Ansiedade pré-competitiva; Futebol; Autoconfiança; Desempenho.

ABSTRACT

The study aims to analyze the levels of cognitive anxiety, somatic and self-confidence and the dimensions of anxiety as intensity, direction and frequency in the pre-competitive phase of an under 20 male football team during a sports competition at the state level. The study included 21 male football players. The Revised Competitive State Anxiety Inventory - 2 (CSAI-2R) was used to measure the state of anxiety. Data were statistically analyzed using the GraphPad Prism software, version 7.3. The Shapiro-Wilk test was used to verify the normality of dimensions. If there is no normality in the data, the non-parametric statistics were performed with the use of Anova Kruskal Wallis and Friedman's tests with Wilcoxon post hoc for comparisons between the scores of its dimensions. The evaluated players presented in the dimension intensity, high confidence in relation to the scores of cognitive anxiety and somatic with significant results, since the dimension direction, results in relations cognitive and somatic anxiety, the players found the same little debilitating to performance ratio but confidence stood out as a facilitator for their performance, achieving significant results in relation to cognitive and somatic anxiety, the size frequency, confidence stood out once again with a high score. Thus our results show that athletes report high confidence scores, with low levels of cognitive and somatic anxiety in all dimensions measured. We conclude that the competitive experience can influence the anxiety and self perceptions. Also, we can conclude that higher scores of self-confidence and low levels of cognitive and somatic anxiety, can collaborate with the hypothesis that the same can improve performance and sports performance in football matches.

Keywords: Pre-competitive anxiety; Soccer; Self confidence; Performance.

INTRODUÇÃO

O futebol é um dos esportes mais praticados no mundo tanto de forma amadora ou profissional, com isso ele vem sendo um esporte bastante competitivo. Dentro desse âmbito esportivo o componente psicológico tem tanta importância quanto os componentes físico, técnico e tático do treinamento. Competir significa ter de enfrentar desafios e demandas que podem, de acordo com aspectos individuais e situacionais, representar uma considerável fonte de estresse para os atletas, a depender de seus atributos físicos, técnicos e psicológicos (DE ROSE JUNIOR, 2002).

Desde a base ao profissional, os jogadores enfrentam vários fatores que podem interferir no seu rendimento, como a cobrança por resultados positivos, realizada por treinadores, familiares, torcedores e mídia. No entanto, em muitas equipes as características do desenvolvimento psicológico dos jovens são desconsideradas, sendo que estas, aliadas às outras variáveis que compõem o cenário esportivo, tais como, o desenvolvimento físico, estrutura física e organizacional do ambiente, liderança, apoio institucional escolar e familiar, podem influenciar o rendimento dos atletas durante treinamentos e competições, além de ter efeitos sobre a personalidade e o desenvolvimento psicológico para toda vida (WEINBERG; GOULD, 2017).

Para De Rose Junior (2002), a competição é muito mais que este único momento. É um processo que envolve múltiplos aspectos que interagem para proporcionar aos atletas as melhores condições de atuar. Esses aspectos estabelecem uma relação entre o indivíduo (atleta) e os diferentes fatores que fazem parte do meio ambiente competitivo.

Na trajetória profissional desses atletas também ocorrem disputas por posição no time titular para almejar uma vaga em um grande clube. Esse processo pode contribuir para o surgimento de diversas manifestações de estresse e ansiedade, o que pode ocasionar uma queda de rendimentos desses jogadores. Campos, Zagalas e Granados (2015) descrevem diversas variáveis que influenciam o desempenho em atletas, dentre as quais se destacam as variáveis psicológicas, em especial como lidar com a concorrência, a atitude do atleta ou seu grau para desenvolver habilidades psicológicas.

Diversos estudos (COX *et al.*, 2003; FERNANDES *et al.*, 2014; LUNDQVIST *et al.*, 2011; PALUDO, 2016; RAUDSEPP; KAIS, 2008; SANCHO; JUAN, 2013; VASCONCELOS-RAPOSO *et al.*, 2007) têm sido realizados tentando demonstrar a ansiedade multidimensional em atletas de diferentes níveis, gêneros, idades e modalidades esportivas, tantos individuais como coletivas. Esses estudos sobre ansiedade e suas variáveis

psicológicas, ansiedade cognitiva, ansiedade somática e a autoconfiança e suas dimensões de resposta, intensidade, direção e frequência no meio desportivo vêm demonstrando que o controle dessas variáveis é fundamental para a formação do jovem atleta, tanto na melhoria do seu desempenho como na aderência deste atleta ao longo dos anos de treinamentos.

Segundo Weinberg e Gould (2017), a ansiedade é um estado emocional negativo caracterizado por nervosismo, preocupação e apreensão, além de estar associado com a ativação ou agitação do corpo. Considerada um fenômeno de alta complexidade, ansiedade é definida como uma resposta emocional, acompanhada de alterações cognitiva ou fisiológica, frente a situações interpretadas como ameaçadoras (ENGLERT; BERTRAMS, 2012).

