

Comparação da ansiedade pré-competitiva entre atletas de lutas e handebol
Comparison of pre-competitive anxiety between fight and handball athletes
Comparación de la ansiedad precompetitiva entre atletas de lucha y balonmano

Recebido: 12/08/2020 | Revisado: 17/08/2020 | Aceito: 20/08/2020 | Publicado: 23/08/2020

Gabriel Lucas Morais Freire

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0589-9003>

Universidade Federal do Vale do São Francisco, Brasil

E-mail: bi88el@gmail.com

Nathan Leonardo Gomes Costa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6916-5944>

Universidade Federal do Vale do São Francisco, Brasil

E-mail: costanathan26@gmail.com

Sherdson Emanuel da Silva Xavier

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0802-1837>

Federal do Vale do São Francisco, Brasil

E-mail: sherdsonemanoel@hotmail.com

Janine Alaíde Gonçalves Lima Feitosa Moreira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6170-6360>

Federal do Vale do São Francisco, Brasil

E-mail: janinefeitosam@gmail.com

Laura Carvalho Ribeiro

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3281-8865>

Federal do Vale do São Francisco, Brasil

E-mail: lauracarvalhor@gmail.com

Carla Thamires Laranjeira Granja

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5859-0539>

Universidade Federal do Vale do São Francisco, Brasil

E-mail: thamiresgranja1@gmail.com

Daniel Vicentini de Oliveira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0272-9773>

Universidade Estadual de Maringá, Brasil

E-mail: d.vicentini@hotmail.com

José Roberto Andrade do Nascimento Junior

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3836-6967>

Universidade Federal do Vale do São Francisco, Brasil

E-mail: jroberto.jrs01@gmail.com

Resumo

Objetivo: O objetivo deste estudo foi comparar a ansiedade pré-competitiva em atletas alto rendimento de lutas e handebol, além de verificar a relação de ansiedade pré-competitiva com a idade. **Métodos:** Participaram deste estudo transversal 62 atletas (42 de boxe chinês e jiu-jitsu e 20 de handebol), de ambos os sexos (55 homens e 7 mulheres), com média de idade de $24,25 \pm 4,71$ anos. Como instrumento foi utilizada a versão reduzida do *Competitive State Anxiety Inventory-2* (CSAI-2R). A análise dos dados foi conduzida por meio das Equações de Estimativas Generalizadas (EGG) e a correlação de *Pearson* ($p < 0.05$). **Resultados:** Os resultados revelaram que os atletas de handebol apresentaram maior escore de ansiedade cognitiva ($p < 0,001$), somática ($p < 0,001$) e autoconfiança ($p < 0,001$) quando comparados aos atletas de lutas. Não se observou correlação significativa entre a idade e as dimensões de ansiedade. **Conclusão:** Concluiu-se que a modalidade esportiva parece ser um fator interveniente na ansiedade pré-competitiva no contexto esportivo.

Palavras-chave: Ansiedade competitiva; Esporte; Psicologia do esporte; Atletas.

Abstract

Objective: The aim of this study was to compare pre-competitive anxiety athletes in wrestling and handball, and to verify the relationship of pre-competitive anxiety with age. **Methods:** Participated in this cross-sectional study 62 athletes (32 Chinese boxing and jiu-jitsu and 20 handball), both genders (55 men and 7 women), with a mean age of 24.25 ± 4.71 years. The instrument used was the reduced version of *Competitive State Anxiety Inventory-2* (CSAI-2R). Data analysis was conducted using *Generalized Estimation Equations* (EGG) and *Pearson* correlation ($p < 0.05$). **Results:** The results revealed that handball athletes presented higher cognitive anxiety score ($p = < 0.001$), somatic ($p = < 0.001$) and self-confidence ($p = < 0.001$) when compared to wrestling athletes. No significant correlation was observed between age and anxiety dimensions. **Conclusion:** It was concluded that the sport seems to be an intervening factor in pre-competitive anxiety in the sports context.

Keywords: Competitive anxiety; Sport; Sport psychology; Athletes.

