

Estresse pré-competitivo e experiência esportiva em adolescentes de Petrolina-PE

*Pre-competitive stress and sporting experience
in adolescents from Petrolina-PE*

*Estrés precompetitivo y la experiencia deportiva
en adolescentes en Petrolina-PE*

José Roberto Andrade do Nascimento Júnior¹

Carla Thamires Laranjeira Granja²

Mauro Moreira dos Santos³

Maria de Lara da Costa Santos⁴

Glauber Castelo Branco Silva⁵

Gislane Ferreira de Melo⁶

Daniel Vicentini de Oliveira⁷

Resumo

Este estudo investigou o estresse pré-competitivo e a experiência esportiva de 77 adolescentes participantes de uma competição estudantil de Petrolina-PE. Os instrumentos utilizados foram a Lista de Sintomas de Estresse Pré-Competitivo Infante-Juvenil e o Questionário de Experiência Esportiva de Jovens. Para análise dos dados foram utilizados o teste de Mann-Whitney e a correlação de Spearman. Os resultados evidenciaram que as meninas sentem

¹ Universidade Federal do Vale do São Francisco, PE, Brasil. E-mail: jroberto.jrs01@gmail.com

² Universidade Federal do Vale do São Francisco, PE, Brasil. E-mail: thamiresgranja1@gmail.com

³ Universidade Federal do Vale do São Francisco, PE, Brasil. E-mail: mauro239.moreira@gmail.com

⁴ Universidade Federal do Vale do São Francisco, PE, Brasil. E-mail: larasantosrcc@gmail.com

⁵ Universidade Estadual do Piauí, PI, Brasil. E-mail: glaubercastelobsilva@hotmail.com

⁶ Universidade Católica de Brasília, DF, Brasil. E-mail: gislane.melo@gmail.com

⁷ Universidade de Campinas, SP, Brasil. E-mail: d.vicentini@hotmail.com

mais os sintomas de estresse pré-competitivo do que os meninos. Verificou-se que os adolescentes de 13 a 15 anos ficam mais preocupados com a presença dos pais na competição e vivenciam mais situações negativas do que os de 16 e 17 anos. Verificou-se associação linear entre o estresse pré-competitivo e as experiências esportivas. Concluiu-se que no contexto do esporte escolar as meninas e os adolescentes mais jovens sentem mais o estresse provocado pela competição esportiva. Além disso, o esporte parece ser uma experiência mais negativa para adolescentes mais jovens.

Palavras-chave: Estresse; Adolescentes; Esporte

Abstract

This study investigated the pre-competitive stress and sporting experience among 77 adolescents participating in a student competition in Petrolina-PE. The instruments used were the List of Pre-Competitive Stress Symptoms for Children and Youth and the Youth Experience Survey for Sport. Data analysis was conducted through the Mann-Whitney test and the Spearman correlation. The results showed that girls showed higher level of precompetitive stress than boys. It was verified that adolescents aged between 13 to 15 years are more concerned about their parents' presence in the competition and experienced more negative situations than 16 and 17 year olds. A linear association was found between pre-competitive stress and sporting experience. It was concluded that in the context of school sports, girls and younger adolescents feel more stress caused by sports competition. In addition, sport seems to be more of a negative experience for younger teenagers.

Keywords: Stress; Adolescents; Sport

Resumen

Este estudio investigó el estrés precompetitivo y la experiencia deportiva de 77 adolescentes participantes de una competencia estudiantil en Petrolina-PE. Los instrumentos utilizados fueron la Lista de Síntomas de Estrés Precompetitivo Infanto-Juvenil y el Cuestionario de Experiencia Deportiva de Jóvenes. Para el análisis de los datos se utilizó el test de Mann-Whitney y la correlación de Spearman. Los resultados evidenciaron que las chicas sienten más los síntomas de estrés precompetitivo que los chicos. Se verificó que los adolescentes de 13 a 15 años se preocupan más con la presencia de los padres en la competición y experimentan más situaciones negativas que los jóvenes de 16 y 17 años. Se comprobó la asociación lineal entre el estrés precompetitivo y las experiencias deportivas. Concluyéndose que en el contexto del deporte escolar las chicas y los chicos más jóvenes sienten más el estrés provocado por la competición deportiva. Además, el deporte parece ser una experiencia más negativa para los adolescentes más jóvenes.