Martens, Vealley e Burton (1990) foram os pioneiros na elaboração de um modelo multidimensional da ansiedade para o esporte, sugerindo que ansiedade apresenta um componente de pensamento, como preocupações e sensações de apreensão, chamada de ansiedade cognitiva e um componente de ativação fisiológica percebida, chamada de ansiedade somática e autoconfiança como estado oposto à ansiedade cognitiva.

Segundo Vinhais (2013) a ansiedade cognitiva consiste em pensamentos negativos e preocupações sobre a performance, incapacidade para se concentrar e atenção disruptiva, esta é vista como as preocupações e expectativas negativas acerca do rendimento e autoavaliação negativa. Por se caracterizar pelos pensamentos negativos e medo de atingir os objetivos, a ansiedade cognitiva pode causar reações como medo, desinteresse, apatia e apreensão, e quando este tipo de ansiedade é elevada, pode produzir efeitos negativos no contexto desportivo, como uma diminuição da concentração e da agilidade psicomotora fina. Já Martens, Vealley e Burton (1990) descrevem que a ansiedade cognitiva consiste em pensamentos negativos e preocupações sobre a performance, incapacidade de concentração e atenção, é definida como o aspecto mental da ansiedade competitiva, caracterizada por expectativas pessimistas e autoavaliações negativas sobre o próprio desempenho.

Entretanto no que se diz a respeito à ansiedade somática, Martens, Vealley e Burton (1990) definem a ansiedade somática como a percepção das manifestações físicas da ativação, isto é, mudanças de momento a momento na ativação fisiológica percebida no atleta, como por exemplo, taquicardia, palidez e mãos frias, também é definida como o componente afetivo e fisiológico da ansiedade, comprometendo o sistema nervoso autônomo, na medida em que produz a estimulação motora.

Vinhais (2013) destaca que a ansiedade somática deverá influenciar o desempenho inicial, quando os atletas estão sentindo-se nervosos ou tensos, e ter um impacto mínimo no desempenho posterior. No que diz respeito aos antecedentes e padrões temporais da ansiedade

somática, as pistas que se acredita provocarem e manterem a percepção de reações fisiológicas constitui geralmente, uma resposta reflexa a vários estímulos ambientais associados com o início do evento avaliativo.

A ansiedade cognitiva diz respeito às expectativas negativas, por parte do atleta, acerca de seu desempenho, enquanto a ansiedade somática se refere aos aspectos fisiológicos da experiência de sentir-se ansiosos, os quais provocam diretamente alteração da função autonômica (FERNANDES; VASCONCELOS-RAPOSO; FERNANDES, 2012a).

A autoconfiança é definida por Martens, Vealley e Burton (1990) como o estado oposto da ansiedade cognitiva, isto é, seria a crença por parte do indivíduo nas suas capacidades para obter um desempenho positivo. Moraes (1990) afirma que o nível ótimo de ansiedade antes da competição pode contribuir para um melhor desempenho, para um maior entendimento nessa influência. Sendo assim, é necessário entender que o atleta encontra-se em estado de pressão durante uma competição e essa “tensão” que interfere em sua atuação. Moraes (1990) afirma ainda que existe evidentemente uma relação entre ansiedade e desempenho e que esses parecem variar de acordo com vários outros fatores como tipo de esporte, dificuldade da tarefa, traço de personalidade do atleta, ambiente e torcida.

Cruz e Viana (1996) afirmam que a grande diferença entre os atletas reside no fato de que, aqueles com maior sucesso terem aprendido a regular, tolerar e utilizar a ansiedade de forma mais eficaz. As estratégias para aumentar a autoconfiança são fundamentais para que os atletas consigam controlar a frequência de estados de ansiedade que experimentam em diversas situações.

Segundo Pujals e Vieira (2002), a autoconfiança influencia tudo o que o sujeito faz, desde os atos mais simples e banais até as opções mais importantes da sua vida, existe uma íntima relação entre a autoconfiança e o rendimento esportivo. Um atleta autoconfiante, diante de um fracasso, manter-se-á alheio a essa situação, porém, se apresentar uma autoconfiança baixa, poderá identificar-se com o fracasso e ter dificuldades para superá-lo. No esporte, esse fator, quando baixo, interfere no rendimento do atleta, pois tem relação direta com a segurança do mesmo para enfrentar determinada situação.

Fernandes, Vasconcelos-Raposo e Fernandes (2012b) salientam que quanto maiores forem os níveis de ansiedade cognitiva menores serão os indicadores de afetos positivos e maiores os de afetos negativos. Já no que refere à autoconfiança esta deverá estar positivamente associada a elevados níveis de afetos positivos e com baixos níveis de afetos negativos, como consequência destas relações será de prever que a ansiedade cognitiva se

relacione negativamente com a satisfação com a vida assim como positivamente com a autoconfiança.

Este trabalho se justifica pelo interesse de estudos relacionando a modalidade em questão, o futebol, e grande necessidade em possuir a informação acerca da ansiedade pré-competitiva e o que ela pode gerar no rendimento do atleta, e por existir poucos estudos na literatura da região norte envolvendo a ansiedade pré-competitiva voltada para atletas da categoria de base do futebol.