Resumen

Objetivo: El objetivo de este estudio fue comparar los atletas de ansiedad precompetitiva en la lucha libre y el balonmano, y verificar la relación de la ansiedad precompetitiva con la edad. **Métodos:** Participaron en este estudio transversal 62 atletas (32 boxeo chino y jiu-jitsu y 20 balonmano), ambos sexos (55 hombres y 7 mujeres), con una edad media de 24.25 ± 4.71 años. El instrumento utilizado fue la versión reducida del Competitive State Anxiety Inventory-2 (CSAI-2R). El análisis de los datos se realizó utilizando Ecuaciones de Estimación Generalizadas (EGG) y correlación de Pearson ($p < 0.05$). **Resultados:** Los resultados revelaron que los atletas de balonmano presentaron una puntuación de ansiedad cognitiva más alta ($p = < 0.001$), somática ($p = < 0.001$) y confianza en sí mismos ($p = < 0.001$) en comparación con los atletas de lucha libre. No se observó correlación significativa entre la edad y las dimensiones de ansiedad. **Conclusión:** Concluyó que la modalidad deportiva parece ser un factor interviniente en la ansiedad precompetitiva en el contexto deportivo.

Palabras clave: Ansiedad competitiva; Deporte; Psicología del deporte; Atletas.

1. Introdução

Atletas de modalidades coletivas e individuais compartilham diferentes sentimentos e ações para a execução bem-sucedida de distintas tarefas dentro do esporte (Fortes et al., 2017; Nascimento Junior, Balbim, & Vieira, 2014). Desta forma, mudanças emocionais devido ao estresse causado pelo contexto esportivo podem ter um impacto significativo desempenho do atleta (Fortes et al., 2017; Paludo et al., 2017).

Um desses estados emocionais é a ansiedade, que se caracteriza por respostas emocionais associadas ao medo, apreensão, preocupação e tensão em resposta a uma ameaça real ou percebida (APA, 2013). No contexto da psicologia esportiva, pesquisas têm usado a teoria multidimensional da ansiedade competitiva como base teórica para o estudo da ansiedade (Fernandes, Nunes, Raposo, & Fernandes, 2014; Silva, De Araújo, Arantes, Neto, & Melo, 2018; Sonoo, Gomes, Damasceno, Silva, & Limana, 2010). A teoria proposta por Martens et al. (1990) compreende a ansiedade em três componentes principais; o primeiro componente é cognitivo, que envolve pensamentos e dúvidas sobre o seu próprio desempenho e a ocasião competitiva, bem como um julgamento de si mesmo. O segundo componente consiste em uma desordem somática, que é caracterizada por sensações fisiológicas de excitação, tais como aumento da sudorese, batimentos cardíacos e tensão muscular, respiração alterada, e frio no estômago (Martens et al., 1990). Posteriormente, a

terceira dimensão é chamada de autoconfiança, que é a crença por parte do indivíduo em suas habilidades para alcançar um desempenho positivo (Martens et al., 1990).

Sendo assim, a literatura tem demonstrado que a relação da ansiedade no desempenho esportivo é um processo multidimensional entre um sistema de variáveis e processos, de natureza cognitiva e motivacional (Paludo et al., 2017; Fortes et al., 2017). Isto é capaz de melhorar, piorar ou não interferir no desempenho esportivo, dependendo das características psicológicas do indivíduo em lidar com essas situações (Silva, Lima, Ribeiro, Costa, & Hernandez, 2018). Estudos recentes têm investigado a ansiedade pré-competitiva em esportes de modalidades individuais, como o wrestling Olímpico (Abreu, Freitas Nascimento, Santos, Sales, & Ferreira, 2015), e natação (Fortes et al., 2017; Silva et al., 2019), e modalidades coletivas, como vôlei (Paes, do Amaral Machado, Berbetz, & Stefanello, 2017), futebol (Paña, Fecho, Peccin, & da Costa Padovani, 2018) e basquete (Arruda, Aoki, Paludo, & Moreira, 2017). No entanto, a literatura demonstra uma grande possibilidade de mudanças emocionais na ansiedade competitiva, evidenciando possíveis diferenças entre modalidades competitivas, sexo, idade e experiência competitiva.

Assim, na perspectiva de entender como a ansiedade pré-competitiva influencia os atletas de modalidades individuais (lutas) e coletiva (handebol), os resultados desta investigação podem contribuir de forma particular para a formação e a preparação psicológica para a competição, uma vez que técnicos e psicólogos necessitam de informações sobre as características comportamentais de um determinado grupo de atletas incluídos no processo de competição, sendo essa a lacuna que o presente estudo pretende avançar. Diante disso, o objetivo deste estudo foi comparar a ansiedade pré-competitiva entre atletas de modalidade individuais (lutas) e coletivas (handebol), além de verificar a relação de ansiedade pré-competitiva com a idade dos atletas.

2. Metodologia

Participantes

Participaram deste estudo 62 atletas de ambos os sexos (55 homens e 7 mulheres) participantes dos campeonatos estaduais das suas respectivas modalidades, com média de idade de $24,25 \pm 4,71$ anos, da cidade de Petrolina-PE. Dos 62 atletas, 42 eram praticantes de lutas (21 boxe chinês e 21 jiu-jitsu) e 20 de handebol.