Palabras clave: Estrés; Adolescentes; Deporte

O esporte competitivo proporciona situações nas quais os esportistas vivenciam experiências psicológicas e físicas proporcionadas principalmente pelas expectativas relacionadas ao desempenho. De acordo com De Rose Júnior (2008), o processo competitivo envolve múltiplos aspectos que relacionam-se a fim de proporcionar aos atletas melhores condições de atuação. Tais aspectos estabelecem uma relação entre o indivíduo (atleta) e os diferentes fatores que fazem parte do ambiente esportivo.

As pressões externas proporcionadas pela incerteza de performance, familiares, técnicos e demais envolvidos no esporte, desencadeiam em muitos atletas respostas situacionais além do estresse, como medo, apreensão, pânico, insegurança, agressividade e apatia (Mesquita & Todt, 2000). A percepção da carga de estresse pode ser influenciada por vários fatores, tais como: idade, sexo, estilo de vida, estado de saúde, personalidade e experiências anteriores (Lipp & Malagris, 2001). De acordo com Rizzo e Souza (2014), o impacto sobre experiências positivas e negativas dependerá em grande parte pela forma como essas situações são percebidas e vivenciadas. Dessa forma, são necessárias estratégias específicas para o controle e desenvolvimento de um ambiente competitivo saudável e atraente a sua prática.

Dentre as experiências positivas que podem ser desenvolvidas por meio da prática esportiva, destacam-se as habilidades pessoais e sociais e as habilidades cognitivas, referentes à liderança, empatia, companheirismo, criatividade e inteligência (MacDonald, Côté, Eys, & Deakin, 2012). Outra experiência positiva é o estabelecimento de metas, que está relacionado ao alcance de objetivos desafiadores e planos para o futuro, e a iniciativa, que engloba aspectos relacionados ao esforço, atenção e melhoria de habilidades físicas (Sullivan, LaForge-MacKenzie, & Marini, 2015).

Por outro lado, o aumento do nível de competitividade do esporte nos últimos anos tem exigido dos jovens atletas o máximo de desempenho psicológico, físico e técnico (Weis, Possamai, & Carvalho, 2011). Diante disso, as preocupações com as experiências negativas e os possíveis fatores estressantes no esporte influenciam não somente o desempenho do atleta, mas também o desenvolvimento positivo de uma forma global (Nascimento Júnior, Balbim, & Vieira, 2014). Consequentemente, as experiências

negativas associadas ao estresse que o contexto competitivo desencadeia na criança e no adolescente têm sido cada vez mais presentes no esporte, tornando-se um cenário propício para o estudo de como os indivíduos se comportam em competições (Sarkar & Fletcher, 2014). De acordo com Silva, Enumo e de Moraes Afonso (2016), analisar o estresse competitivo é de fundamental importância para melhorar a qualidade de vida e o rendimento do atleta.

O estresse é um processo individual de percepção e resposta a eventos que o sujeito irá avaliar cognitivamente, considerando-os como ameaçadores, desafiadores ou danosos (Lazarus, 1993). Pesquisas recentes apontam que os principais fatores estressores no contexto esportivo são as cobranças intermediadas por familiares e técnicos (Weis et al., 2011), além dessas, Rice et al. (2016) citam as incertezas sobre apoio ou patrocínios aos atletas, possíveis pressões de patrocinadores, potenciais lesões e o distanciamento excessivo entre ações competitivas.

Como argumentado, diversos são os fatores influenciadores do estresse na prática esportiva competitiva. Segundo Nascimento Júnior et al. (2014) e Weis et al. (2011), situações de estresse sofridas pelos atletas ininterruptamente podem em muitas das vezes, resultar em abandono da prática esportiva devido a quadros de esgotamento físico e/ou psicológico.