O objetivo deste estudo foi analisar os níveis de ansiedade cognitiva, somática e autoconfiança e as dimensões de resposta da ansiedade como intensidade, direção e frequência na fase pré-competitiva de uma equipe de futebol masculina sub 20, durante uma competição esportiva.

MÉTODO

Amostra

Participaram da amostra 21 jogadores de futebol do sexo masculino de uma equipe da categoria sub 20 do Castanhal Esporte Clube, com média de idade de 18,76 ± 0,99 anos, e tempo médio de prática de 8,61 ± 2,24 anos.

Instrumentos

Foi aplicado para mensurar a ansiedade pré-competitiva o Inventário de Estado de Ansiedade Competitiva Revisado, (Revised Competitive State Anxiety Inventory – 2) - (CSAI-2R), desenvolvido por Cox *et al.* (2003) com 17 itens, como forma reduzida do questionário original Competitive State Anxiety Inventory (CSAI-2) com 27 itens, que foi proposto por Martens, Vealley e Burton (1990). O CSAI-2R foi validado para a língua portuguesa por Fernandes *et al*. (2013a), a qual incluiu a adição das dimensões de respostas de direção e de frequência. Segundo Fernandes *et al*.(2013a), o CSAI-2R tem obtido confirmação de suas propriedades psicométricas reveladas pela confiabilidade, evidências de validade fatorial e invariância da versão brasileira do CSAI-2. Fernandes, Vasconcelos-Raposo e Fernandes (2012a) concluem ainda que em função dos bons resultados, recomenda-se aos pesquisadores que objetivam avaliar a ansiedade pré-competitiva em atletas brasileiros a utilizar o CSAI-2R como instrumento de pesquisa.

O instrumento em questão tem sido empregado em estudos recentes envolvendo a mensuração dos níveis de ansiedade pré-competitiva em jogadores de futebol no qual os autores mensuraram as dimensões de intensidade e direção (ERCEG *et al*., 2015) atletas de tênis de categorias do sub 12 aos 16, de ambos os sexos (CAYETANO *et al*., 2017) e em atletas de vôlei, no qual foram mensuradas todas as dimensões da ansiedade (PAES *et al*., 2016). O mesmo aconteceu no estudo realizado em atletas de ambos os sexos e diferentes modalidades individuais e coletivas (FERNANDES *et al*., 2014) e em atletas olímpicos de diferentes modalidades coletivas e individuais no qual foram medidas todas as dimensões da ansiedade (HAJJI; ELLOUMI, 2017).

O instrumento proposto no estudo CSAI-2R é composto por 16 itens que medem as três variáveis da ansiedade: ansiedade cognitiva, item: 4 (estou preocupado pelo fato de poder perder), ansiedade somática, item: 11(Sinto meu estômago "às voltas") e autoconfiança, item: 3 (sinto-me autoconfiante) . A dimensão de resposta de intensidade foi avaliada em uma escala Likert de 4 pontos, variando de 1 (nada) a 4 (muito). A dimensão direção foi respondida em uma escala Likert bipolar de 7 pontos, de −3 (dificulta muito/negativo) a +3 (facilita muito/positivo), de acordo com a percepção dos sintomas serem debilitantes ou facilitadores do desempenho, com 0 indicando que o atleta percebia que o sintoma não era importante para ele (JONES; SWAIN, 1992).

A dimensão de frequência, a fim de refletir a quantidade de tempo que os atletas experimentam os sintomas de ansiedade antes e durante a competição. (SWAIN; JONES, 1993) também foi avaliada através de uma escala Likert de 7 pontos, de 1 (nunca) a 7 (sempre). Assim, as respostas aos itens das escalas CSAI-2R variaram de 1 a 4 (dimensão intensidade), de −3 a +3 (dimensão direção) e de 1 a 7 (dimensão frequência). O escore para cada dimensão é calculado através da soma das respostas dos itens de cada fator dividida pelo respectivo número de itens.

Foi realizada também a coleta de dados sóciodemográficos na qual os participantes informaram a idade, sexo, tempo de prática, posição que atuam no futebol, treinos por semana e as principais competições que já disputaram.

Procedimentos

Para a realização do estudo, foi um emitido oficio pela direção da Faculdade de Educação Física do Campus de Castanhal da Universidade Federal do Pará (UFPA) para o presidente do Castanhal Esporte Clube, no qual o mesmo autorizou que os atletas

participassem da pesquisa. Os atletas foram informados dos objetivos da investigação e assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), sendo garantidos o anonimato e confidencialidade de todos os dados recolhidos, antes de preencherem os questionários o pesquisador fez uma breve descrição informativa relacionando o modo de preenchimento do instrumento.

O questionário CSAI-2R foi preenchido 1 hora antes do jogo, conforme orientação de Martens et al. (1990), uma vez que flutuações no estado de ansiedade ocorrem com a proximidade da competição. A coleta de dados ocorreu em jogo válido pelas oitavas de finais do campeonato paraense sub 20 que foi realizado na cidade Castanhal, Pará no dia 11 de outubro de 2017.