A seleção dos participantes foi não-probabilística e por conveniência e os critérios de inclusão foram os seguintes: 1) ter mais de 18 anos; 2) ter participado de alguma competição oficial no ano de 2018 e; 3) ainda não ter realizado nenhuma luta/jogo no dia da coleta de dados. Somente participaram do estudo os atletas que assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e que verbalmente manifestaram o desejo de participar da pesquisa.

Instrumentos

Competitive State Anxiety Inventory (CSAI-2)

Os atletas preencheram uma versão brasileira (Fernandes, Vasconcelos-Raposo, & Fernandes, 2012) da forma reduzida (CSAI-2R) do CSAI-2 original (Martens et al., 1990), a qual incluiu a adição das dimensões de resposta de direção e intensidade. Este instrumento é composto por 16 itens que medem três dimensões: ansiedade cognitiva (itens 1, 4, 6, 8 e 12), ansiedade somática (itens 2, 5, 9, 11, 13 e 15) e autoconfiança (itens 3, 7, 10, 14 e 16). O questionário avalia três dimensões da ansiedade: direção, frequência e intensidade. A dimensão utilizada no presente estudo foi de intensidade, que as respostas em uma escala Likert de 4 pontos, variando de 1 (nada) a 4 (muito). O alfa variou de $\alpha = 0,79$ a $\alpha = 0,91$, indicando forte confiabilidade dos dados (Hair, Risher, Sarstedt, & Ringle, 2019).

Procedimentos

Inicialmente, o projeto foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética da Universidade Federal do Vale do São Francisco, de acordo com as normas da Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde sobre pesquisa envolvendo seres humanos sob o parecer nº 1.648.086. Em seguida o pesquisador entrou em contato com as federações responsáveis por cada modalidade e com os diretores e treinadores das equipes, com o intuito de esclarecer os objetivos e procedimentos da pesquisa e obter anuência. A coleta de dados ocorreu durante um campeonato local, realizado na cidade de Petrolina-PE. Os instrumentos foram aplicados no local da competição com aproximadamente 60 minutos antes da primeira luta/jogo de cada atleta. A aplicação dos questionários foi realizada de forma individual em um local privativo, e o preenchimento dos questionários teve duração de aproximadamente 15 minutos.

Análise dos dados

A análise preliminar dos dados foi realizada por meio do teste de normalidade de Shapiro-Wilk. Como os dados apresentaram distribuição normal, foi utilizada a média e o desvio-padrão para a caracterização dos resultados. Foi utilizado o teste T independente para a comparação da ansiedade pré-competitiva em função dos grupos (modalidade esportiva). A correlação das dimensões de ansiedade com a idade foi efetuada por meio do coeficiente de correlação de *Pearson*. Todas as análises foram realizadas no software SPSS 22.0, adotando-se nível de significância de $p < 0.05$.

3. Resultados

Notou-se que, de forma geral, os 62 atletas apresentaram baixos níveis de ansiedade cognitiva ($M=2,59$; $DP=1,08$) e somática ($M=2,60$; $DP=0,86$) e alto nível de autoconfiança ($M=3,07$; $DP=0,74$) (Tabela 1).

Tabela 1. Valores descritivos (mínimo, máximo, média e desvio padrão).

Variáveis	Mínimo	Máximo	M (dp)
Ansiedade Cognitiva	1,00	4,00	2,59 (1,08)
Ansiedade Somática	1,00	4,00	2,60 (0,86)
Autoconfiança	1,00	4,00	3,07 (0,74)

Nota: M = Média; dp = Desvio Padrão. Fonte: Autoria própria (2020).

Ao analisar a ansiedade pré-competitiva dos atletas em função da modalidade (Tabela 2), verificou-se diferença significativa ($p < 0,05$) entre os grupos nas dimensões de ansiedade cognitiva ($p < 0,001$), ansiedade somática ($p < 0,001$) e autoconfiança ($p < 0,001$). Destaca-se que os atletas de handebol (esporte coletivo) apresentaram maiores escores de ansiedade cognitiva (3,84 vs 2,0), ansiedade somática (3,54 vs 2,15) e autoconfiança (3,65 vs 2,80) quando comparados aos atletas de lutas.

Tabela 2. Comparação da ansiedade pré-competitiva dos atletas em função da modalidade.