O estresse pré competitivo tem sido estudado por alguns autores em diferentes modalidades, tocante sua expressão em atletas adolescentes (Hirota, de Lima, Verardi, & De Marco, 2010; Caputo, Rombaldi, & da Silva, 2017). A avaliação das experiências esportivas vem também, demonstrando grande influência sobre outros determinantes da performance esportiva. A experiência tem sido relacionada a variáveis importantes como: coesão de grupo (Bruner, Eys, Wilson, & Côté, 2014), suporte do treinador e satisfação de necessidades psicológicas (Taylor & Bruner, 2012), liderança e relacionamento treinador atleta (Vella, Oades, & Crowe, 2013a; Vella, Oades, & Crowe, 2013b), resistência mental (Jones & Parker, 2013), entre outras. No entanto, não foram encontradas investigações que abordem as relações entre os sintomas de estresse pré-competitivo e as experiências vivenciadas pelos adolescentes, sendo cabível investigação sobre a possível relação entre

essas variáveis. Ademais, tal achado poderá contribuir substancialmente na condução das atitudes diante de treinos e competições por parte dos envolvidos no esporte infanto-juvenil.

Diante disso, este estudo teve como objetivo investigar o estresse pré-competitivo e a experiência esportiva de adolescentes da cidade de Petrolina-PE, buscando especificamente comparar o estresse pré-competitivo e a experiência esportiva de acordo com o sexo e faixa etária, além de verificar as relações entre as variáveis.

MÉTODOS

Participantes

Fizeram parte da pesquisa 77 adolescentes de ambos os sexos (40 meninas e 37 meninos), entre 13 e 17 anos, integrantes de equipes escolares de futsal e handebol. A amostra foi selecionada de forma não probabilística e por conveniência. Os treinamentos ocorriam semanalmente, com frequência de duas vezes, totalizavam três horas de treinamento semanal e englobavam aspectos técnicos e táticos do esporte. Esses atletas participaram de uma competição que era dividida em duas fases, uma classificatória e uma final. Somente participaram do estudo os atletas que assinaram o Termo de Assentimento e verbalmente manifestaram o desejo de participar do teste, e que tiveram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) assinado pelos treinadores (responsáveis legais pelos atletas na competição).

Instrumentos

Para avaliar o estresse, foi utilizado como instrumento a *Lista de Sintomas de Estresse Pré-competitivo Infanto-juvenil (LSSPCI)*. A LSSPCI foi elaborada por De Rose Júnior (2017) e identifica a ocorrência de sintomas de estresse em situações pré-competitivas (no período de 24 horas antecedentes à competição). Esse instrumento apresenta uma lista de 31 sintomas de estresse e é considerado válido e fidedigno ao ser aplicado para atletas na faixa etária de 10 a 16 anos (Caputo et al., 2017; Silva et al., 2017). Para

o cálculo da confiabilidade do instrumento foi utilizado o coeficiente Alpha de *Cronbach*. A consistência interna do instrumento aplicado apresentou fidedignidade adequada (0,91). A cada um dos 31 sintomas do instrumento, correspondia uma escala de Likert de um a cinco pontos, envolvendo os seguintes valores: 1) nunca; 2) poucas vezes; 3) algumas vezes; 4) muitas vezes; e, 5) sempre. Para a análise dos dados, foi utilizado um ponto de corte com valor de três pontos para dar destaque às questões mais e menos valorizadas. O escore total de estresse é determinado pela somatória dos valores fornecidos pelos atletas a cada uma das 31 questões do instrumento, sendo sua variação mínima e máxima de 31 a 155 pontos, respectivamente.

Para verificar as experiências esportivas, foi utilizado o *Youth Experience Survey for Sport (YES-S)*. O YES-S é uma adaptação realizada por MacDonald et al. (2012) para o contexto esportivo, de uma escala mais geral denominada de Youth Experience Survey 2.0 (YES 2.0), que avalia as experiências em diversos ambientes organizados. A validação transcultural para a língua portuguesa foi realizada por Rigoni, Nascimento Junior, Belem, Vieira, & MacDonald (2018) com jovens atletas brasileiros, que encontrou valores satisfatórios de validade fatorial, estabilidade temporal e consistência interna. A versão brasileira é composta por 22 itens distribuídos por 4 dimensões: habilidades pessoais e sociais, habilidades cognitivas, estabelecimento de metas/iniciativa e experiências negativas. Os itens são respondidos por meio de uma escala do tipo likert de 4 pontos num continuum de 1 (De jeito nenhum) a 4 (Definitivamente sim). A consistência interna do instrumento aplicado apresentou fidedignidade adequada (0,71).