Análise de dados

Para a análise dos dados foram utilizados a média e o desvio padrão. A normalidade da distribuição dos dados foi avaliada pelo teste de Shapiro-Wilk. Devido à ausência de distribuição normal dos dados, utilizamos à estatística não paramétrica, com o emprego dos testes de Kruskall Wallis e Friedman, com *post hoc* de Wilcoxon. O nível de significância adotado foi $p \leq 0,05$. As análises estatísticas foram realizadas por meio do software GraphPad Prism, versão 7.3.

RESULTADOS

A Tabela 1 apresenta os dados sociodemográficos dos jogadores em destaque a posição em que atua e suas principais competições.

Tabela 1. Dados sociodemográficos dos jogadores.

Posições	**N= 21**	**Principais Competições**	**Jogadores**
Goleiro	2		
Zagueiro	2	Nível Regional	15
Lateral	3		
Volante	5		
Meio Campo	5	Nível Nacional	6
Atacante	4		

A Tabela 2 apresenta as médias e os desvios-padrão das escalas de ansiedade (ansiedade cognitiva, ansiedade somática e autoconfiança).

Tabela 2. Médias e desvios-padrão das escalas e dimensões da ansiedade suas dimensões (frequência, intensidade e direção) (n=21).

	Intensidade M ± DP	**Direção M ± DP**	**Frequência M ± DP**
Ansiedade Cognitiva	1,84±0,61	-0,11±1,08	2,37±1,25
Ansiedade Somática	1,88±0,71	-0,17±0,86	2,45±1,30
Autoconfiança	3,55±0,45*	1,73±1,48*	5,52±1,19*

*p<0,05 (Em relação à ansiedade cognitiva e somática)

DISCUSSÃO

O presente estudo tem como objetivo analisar os níveis de ansiedade cognitiva, somática e autoconfiança e as dimensões de resposta ansiedade como intensidade, direção e frequência na fase pré-competitiva de uma equipe de futebol masculina sub 20, durante uma competição esportiva a nível estadual.

Os resultados do estudo como podemos observar na Tabela 2, a dimensão intensidade, a escala autoconfiança está elevada em relação aos escores de ansiedades cognitiva e somática com resultados significantes, já na dimensão direção, os resultados em relações as ansiedades cognitiva e somática, os jogadores, acharam as mesmas pouco debilitantes em relação ao desempenho, porém a autoconfiança se destacou como facilitadora para o seu desempenho, obtendo resultados significantes em relação às ansiedades cognitiva e somática.

Na dimensão frequência, a autoconfiança se destacou mais uma vez com um escore elevado, e ansiedades cognitiva e somática com baixos escores com isso obtendo resultados significantes, e mostrando que os jogadores foram muitas vezes mais autoconfiantes.

Nossos resultados revelam que os jogadores estavam autoconfiantes, o que pode ter contribuído para tal resultado pode ser o bom desempenho da equipe na 1º fase da competição. O que corrobora os achados de Paes *et al.* (2016) que mensuraram a coesão grupal e a ansiedade em atletas de vôlei e aplicaram o CSAI-2R mensurando todas as dimensões de resposta da ansiedade, intensidade, direção e frequência, no qual obtiveram resultados similares ao nosso, os atletas com níveis elevados de autoconfiança, e níveis baixos nos escores de ansiedades cognitiva e somática, os autores enfatizam que os resultados podem

estar relacionados pelo o fato de a equipe selecionada para o estudo ter apresentado bons resultados nas etapas anteriores à competição.

Fernandes *et al.* (2013) apresentaram resultados semelhantes o presente estudo, ao mensurarem a ansiedade em atletas do sexo masculino e feminino de diferentes modalidades esportivas individuais e coletivas. Halilaj, Gallopeni e Gllareva (2016) mediram a ansiedade pré-competitiva e autoconfiança em atletas de ginástica artística do sexo masculino e feminino. Em ambos os estudos os atletas do sexo masculino relataram níveis mais altos de autoconfiança de que atletas do sexo feminino, que relataram baixos níveis de autoconfiança. Esses resultados corroboram o presente estudo, pois o mesmo foi realizado em jogadores do sexo masculino, sugerindo que atletas do sexo masculino são mais propensos a níveis baixos de ansiedade competitiva e elevados níveis de autoconfiança.

Em um estudo descrito por Fernandes *et al.* (2014) sobre os efeitos da experiência na ansiedade e autoconfiança pré-competitiva realizados em atletas de diversas modalidades esportivas, individuais e coletivas. De acordo com estes autores e confirmado no estudo, os atletas com alta experiência competitiva tendem a interpretar os seus sintomas de ansiedade e de autoconfiança como facilitadores do desempenho e também uma menor ocorrência de pensamentos relacionados aos sintomas de ansiedade.

Neste estudo os autores classificaram atletas com experiência alta uma média acima de 7 anos de experiência competitiva, no presente estudo os jogadores apresentaram uma média de 8,62 de prática esportiva o que condiz com uma alta experiência competitiva, o que pode ter corroborado para elevados níveis de autoconfiança e baixos níveis de ansiedade.

