

CONIC-SEMESP 14º Congresso Nacional de Iniciação Científica

TÍTULO: O ESTRESSE EM JOGADORES DE FUTSAL AMADORES

CATEGORIA: EM ANDAMENTO

ÁREA: CIÊNCIAS HUMANAS E SOCIAIS

SUBÁREA: PSICOLOGIA

INSTITUIÇÃO: UNIVERSIDADE SÃO JUDAS TADEU

AUTOR(ES): SILMARA DOS PASSOS MASCARENHAS, ALINE ZAIN, BRUNA AZEVEDO MORILHÃO, MESSIAS MENDES DA SILVA

ORIENTADOR(ES): CARLA WITTER

COLABORADOR(ES): ANTONIO CARLOS

Realização:



Apoio:



1. Resumo

O Futsal ou Futebol de Salão é uma modalidade de esporte que possibilita a realização de inúmeras pesquisas sobre várias dimensões. Nesta investigação que pertence ao campo da psicologia do esporte será abordado o estresse que acomete os jogadores de futsal, um esporte que culminou aproximadamente entre as décadas de 30 e 40 quando o futebol no Brasil se popularizou. A pesquisa é de campo do tipo descritiva com análise quali-quantitativa. Objetiva-se investigar a influência do estresse no desempenho de jogadores amadores de futsal; descrever os fatores que desencadeiam o estresse; investigar como os jogadores lidam com o estresse; caracterizar a definição de estresse para os jogadores; verificar os efeitos psicossomáticos devido ao estresse segundo a opinião dos jogadores e mensurar o nível de estresse dos jogadores. Foi entregue uma carta de autorização ao responsável pelo time de futsal, para o consentimento deste. O tamanho da amostra foi de 12 jogadores amadores de futsal. Para a coleta de dados foi entregue um Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE) aos participantes, a partir disto eles foram submetidos a um questionário semiaberto e a uma escala de estresse (ISSL), para responder ao questionário e a escala de estresse os participantes levaram em média 20 minutos. Entre os principais resultados do questionário 91,6% dos participantes disseram que não sofrem pressão referente ao futsal. Os sintomas decorrentes do estresse mais apresentados foram a raiva com 31,81% e com 27,27% a ansiedade. Sobre os sintomas decorrentes do estresse as opções taquicardia, sudorese e perda de sono obtiveram o mesmo resultado percentual de 15,38%.

Palavras-Chave: Esporte/Saúde/Futebol.

2. Introdução

Atualmente, entende-se que a psicologia do esporte é fundamental para o desenvolvimento dos atletas das mais variadas modalidades esportivas, pois hoje em dia chegou-se a conclusão de que os benefícios de treinar o fator psicológico podem ser tão importantes quanto valorizar uma alimentação balanceada e os treinamentos físicos. A ansiedade e o estresse pré-competitivo são dois dos principais fatores que determinam a boa atuação dos atletas e por isso são alvos de muito estudo psicológico (Fabiani, 2009).

3. Objetivos

Foram estabelecidos os seguintes objetivos, geral: investigar os fatores que desencadeiam o estresse em jogadores de futsal; específicos: descrever os fatores que desencadeiam o estresse; investigar como os jogadores lidam com o estresse; caracterizar a definição de estresse para os jogadores; verificar os efeitos psicossomáticos devido ao estresse segundo a opinião dos jogadores e mensurar o nível de estresse dos jogadores.

4. Metodologia

Participantes: A amostra foi composta por 12 participantes do sexo masculino, universitários e a partir de 18 anos.

Material: Foram utilizados: Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), questionário semiaberto para levantamento de informações elaborado visando os objetivos da pesquisa e Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de LIPP (ISSL).

5. Desenvolvimento

O projeto foi enviado ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) e foi aprovado sob o protocolo nº 639.107 de 23/04/2014 e CAAE nº 30484114.0.0000.0089. A pesquisa é de campo do tipo descritiva com análise quali-quantitativa. Primeiramente foi entregue uma carta de autorização ao responsável pelo time de futsal. Foi agendada uma data com o responsável pelo time para a coleta dos dados.

No dia da coleta foram entregues aos participantes os TCLE's, após a assinatura do termo foi aplicado um questionário semiaberto e o Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de LIPP (ISSL) para avaliar o nível de estresse. O tempo total para a coleta foi em média 20 minutos. Atualmente, está sendo realizada a mensuração de todos os dados para analisar e confirmar ou não a hipótese, assim como responder os objetivos da pesquisa.

6. Resultados Preliminares

A seguir serão apresentados os resultados da tabulação inicial das oito questões de múltipla escolha. Em relação a sentirem-se ansiosos 50% dos participantes responderam que sentem ansiedade e 50% disseram que não. Sobre sentirem-se pressionados, 91,6% disseram que não se sentem, e somente um participante (8,3% da amostra) respondeu que sente-se pressionado. Referente ao que costuma deixá-los estressados 35,71% assinalaram a opção outros motivos. Em seguida, com 21,42% a família foi citada como fator estressante. E os amigos,

treinador/técnico e juiz totalizaram 14,28%. No que diz respeito ao momento da partida em que mais se sentem estressados 58,33% responderam ser depois do jogo, 25% durante, e 16,66% disseram ser antes do jogo. Com relação à influência do estresse no rendimento 66,66% dos jogadores responderam que existe influência e 33,33% disseram que não.

Observa-se que 38,46% da amostra respondeu que sente outros sintomas que não estavam presentes no questionário. As opções taquicardia, sudorese e perda de sono totalizaram 15,38%. Em relação às dores 7,69% respondeu que sentem-se. E apenas um participante não respondeu.

De acordo com a tabela 1 o sintoma decorrente do estresse mais apresentado foi a raiva com 31,81%. Em seguida, com 27,27% ficou a ansiedade, com 18,18% a agressividade. Com o mesmo percentual 9,09% ficaram a baixa autoconfiança e a insegurança e com 4,54% ficou o sentimento de fracasso. Os sintomas de falta de motivação, pessimismo e instabilidade do grupo não foram apresentados na tabela, pois não foram apontados pelos participantes.

Tabela 2. Sintomas decorrentes do estresse.

Sintomas	F	%
Raiva	7	31,81
Ansiedade	6	27,27
Agressividade	4	18,18
Baixa autoconfiança	2	9,09
Insegurança	2	9,09
Sentimento de fracasso	1	4,54
Total	22	99,98

7. Fontes Consultadas

Fabiani, M. T. (2009). *Psicologia do Esporte: A Ansiedade e o Estresse Pré-Competitivo*. Recuperado em 13 de fevereiro, 2014, de www.psicologia.pt/artigos/textos/A0483.pdf