Procedimentos de coleta de dados

O projeto está integrado ao projeto institucional aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal do Vale do São Francisco (Parecer n 1.648.086). Inicialmente foi realizado contato com a Secretaria de Educação da cidade de Petrolina-PE para solicitação da autorização para realização das coletas de dados com os estudantes-atletas do município. Anteriormente à aplicação do instrumento, foi assinado o Termo de Assentimento pelos atletas, e o TCLE pelos treinadores (responsáveis

legais pelos atletas na competição). Assim, após a devolução do TCLE devidamente assinado, o instrumento foi respondido pelos atletas 30 minutos antes do primeiro jogo de uma competição estudantil de Petrolina-PE.

Análise dos dados

Para analisar a distribuição de dados utilizou-se o teste de normalidade de *Kolmogorov-Smirnov*. Evidenciando a não normalidade dos dados, foi adotada a apresentação descritiva em mediana (Md) e intervalo interquartilício (Q1-Q3). Para a comparação da percepção do estresse pré-competitivo e da experiência esportiva dos adolescentes em função do sexo e faixa etária, foi efetuado o teste “U” de *Mann-Whitney*. Para verificar a correlação entre as variáveis utilizou-se o coeficiente de correlação de *Spearman*. Para todas análises de comparação e relação, adotou-se nível de significância de $p \leq 0,05$, com utilização do pacote estatístico *Statistical Package For The Social Sciences (SPSS) – IBM 22.0*, devidamente registrado.

Resultados

Ao comparar os sintomas de estresse pré-competitivo em função do sexo (Tabela 1), verificou-se diferença significativa nos seguintes sintomas: Fico preocupado com críticas das pessoas ($p = 0,006$), Fico preocupado com meus adversários ($p = 0,039$), Roo as unhas ($p = 0,023$), Fico aflito ($p = 0,004$), Fico impaciente ($p = 0,010$) e Escore total ($p = 0,029$). Ressalta-se que as meninas ficam mais preocupadas com as críticas e com os adversários, além de se sentirem mais aflitas, impacientes e roerem mais as unhas, sentindo mais os sintomas de estresse pré-competitivo em comparação aos meninos.

Tabela 1 – Comparação dos sintomas de estresse de jovens atletas em função do sexo.

SINTOMAS DE ESTRESSE	Meninos (n=37)		Meninas (n=40)		P
	Md	(Q1;Q3)	Md	(Q1;Q3)	
Meu coração bate mais rápido que o normal	2,00	(1,25;3,00)	3,00	(2,00;3,50)	0,155
Suo bastante	2,00	(1,25;4,00)	2,00	(1,00;3,00)	0,256
Fico agitado (a)	2,50	(2,00;4,00)	3,00	(2,00;5,00)	0,106
Fico preocupado (a) com críticas das pessoas	1,00	(1,00;2,00)	2,00	(1,00;3,50)	0,006*
Sinto muita vontade de fazer xixi	1,50	(1,00;2,75)	1,00	(1,00;2,50)	0,978
Fico preocupado (a) com meus adversários	2,00	(1,00;3,00)	3,00	(1,00;4,00)	0,039*
Bebo muita água	3,00	(2,00;5,00)	3,00	(2,00;4,00)	0,723
Roo (como) as unhas	1,00	(1,00;3,00)	2,00	(1,00;4,00)	0,023*
Fico empolgado (a)	3,00	(3,00;4,00)	4,00	(2,00;5,00)	0,904
Fico aflito (a)	2,00	(1,00;2,00)	3,00	(1,50;4,00)	0,004*
Tenho medo de competir mal	2,50	(1,00;3,75)	3,00	(1,00;4,00)	0,458
Demoro muito para dormir	2,00	(1,00;3,00)	2,00	(1,00;3,00)	0,931
Tenho dúvidas sobre minha capacidade de competir	2,00	(1,00;3,00)	2,00	(1,00;3,00)	0,688
Sonho com a competição	1,00	(1,00;3,00)	1,00	(1,00;2,00)	0,693
Fico nervoso (a)	3,00	(2,00;4,00)	3,00	(2,00;5,00)	0,122
Fico preocupado (a) com o resultado da competição	2,00	(1,00;3,75)	3,00	(1,00;4,00)	0,764
Minha boca fica seca	2,00	(1,00;3,00)	2,00	(1,00;3,00)	0,651
Sinto muito cansaço no fim do treino	3,00	(2,00;4,00)	3,00	(3,00;4,00)	0,273
A presença de meus pais na competição me preocupa	1,00	(1,00;2,00)	1,00	(1,00;2,00)	0,854
Falo muito sobre a competição	2,00	(1,00;3,00)	1,00	(1,00;3,00)	0,718
Tenho medo de perder	2,00	(1,00;3,00)	2,00	(1,00;4,00)	0,426
Fico impaciente	2,00	(1,00;2,75)	3,00	(1,50;4,00)	0,010*
Não penso em outra coisa a não ser na competição	1,00	(1,00;3,00)	1,00	(1,00;2,00)	0,187
Não vejo a hora de competir	2,50	(1,00;3,75)	2,00	(1,00;3,00)	0,327
Fico emocionado (a)	1,00	(1,00;3,00)	2,00	(1,00;3,00)	0,348
Fico ansioso (a)	3,00	(1,00;4,00)	3,00	(2,00;4,00)	0,827
No dia da competição acordo mais cedo do que o normal	2,00	(1,00;3,75)	1,00	(1,00;4,00)	0,701
Tenho medo de decepcionar as pessoas	2,00	(1,00;2,75)	3,00	(1,00;4,00)	0,060
Sinto-me mais responsável	3,00	(1,25;3,00)	3,00	(1,50;4,00)	0,173
Sinto que as pessoas exigem muito de mim	2,00	(1,00;3,00)	2,00	(1,00;3,50)	0,356
Tenho medo de cometer erros na competição	2,00	(1,00;4,00)	3,00	(1,00;4,00)	0,216
Escore total	69,00 (55,50;83,50)		86,00 (67,25;101,50)		0,029*