Fernandes *et al.* (2013b) relataram que os atletas de diversas modalidades esportivas com elevada experiência competitiva obtiveram baixos níveis de ansiedade cognitiva e somática em comparação com os atletas com baixa experiência competitiva, que por sua vez apresentaram níveis mais baixos de autoconfiança do que os atletas com elevada experiência competitiva. Esses resultados corroboram o presente estudo, pois é importante salientar que apesar da pouca idade, os jogadores já disputaram competições no âmbito regional nas categorias anteriores. Essa experiência prévia pode ter contribuído para níveis elevados de autoconfiança.

Mellalieu, Hanton e O’Brien (2004) enfatizaram que o nível de experiência competitiva é um fator potencial no influenciador da direção dos sintomas competitivos, na interpretação e influência dos sintomas geralmente experimentado em situações de pressão, implementação de ativação, relaxamento ou de reestruturação de intervenções condicionados à natureza do esporte. Recomendando com ênfase na consideração de desenvolvimento da

autoconfiança e estratégias de construção do resultado positivo, o estudo foi realizado com jogadores de rugby e golfe, com alta experiência competitiva, no qual obtiveram baixos escores de ansiedades e altos níveis de autoconfiança, corroborando com presente estudo que obteve resultados similares.

Segundo Craft *et al.* (2003), os níveis altos de autoconfiança antes e durante as partidas determinam baixos níveis de ansiedade pré-competitiva e geralmente estão relacionados à melhoria do desempenho dos atletas, no presente estudo os jogadores tiveram um ótimo desempenho, conquistando a vitória e classificando o time para as quartas de finais, sugerindo assim que níveis elevados de autoconfiança e níveis baixos de ansiedade competitiva podem otimizar o desempenho dos atletas.

Parnabas (2015) mensurou ansiedade competitiva utilizando como instrumento o CSAI-2, e o inventário de desempenho esportivo em jogadores de futebol divididos em diferentes níveis de competição (nacional, estadual, municipal e universitário). Os resultados mostraram que os atletas de níveis nacionais e estaduais obtiveram baixos níveis de ansiedade e um alto nível de rendimento esportivo em comparação aos atletas de níveis municipais e universitários. Tais resultados revelam que existe uma correlação negativa entre o estado de ansiedade competitiva e o desempenho esportivo, e geram semelhanças com o presente estudo que foi realizado com jogadores de futebol de níveis competitivos nacionais e estaduais, com baixos escores de ansiedade competitiva, e alto nível de autoconfiança, o que pode gerar um melhor desempenho no âmbito desportivo.

Em relação às ansiedades cognitiva e somática, não foram encontradas diferenças significativas entre as duas variáveis, tanto nas dimensões de resposta de intensidade, direção e frequência. Tais resultados têm relação direta com altos escores da variável autoconfiança, em todas as dimensões. Baseado na teoria de ansiedade multidimensional, em que a ansiedade cognitiva e somática é correlacionada positivamente uma com a outra, e autoconfiança que se correlaciona inversamente com ansiedades cognitiva e somática (MARTENS; VEALLEY; BURTON, 1990).

No entanto, é importante salientar que os jogadores investigados no presente estudo apresentaram baixos escores na dimensão intensidade, fazendo com que percebessem os sintomas da ansiedade como facilitadores para o desempenho, o que sugere que os mesmos estavam lidando bem com sintoma percebido.

Os dados do presente estudo são de fundamental importância para as intervenções da psicologia do esporte e exercício, pois os psicólogos do esporte e treinadores podem auxiliar os atletas a controlar a sua ansiedade pré-competitiva. Além disso, a utilidade de trabalhar

com questionários como os aplicados neste estudo para obter informações das competências psicológicas e identificar áreas de melhoria a nível individual e coletivo, o que poderia ajudar os jogadores a ter uma maior disposição para enfrentar a concorrência, aumentando a autoconfiança e reduzindo a ansiedade pré-competitiva, para melhor desempenho atlético através de novas ferramentas.

Isso tornaria possível ter uma visão mais abrangente dos atletas, e que quaisquer mudanças positivas em vários aspectos, não só tem efeitos psicológicos sobre o seu desempenho, mas também o seu bem-estar em várias áreas da vida, constituindo um importante fator que deve ser levado em conta em futuras intervenções e investigações centradas na percepção da ansiedade competitiva.

Ressaltamos que o presente estudo teve limitações referentes à amostra, pois foi difícil a procura de equipes com disponibilidade para se voluntariar na região de Castanhal. Sugerimos que estudos posteriores mensurem a ansiedade competitiva em diversos esportes (coletivos e individuais) e gêneros, seguindo um desenho longitudinal durante toda a temporada esportiva, bem como correlacionem os indicadores de ansiedade com os indicadores do desempenho esportivo.

CONCLUSÃO

Concluímos que os atletas reportam elevados escores de autoconfiança, com baixos níveis de ansiedade cognitiva e somática, em todas as dimensões mensuradas. Sugerimos que a experiência competitiva pode influenciar nas percepções de ansiedade e de autoconfiança. Por fim, sugerimos que elevados escores de autoconfiança e baixos níveis de ansiedades cognitiva e somática podem melhorar o desempenho esportivo em partidas de futebol.