Ansiedade Pré-competitiva	Lutas (n=42)	Handebol (n=20)	P	d
	M (dp)	M (dp)		
Ansiedade Cognitiva	2,00 (0,78)	3,84 (0,23)	<0,001	3,19
			*	
Ansiedade Somática	2,15 (0,65)	3,54 (0,28)	<0,001	2,77
			*	
Autoconfiança	2,80 (0,73)	3,65 (0,33)	<0,001	1,50
			*	

*Diferença significativa ($p < 0,05$) – Teste t independente. Nota: M = Média; dp = Desvio Padrão.
Fonte: Própria autoria (2020).

Não houve correlação significativa ($p > 0,05$) das dimensões de ansiedade pré-competitiva com a idade dos atletas (Tabela 3).

Tabela 3. Correlação da ansiedade pré-competitiva com a idade.

Ansiedade Pré-competitiva	Idade
Ansiedade Cognitiva	-0.18
Ansiedade Somática	-0.03
Autoconfiança	0.17

*Correlação significativa ($p < 0,05$) – Correlação de Pearson. Fonte: Autores.

4. Discussão

O objetivo da presente investigação foi comparar a intensidade da ansiedade pré-competitiva dos atletas de acordo com a modalidade praticada. Em geral, os achados mostram que os atletas de modalidade coletiva apresentam maiores escores nas dimensões de ansiedade quando comparados aos de modalidade de combate (Tabela 2).

Ao comparar a ansiedade pré-competitiva dos atletas de acordo com a modalidade (Tabela 2), percebe-se que os atletas de handebol se percebem mais autoconfiantes do que os atletas de lutas, entretanto, também se sentem mais preocupados e com mais sinais de pensamentos negativos em momentos antes da competição. Em geral, atletas de modalidades individuais apresentam autoconfiança moderada, devido as características da modalidade,

como conhecer o adversário momentos antes da luta, relação com fatores externos (peso) (Santos & Alves, 2018).

Entretanto, divergindo dos achados do presente estudo, Zeng (2003) investigou atletas de modalidades individuais e coletivas, verificando que os atletas de esportes coletivos têm menores níveis de ansiedade cognitiva e ansiedade somática quando comparados com atletas de esportes individuais (Gonçalves & Belo, 2007). Por outro lado, os achados de Zeng (2003) corroboram os encontrados nesta pesquisa em relação à maior autoconfiança dos atletas de esporte coletivo (handebol) quando comparados com atletas de esporte individual (lutas). Esses achados demonstram que atletas de modalidade coletiva apresentam reações emocionais mais intensas, uma vez que há evidências na literatura que em ambas as modalidades têm características semelhantes de ansiedade (Fernandes et al., 2014).

Embora não tenha sido encontrada correlação significativa da idade com as dimensões de ansiedade (Tabela 3), observou-se correlação fraca ($<0,40$) e inversa da idade com a ansiedade cognitiva e correlação positiva da idade com a autoconfiança. Este achado parece indicar que os pensamentos negativos e a preocupação acerca da competição que está por vir tenha a diminuir, enquanto a autoconfiança tende a aumentar conforme os atletas ficam mais experientes. Tal achado vai ao encontro da Teoria de Martens et al. (1990), que ressalta que as ansiedades cognitiva e somática tendem a diminuir conforme o atleta aumenta o tempo de prática e a experiência na tarefa. A ausência da significância estatística nas correlações pode ser explicada pelo pequeno tamanho da amostra, o que leva ao aumento do erro tipo II na condução de testes de hipóteses (Vieira, 2016).

Por se tratar de um estudo transversal e com único instrumento (escala de auto relato), os dados obtidos permitem correlações entre variáveis, mas não inferências de causalidade, o que é uma das limitações da pesquisa. Além disso, a quantidade de participantes não permitiu algumas comparações, como, por exemplo, níveis de ansiedade entre diferente sexo, faixa etária, tempo de prática, bem como o aumento do erro tipo II. Dessa forma, futuras investigações devem realizar estudos longitudinais, os quais possam fazer diversas medidas de ansiedade competitiva em diferentes campeonatos.

5. Considerações Finais

Concluiu-se que os atletas de modalidade coletiva (Handebol) apresentaram maior escore em todas as dimensões de ansiedade quando comparados aos atletas de lutas, indicando maior ansiedade cognitiva e somática e também autoconfiança. Do ponto de vista prático,

destaca-se a importância da experiência na modalidade e o estabelecimento de metas para o alcance do sucesso esportivo como formas de controlar os sintomas da ansiedade cognitiva em momentos prévios à competição.

Referências

Arruda, A. F., Aoki, M. S., Paludo, A. C., & Moreira, A. (2017). Salivary steroid response and competitive anxiety in elite basketball players: Effect of opponent level. *Physiol Behav*, 177, 291-296.