*Diferença significativa – $p < 0,05$.

Ao comparar os sintomas de estresse pré-competitivo em função da faixa etária, verificou-se diferença significativa entre os grupos apenas no sintoma “A presença de meus pais na competição me preocupa” ($p = 0,016$), evidenciando que os adolescentes de 13 a 15 anos [Md = 1,50 (Q1 = 1,00; Q3 = 3,00)] ficam mais preocupados com a presença dos pais na competição em detrimento aos adolescentes de 16 e 17 anos [Md = 1,00 (Q1 = 1,00; Q3 = 2,00)].

Em relação às experiências esportivas dos adolescentes (Tabela 2), foi encontrada diferença significativa nas Experiências Negativas ($p = 0,046$) em função da faixa etária, indicando que os adolescentes mais jovens (13 a 15 anos) vivenciam mais situações negativas durante a prática esportiva do que os adolescentes mais velhos (16 e 17 anos).

Tabela 2 – Comparação das experiências esportivas de jovens atletas em função do sexo e da faixa etária.

GRUPOS		Experiências esportivas			
		Habilidades pessoais e sociais	Habilidades cognitivas	Experiências de iniciativa	Experiências negativas
		Md (Q1;Q3)	Md (Q1;Q3)	Md (Q1;Q3)	Md (Q1;Q3)
Sexo	Meninos (n=37)	3,00 (2,33;3,67)	2,25 (2,00;3,00)	3,00 (2,50;3,50)	3,00 (2,50;3,50)
	Meninas (n=40)	3,33 (2,67;3,67)	2,50 (1,87;3,00)	3,00 (2,83;3,67)	3,00 (2,83;3,67)
		$p = 0,213$	$p = 0,514$	$p = 0,163$	$p = 0,400$
Faixa Etária	13 a 15 anos (n=44)	3,16 (2,33;3,67)	2,37 (1,75;3,00)	3,00 (2,50;3,67)	1,33 (1,11;1,97)
	15 e 16 anos (n=29)	3,33 (2,50;3,67)	2,50 (2,25;3,00)	3,17 (3,00;3,58)	1,11 (1,00;1,61)
		$p = 0,410$	$p = 0,325$	$p = 0,076$	$p = 0,046^*$

*Diferença significativa - $p < 0,05$.