REFERÊNCIAS

CAMPOS, G. C.; ZAGALAZ, J. C.; GRANADOS, S. R. Correlational study of psychological variables self-confidence and anxiety. **Motriz,** Rio Claro, v. 21 n. 4, p. 352-360, 2015.

CAYETANO, A. *et al*. Pre-competitive anxiety in U12, U14 and U16 paddle tennis players. **Journal of Sport Psychology**, v. 26, n. 3, p. 51-56, 2017.

COX, R. H.; MARTENS, M.; RUSSELL,W.D. Measuring anxiety in athletics: The revised Competitive State Anxiety Inventory-2. **Journal of Sport and Exercise Psychology**, v. 25, p. 519–533.

CRAFT, L. *et al*. The relationship between the Competitive State Anxiety Inventory-2 and sport performance: A meta-analysis. **Journal of Sport and Exercise Psychology**, v. 25, p. 44–65, 2003.

CRUZ, J.; VIANA, M. **Autoconfiança e Rendimento na Competição Desportiva**. In Manual de Psicologia do Desporto. Instituto de Educação e Psicologia, Universidade do Minho e Instituto Superior de Psicologia Aplicada. Lisboa,1996.

DE ROSE JUNIOR, D. A competição como fonte de estresse no esporte. Revista Brasileira de Ciência e Movimento, v. 10, n. 4, p. 19-26, 2002.

ENGLERT, C.; BERTRAMS, A. Anxiety, Ego Depletion, and Sports Performance. **Journal of Sport and Exercise Psychology**, v. 34, n. 5, p. 580-599, 2012.

ERCEG, M.; MILIC, M.; ZIVKOVIC, V. Pre-Competitive Anxiety in Soccer Players. **Research in Physical Education, Sport and Health**, v. 2, n. 1, p. 3-8, 2015.

FERNANDES, M. G. *et al.* Efeitos da experiência nas dimensões de intensidade, direção e frequência da ansiedade e autoconfiança competitiva: Um estudo em atletas de desportos individuais e coletivos. **Motricidade,** v. 10, n. 2, p. 81–89, 2014.

FERNANDES, M. G. *et al*. Factors influencing competitive anxiety in Brazilian athletes. **Brazilian Journal of Kinanthropometry and Human Performance,** v. 15, n. 6, p. 705-714, 2013b.

FERNANDES, M. G. *et al*. The CSAI-2: An Examination of the Instrument's Factorial Validity and Reliability of the Intensity, Direction and Frequency Dimensions with Brazilian Athletes. **Journal of Applied Sport Psychology, v.** 25, n. 4, p. 37–41, 2013a.

FERNANDES, M. G.; VASCONCELOS-RAPOSO, J.; FERNANDES, H. M. Propriedades psicométricas do CSAI-2 em atletas brasileiros. **Psicologia:Reflexão e Crítica.** UFRGS, Porto Alegre, v. 25, n. 4, p. 679-687, 2012a.

FERNANDES, M. G.; VASCONCELOS-RAPOSO, J.; FERNANDES, H. M. Relação entre orientações motivacionais, ansiedade e autoconfiança, e bem-estar subjetivo em atletas brasileiros. **Motricidade**, v. 8, n. 3, p. 4-18, 2012b.

HAJJI, J.; ELLOUMI, A. Validation of the Tunisian Version of the French Version of the Competitive State Anxiety Inventory-2 Revised (CSAI-2R), Including Frequency and Direction Scales. **International Journal of Emergency Mental Health and Human Resilience**, v. 19, n. 2, p. 1-7, 2017.

HALILAJ, B.; GALLOPENI, F.; GLLAREVA, I. pre and post competition anxiety and self-confidence in kosovo gymnasts. **European Journal of Physical Education and Sport Science,** v. 1, n. 2, p. 40-47, 2016.

JONES, G.; SWAIN, A. Intensity and direction dimensions of competitive state anxiety and relationships with competitiveness. **Percepetual and Motor Skills**, v. 74, n. 2, p.467–472, 1992.

LUNDQVIST, C.; KENTT¨A, G.;RAGLIN, J. S. Directional anxiety responses in elite and sub-elite young athletes: Intensity of anxiety symptoms matters. **Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports**, v. 21, n. 6, p. 853–862, 2011.

MARTENS, R.; VEALEY, R.S.; BURTON, D. **Competitive Anxiety in Sport**. Human Kinetics.1990.

MELLALIEU S. D.; HANTON S.; O'BRIEN M. Intensity and direction of competitive anxiety asa function of sport type and experience. **Journal Medicine Science in Sports**, v.14, n. 5, p. 326-332, 2004.

MORAES, L. C. Ansiedade e Desempenho no Esporte. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v. 4, n. 2, p. 51-56, 1990.

PAES, M. *et al*. Frequência, intensidade e direção da ansiedade e sua relação com a coesão grupal em uma equipe de voleibol infanto-juvenil masculina. **Revista Brasileira de Psicologia do Esporte**, São Paulo, v. 6, n. 3, p. 46-56, 2016.

PALUDO, A. C. **Esporte e ansiedade competitiva**: uma análise dos parâmetros psicofisiológicos e sua relação com desempenho esportivo em atletas profissionais de futsal. Tese (doutorado em ciências) Escola de educação Física e Esporte, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2016.