Association, A. P. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5®)*: American Psychiatric Pub.

Silva, C. V., Lima, C. P., Ribeiro, G. P., de Oliveira Costa, V., & Hernandez, J. A. E. Ansiedade-Traço em Atletas de Esportes Coletivos e Individuais.

Abreu, E. S., de Freitas Nascimento, J., Santos, A. L. B., Sales, C. D. V., & Ferreira, H. S. (2015). Estratégias para perda de peso no período pré-competitivo e suas repercussões em atletas de luta olímpica. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*, 9(50), 137-143.

Fernandes, M. G., Nunes, S. A. N., Raposo, J. V., & Fernandes, H. M. (2014). 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*, 10(2), 81-89.

Fernandes, M. G., Vasconcelos-Raposo, J., & Fernandes, H. M. (2012). Propriedades psicométricas do CSAI-2 em atletas brasileiros. *Psicologia: Reflexão & Crítica*, 25(4), 679-688.

Fortes, L. S., da Costa, B. D., Paes, P. P., do Nascimento Júnior, J. R., Fiorese, L., & Ferreira, M. E. (2017). Influence of competitive-anxiety on heart rate variability in swimmers. *J Sports Sci Med*, 16(4), 498.

Gonçalves, M. P., & Belo, R. P. (2007). Ansiedade-traço competitiva: diferenças quanto ao gênero, faixa etária, experiência em competições e modalidade esportiva em jovens atletas. *Psico-USf*, 12(2), 301-307.

Hair, J. F., Risher, J. J., Sarstedt, M., & Ringle, C. M. (2019). When to use and how to report the results of PLS-SEM. *European Business Review*, 31(1), 2-24.

Martens, R., Vealey, R. S., & Burton, D. (1990). *Competitive anxiety in sport: Human kinetics*.

Nascimento Junior, J. R. A. d., Balbim, G. M., & Vieira, L. F. (2014). Estresse psicológico pré-competitivo e voleibol: um estudo em função do gênero e das posições de jogo.

Paes, M. J., do Amaral Machado, T., Berbetz, S. R., & Stefanello, J. M. F. (2017). 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*, 6(3).

Paína, D. M., Fecho, J. J., Peccin, M. S., & da Costa Padovani, R. (2018). Avaliação da qualidade de vida, estresse, ansiedade e coping de jogadores de futebol de campo da categoria sub-20. *Contextos Clínicos*, 11(1), 97-105.

Paludo, A. C., Nunes, S. A. N., Simões, A. C., & Fernandes, M. G. (2017). Relação entre ansiedade competitiva, autoconfiança e desempenho esportivo: uma revisão ampla da literatura. *Psicologia Argumento*, 34(85).

Santos, S., & Alves, J. (2018). Estudo Exploratório Das Emoções Prementes No Rendimento Desportivo. *Boletim Sociedade Portuguesa de Educação Física*(41), 113-118.

Silva, G. C. B., Cortez, A. C. L., do Nascimento Júnior, J. R. A., Granja, C. T. L., Conde, E. F. Q., & de Melo, G. F. (2019). Analysis of pre-competitive anxiety of Brazilian young swimmers. *Acta Scientiarum. Health Sciences*, 41, e45475.

Silva, G. C. B., De Araújo, D. G., Arantes, A. A. C., Neto, S. L. D. A., & De Melo, G. F. (2018). Avaliação psicométrica da ansiedade traço em jovens nadadores brasileiros. *Revista Brasileira de Psicologia do Esporte*, 7(1).

Sonoo, C. N., Gomes, A. L., Damasceno, M. L., Silva, S. R. d., & Limana, M. D. (2010). Ansiedade e desempenho: um estudo com uma equipe infantil de voleibol feminino. *Motriz, Rio Claro*, 16(3), 629-637.

Vieira, S. (2016). *Estatística para a Qualidade*. 3. Elsevier Brasil.

Zeng, H. Z. (2003). The differences between anxiety and self-confidence between team and individual sports college varsity athletes. *International Sports Journal*, 7(1), 28.

Porcentagem de contribuição de cada autor no manuscrito

Gabriel Lucas Morais Freire – 12,5%

Nathan Leonardo Gomes Costa – 12,5%

Sherdson Emanuel da Silva Xavier – 12,5%

Janine Alaíde Gonçalves Lima Feitosa Moreira – 12,5%

Laura Carvalho Ribeiro – 12,5%

Carla Thamires Laranjeira Granja – 12,5%

Daniel Vicentini de Oliveira – 12,5%

José Roberto Andrade do Nascimento Junior – 12,5%