Ao analisar a correlação em entre os sintomas de estresse e as experiências esportivas (Tabela 3), verificou-se as seguintes correlações significativas ($p < 0,05$): as Habilidades pessoais e sociais se correlacionaram negativamente com “Fico aflito” ($r = -0,26$) e positivamente com “Sonho com a competição” ($r = 0,28$). As Habilidades cognitivas demonstraram correlação positiva com os seguintes sintomas: Suo bastante ($r = 0,20$); Fico empolgado ($r = 0,21$); Tenho medo de competir mal ($r = 0,39$); Sonho com

a competição ($r=0,38$); Fico preocupado com o resultado da competição ($r=0,24$); Falo muito sobre a competição ($r=0,27$); Tenho medo de perder ($r=0,32$); Fico impaciente ($r=0,26$); Não penso em outra coisa a não ser a competição ($r=0,22$); Não vejo a hora de competir ($r=0,29$); Fico emocionado ($r=0,24$); No dia da competição acordo mais cedo do que o normal ($r=0,28$); Tenho medo de decepcionar as pessoas ($r=0,47$); Sinto-me mais responsável ($r=0,38$); Sinto que as pessoas exigem muito de mim ($r=0,22$) e Tenho medo de cometer erros na competição ($r=0,24$).

As experiências de iniciativa se correlacionaram positivamente com os sintomas: Fico agitado ($r=0,28$); Fico empolgado ($r=0,35$); Sonho com a competição ($r=0,31$); Fico preocupado com o resultado da competição ($r=0,21$); Falo muito sobre a competição ($r=0,24$); Tenho medo de perder ($r=0,19$); Fico impaciente ($r=0,22$); Não vejo a hora de competir ($r=0,31$); Fico ansioso ($r=0,23$); Sinto-me mais responsável ($r=0,35$) e Tenho medo de cometer erros na competição ($r=0,24$). E as Experiências negativas demonstraram correlação positiva com os seguintes sintomas de estresse: Sinto muita vontade de fazer xixi ($r=0,26$); Demoro muito para dormir ($r=0,23$); Sonho com a competição ($r=0,22$); Sinto muito cansaço no fim do treino ($r=0,22$); Falo muito sobre a competição ($r=0,20$) e Sinto que as pessoas exigem muito de mim ($r=0,31$).

Tabela 3 – Correlação entre os sintomas de estresse e as experiências esportivas de jovens atletas.

SINTOMAS DE ESTRESSE	Experiências esportivas			
	Habilidades pessoais e sociais	Habilidades cognitivas	Experiências de iniciativa	Experiências negativas
Meu coração bate mais rápido que o normal	-0,19	0,05	0,06	-0,01
Suo bastante	-0,01	0,20*	0,11	0,11
Fico agitado (a)	0,05	0,02	0,28*	0,04
Fico preocupado (a) com críticas das pessoas	-0,13	0,14	0,01	-0,07
Sinto muita vontade de fazer xixi	-0,02	0,14	0,08	0,26*
Fico preocupado (a) com meus adversários	0,04	0,17	0,16	-0,18
Bebo muita água	0,09	0,05	0,12	0,13
Roo (como) as unhas	-0,08	0,07	-0,05	-0,04
Fico empolgado (a)	0,12	0,21*	0,35*	0,06
Fico aflito (a)	-0,26*	0,04	-0,02	0,07
Tenho medo de competir mal	-0,07	0,39*	0,19	0,12
Demoro muito para dormir	0,05	0,18	0,19	0,23*
Tenho dúvidas sobre minha capacidade de competir	0,12	0,19	0,15	0,02
Sonho com a competição	0,28*	0,38*	0,31*	0,22*
Fico nervoso (a)	-0,10	0,11	0,16	-0,11
Fico preocupado (a) com o resultado da competição	-0,05	0,24*	0,21*	0,07
Minha boca fica seca	-0,03	0,13	0,08	0,04
Sinto muito cansaço no fim do treino	0,07	0,17	0,15	0,22*
A presença de meus pais na competição me preocupa	0,03	0,16	-0,11	0,21
Falo muito sobre a competição	0,14	0,27*	0,24*	0,20*
Tenho medo de perder	0,02	0,32*	0,19*	0,01
Fico impaciente	0,04	0,26*	0,22*	0,17
Não penso em outra coisa a não ser na competição	0,11	0,22*	0,08	0,18
Não vejo a hora de competir	0,12	0,29*	0,31*	0,08
Fico emocionado (a)	0,09	0,24*	0,18	0,19
Fico ansioso (a)	-0,09	0,13	0,23*	0,10
No dia da competição acordo mais cedo do que o normal	0,07	0,28*	0,18	0,18
Tenho medo de decepcionar as pessoas	0,15	0,47*	0,19	0,18
Sinto-me mais responsável	0,19	0,38*	0,35*	0,03
Sinto que as pessoas exigem muito de mim	-0,08	0,22*	0,10	0,31*
Tenho medo de cometer erros na competição	-0,10	0,24*	0,24*	0,05
Escore total	-0,09	0,04	-0,10	-0,10