PARNABAS, C. The Relationship between Competitive State Anxiety and Sport Performance on Football Players. **The International Journal of Indian Psychology**, v. 2, p. 2-11, 2015.

PUJALS, C.; VIEIRA, L. F. Análise dos fatores psicológicos que interferem no comportamento dos atletas de futebol de campo. **Revista da Educação Física/UEM**, v. 13, n. 1, p. 89-97, 2002.

RAUDSEPP, L.; KAIS, K. Confirmatory factor analysis of the Revised Competitive State Anxiety Inventory-2 among Estonian athletes. **International Journal of Sport Psychology**, v. 6, p. 85–95, 2008.

SANCHO, A. Z.; JUAN, F. R. Variables predictoras de la ansiedad en atletas veteranos españoles. **Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación**, n. 23, p. 29-32, 2013.

SWAIN, A.; JONES, G. Intensity and frequency dimensions of competitive state anxiety. **Journal of Sport Science**, v. 11, n. 6, p. 533-542, 1993.

VASCONCELOS-RAPOSO, J. *et al.* Caracterização dos níveis de ansiedade em praticantes de atletismo. **Motricidade**, v. 3, n. 1, p. 298-314, 2007.

VINHAIS, J. **Ansiedade pré-competitiva nas modalidades coletivas e individuais**. Dissertação de mestrado, Universidade de Trás-os-montes e Alto Douro, Vila Real, 2013.

WEINBERG, R.; GOULD, D. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício.** 6. ed. Porto Alegre: Artmed, 2017.

ANEXO A
Versão Brasileira do CSAI-2R (FERNANDES *et al*., 2013)

Nome:_____

INTENSIDADE

A seguir transcrevem-se algumas afirmações que os atletas usam para descrever os seus sentimentos antes da competição. Leia cada uma delas e assinale com um círculo, para cada afirmação, o número que melhor indicar como se sente neste momento. Não há respostas certas nem erradas.

	Nada	Pouco	Moderadamente	Muito
1. Estou preocupado porque posso não render tão bem como poderia nesta competição.	1	2	3	4
2. Sinto meu corpo tenso.	1	2	3	4
3. Sinto-me autoconfiante.	1	2	3	4
4. Estou preocupado pelo fato de poder perder	1	2	3	4
5. Sinto tensão no meu estômago.	1	2	3	4
6. Estou preocupado pelo fato de poder falhar sob pressão da competição.	1	2	3	4
7. Estou confiante de que posso corresponder ao desafio que me é colocado.	1	2	3	4
8. Estou preocupado pelo fato de poder ter um mau rendimento.	1	2	3	4
9. O meu coração está batendo muito rápido.	1	2	3	4
10. Estou confiante de que vou ter um bom rendimento.	1	2	3	4
11. Sinto meu estômago “às voltas”.	1	2	3	4
12. Estou preocupado pelo fato de os outros poderem ficar desapontados com meu rendimento.	1	2	3	4
13. As minhas mãos estão frias e húmidas.	1	2	3	4
14. Estou confiante porque me imagino, mentalmente, atingir meu objetivo.	1	2	3	4
15. Sinto meu corpo rígido	1	2	3	4
16. Estou confiante em conseguir ultrapassar os obstáculos sob a pressão da competição.	1	2	3	4

ANEXO B

Versão Brasileira do CSAI-2R(FERNANDES et al., 2013)

Nome:_____

DIREÇÃO

A seguir transcrevem-se algumas afirmações que os atletas usam para descrever os seus sentimentos antes da competição. Leia cada uma delas e assinale com um círculo, para cada afirmação, o número que melhor indicar como se sente neste momento. Não há respostas certas nem erradas.

	Dificulta muito	Dificulta	Dificulta pouco	Nada	Facilita pouco	Facilita	Facilita muito
1. Estou preocupado porque posso não render tão bem como poderia nesta competição.	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3
2. Sinto meu corpo tenso.	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3
3. Sinto-me autoconfiante.	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3
4. Estou preocupado pelo fato de poder perder	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3
5. Sinto tensão no meu estômago.	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3
6. Estou preocupado pelo fato de poder falhar sob pressão da competição.	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3
7. Estou confiante de que posso corresponder ao desafio que me é colocado.	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3
8. Estou preocupado pelo fato de poder ter um mau rendimento.	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3
9. O meu coração está batendo muito rápido.	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3
10. Estou confiante de que vou ter um bom rendimento.	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3
11. Sinto meu estômago “às voltas”.	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3
12. Estou preocupado pelo fato de os outros poderem ficar desapontados com meu rendimento.	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3
13. As minhas mãos estão frias e húmidas.	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3
14. Estou confiante porque me imagino, mentalmente, atingir meu objetivo.	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3
15. Sinto meu corpo rígido	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3
16. Estou confiante em conseguir ultrapassar os obstáculos sob a pressão da competição.	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3

ANEXO C

Versão Brasileira do CSAI-2R (FERNANDES *et al*., 2013)

Nome:_____

FREQUÊNCIA

A seguir transcrevem-se algumas afirmações que os atletas usam para descrever os seus sentimentos antes da competição. Leia cada uma delas e assinale com um círculo, para cada afirmação, o número que melhor indicar como se sente neste momento. Não há respostas certas nem erradas.