*A correlação é significativa no nível 0,05.

DISCUSSÃO

A ascensão das pesquisas sobre a análise do desenvolvimento positivo de jovens ocasiona importantes parâmetros para o entendimento desse fenômeno, especialmente, pelos profissionais envolvidos na formação esportiva desses jovens. O presente estudo apresentou evidências de associação linear entre os sintomas de estresse pré-competitivo e experiências vivenciadas no esporte. Demonstrou também em geral, que meninas demonstram mais sintomas de estresse em relação aos meninos em momentos pré-competição. Em relação à faixa etária, adolescentes de menor idade têm maior preocupação diante da presença dos pais durante a competição, além de demonstrarem maior percepção de experiências negativas vivenciadas no esporte.

As habilidades cognitivas e as experiências de iniciativa apresentaram associação linear com sintomas de estresse relacionados ao medo (como o medo de cometer erros, de competir mal, de perder e de decepcionar as pessoas) e à ansiedade (como acordar mais cedo no dia, não ver a hora de competir, sonhar, pensar e falar muito na competição), indicando que quanto mais o adolescente percebe esses sintomas, maior o desenvolvimento de habilidades cognitivas. Tal resultado pode ser explicado pelo fato de um evento estressor não ser somente negativo, visto que também pode ser percebido como um desafio e auxiliar na criação de recursos de enfrentamento do estresse (Lazarus, 1993). Nesse sentido, o que irá definir a experiência como estressante é o abalo emocional causado pelo fator estressor e a forma como o indivíduo percebe a situação. Portanto, entende-se o desenvolvimento das habilidades cognitivas e de iniciativa ocorre através da adaptação aos eventos estressores.

As habilidades pessoais e sociais demonstraram relação inversamente proporcional com o sintoma “Fico aflito”, e diretamente proporcional com “Sonho com a competição”. Esse achado indica que quanto mais os atletas experimentam a aflição, menos desenvolvem habilidades para um melhor convívio e interação social, enquanto sonhar com a competição aumenta essa interação. Esse resultado pode estar relacionado ao fato do primeiro sintoma estar relacionado a um evento estressor negativo,

enquanto o segundo diz respeito à excitação, não necessariamente a um fator negativo. Como postulado por Selye (1985), o estresse positivo (eustresse) é um esforço saudável, gerando sensação de realização pessoal, enquanto o estresse negativo (distresse), a predominância é de emoções de ansiedade destrutiva, não trazendo satisfação ao indivíduo.

Outro importante resultado se refere à associação positiva entre as experiências negativas e os sintomas fisiológicos do estresse (tais como: muita vontade de fazer xixi, demorar para dormir, sentir muito cansaço ao fim do treino), evidenciando que quanto mais os adolescentes sentem tais sintomas, mais negativas são as experiências vivenciadas no esporte. Dessa forma, entende-se que os sintomas negativos do estresse podem afetar negativamente o desenvolvimento social na juventude (Rizzo & Souza, 2014), trazendo ao atleta uma má percepção da vivência esportiva.

Um achado peculiar refere-se à percepção negativa dos esportistas mais jovens quanto a presença dos pais e a maior vivência de experiências negativas em relação aos jovens mais velhos. De acordo com a teoria descrita por Lerner et al. (2017), todas as crianças tendem a se desenvolver positivamente por meio de relações mútuas e benéficas com o meio em que vive. Dessa forma, entende-se que os adolescentes mais jovens podem não cultivar boas relações no contexto esportivo. Em relação aos pais, uma hipótese é a frequente relação de conflitos entre os pares na fase inicial da puberdade, fazendo com que os adolescentes mais jovens percebam a presença dos pais como incômoda (Fleming, 2010).