	Nunca	Raramente	Poucas vezes	Algumas vezes	Muitas vezes	Quase sempre	Sempre
1. Estou preocupado porque posso não render tão bem como poderia nesta competição.	1	2	3	4	5	6	7
2. Sinto meu corpo tenso.	1	2	3	4	5	6	7
3. Sinto-me autoconfiante.	1	2	3	4	5	6	7
4. Estou preocupado pelo fato de poder perder	1	2	3	4	5	6	7
5. Sinto tensão no meu estômago.	1	2	3	4	5	6	7
6. Estou preocupado pelo fato de poder falhar sob pressão da competição.	1	2	3	4	5	6	7
7. Estou confiante de que posso corresponder ao desafio que me é colocado.	1	2	3	4	5	6	7
8. Estou preocupado pelo fato de poder ter um mau rendimento.	1	2	3	4	5	6	7
9. O meu coração está a batendo muito rápido.	1	2	3	4	5	6	7
10. Estou confiante de que vou ter um bom rendimento.	1	2	3	4	5	6	7
11. Sinto meu estômago “às voltas”.	1	2	3	4	5	6	7
12. Estou preocupado pelo fato de os outros poderem ficar desapontados com meu rendimento.	1	2	3	4	5	6	7
13. As minhas mãos estão frias e húmidas.	1	2	3	4	5	6	7
14. Estou confiante porque me imagino, mentalmente, atingir meu objetivo.	1	2	3	4	5	6	7
15. Sinto meu corpo rígido	1	2	3	4	5	6	7
16. Estou confiante em conseguir ultrapassar os obstáculos sob a pressão da competição.	1	2	3	4	5	6	7

APÊNDICE A

Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

Você está sendo convidado (a) a participar do estudo intitulado: "Níveis de ansiedade pré-competitiva em jogadores de futebol de campo da categoria sub 20".

Coleta de Dados:

Será realizada através da aplicação presencial de um questionário sociodemográfico e outro sobre ansiedade pré-competitiva após uma breve explicativa sobre os objetivos da pesquisa e os métodos a serem utilizados.

Possíveis benefícios e riscos:

Benefícios: O estudo sobre os níveis de ansiedade no futebol pode encorajar novas discussões no cenário da psicologia do esporte aplicada aos jogadores, bem como poderá servir de embasamento para as comissões técnicas na prevenção e no controle da ansiedade pré-competitiva.
Riscos: A aplicação dos questionários oferece risco mínimo à integridade física e psicológica dos voluntários.

Informações adicionais:

Caso você concorde em ser voluntário desse estudo, é importante salientar que você dispõe de total liberdade para esclarecer quaisquer dúvidas que possam surgir antes, durante e depois da pesquisa, procurando o pesquisador, graduando **Raimundo Gregório de Lima Neto**, no endereço eletrônico **raimundogregorio51@gmail.com**, pelo telefone **(91) 9635-8443**; ou o orientador e pesquisador responsável, o **Prof. Dr. Daniel Alvarez Pires**, no endereço eletrônico **danielpires@ufpa.br**.

Todos estão livres para recusar a participação na pesquisa, sem penalidades ou constrangimento. Todos os dados e a identidade dos voluntários serão mantidos em sigilo.
Não haverá qualquer forma de remuneração financeira para os voluntários (as). Todas as despesas relacionadas com este estudo serão de responsabilidade dos pesquisadores.

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Eu,_____,
voluntariamente, aceito participar do estudo intitulado, "NÍVEIS DE ANSIEDADE PRÉ-COMPETITIVA EM JOGADORES DE FUTEBOL DE CAMPO DA CATEGORIA SUB 20", a ser realizado pelo discente Raimundo Gregório de Lima Neto, graduando do Curso de Licenciatura em Educação Física, da Universidade Federal do Pará (UFPA), Campus Castanhal. Estou ciente das informações contidas no Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Portanto, concordo com o que foi acima citado e dou o meu consentimento.

Castanhal, _____ de _____ de 2017.

_____

Assinatura do (a) Voluntário (a)

_____

Assinatura do Pesquisador Responsável (Orientador)

Prof. Dr. Daniel Alvarez Pires

APÊNDICE B

QUESTIONÁRIO DEMOGRÁFICO

1. Nome (ou apenas as iniciais): _____

2. Esporte em que atua: _____

3. Grau de instrução: ( ) fundamental incompleto

   ( ) fundamental completo

   ( ) médio incompleto

   ( ) médio completo

   ( ) superior incompleto

   ( ) superior completo

4. Possui alguma outra atividade laboral: ( ) sim. Qual? _____
   ( ) não

5. Sexo: ( ) masculino ( ) feminino

6. Data de nascimento: _____ / _____ / _____

7. Tempo de prática no esporte: _____ anos e _____ meses.

8. Número de treinamentos por semana: _____

9. Principais competições em que atuou: _____

10. Qual sua posição: _____