As meninas apresentaram maior percepção de estresse quanto à preocupação com os adversários e com a crítica das pessoas, além da impaciência. Demonstrando resultados contrários aos de Caputo et al. (2017), onde não foram encontradas diferenças entre as diferentes idades e houve uma tendência de maiores sintomas de estresse nos meninos. No entanto, Goldstein, Jerram, Abbs, Whitfield-Gabrieli e Makris (2010) apresentaram que a mulher interpreta situações de estresse de forma singular e instintiva, levando a uma interpretação biossocial do fator externo. Tal argumento reforça a diferença sobre a interpretação do agente estressor entre homens e mulheres, sendo ainda necessário maior esclarecimento sobre o direcionamento do estresse entre homens e mulheres.

Apesar das contribuições originadas dos achados do presente estudo, algumas limitações devem ser apontadas. Uma das limitações do estudo refere-se ao não aprofundamento das questões de gênero, a não inclusão de esportes individuais e a não explanação dos diferentes níveis de experiência competitiva dos atletas, fator que talvez possa influenciar suas experiências esportivas pelo tempo de prática e nível de competições já disputadas. Outra limitação se refere à especificidade do ambiente da competição juvenil e a presença dos pais, os quais não foram analisados nesta pesquisa. Além disso, os dados foram coletados em apenas um momento, não sendo possível verificar as relações de causalidade em diferentes momentos. Por fim, a amostra da pesquisa pode ser considerada reduzida para a generalização dos resultados para a realidade dos adolescentes brasileiros. Dessa forma, sugere-se que novos estudos incluam novas variáveis e verifiquem a relação entre o estresse e experiências esportivas por meio de desenhos longitudinais, além do aprofundamento das questões de gênero, presença dos pais e a especificidade do ambiente da competição juvenil.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os sintomas de estresse pré-competitivo dos adolescentes se apresentaram mais evidentes nos atletas mais jovens e do sexo feminino. Tais sintomas demonstram relações positivas e negativas com as experiências esportivas. Esses achados poderão contribuir de forma positiva aos envolvidos no esporte de base, como forma de reflexão sobre as grandes exigências impostas aos atletas jovens praticantes de esportes competitivos. Uma vez que o aumento dessas exigências poderá aumentar os níveis de estresse competitivo, e consequentemente afetar de maneira negativa a performance, desencadeando um processo de negatização das vivências esportivas, relacionadas a um possível abandono da prática esportiva.

REFERÊNCIAS

- Bruner, M. W., Eys, M. A., Wilson, K. S., & Côté, J. (2014). Group cohesion and positive youth development in team sport athletes. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 3(4), 1-9.
- Caputo, E. L., Rombaldi, A. J., & da Silva, M. C. (2017). Sintomas de estresse pré-competitivo em atletas adolescentes de handebol. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, 39(1), 68-72.
- De Rose Junior, D. (2008). A competição como fonte de estresse no esporte. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, 10(4), 19-26.
- De Rose Junior, D. (2017). Lista de sintomas de “stress” pré-competitivo infanto-juvenil: elaboração e validação de um instrumento. *Revista Paulista de Educação Física*, 12(2), 126-133.
- Fleming, M. (2010). Entre o medo e o desejo de crescer: Psicologia da adolescência (2ª ed.). Porto: Edições Afrontamento.
- Goldstein, J. M., Jerram, M., Abbs, B., Whitfield-Gabrieli, S., & Makris, N. (2010). Sex differences in stress response circuitry activation dependent on female hormonal cycle. *Journal of Neuroscience*, 30(2), 431-438.
- Hirota, V. B., de Lima, D. A., Verardi, C. E. L., & De Marco, A. (2010). Avaliação do nível de estresse pré-competitivo em jovens atletas de categorias de base no futebol. *Coleção Pesquisa em Educação Física*, 9(06) 89-94.
- Jones, M. I., & Parker, J. K. (2013). What is the size of the relationship between global mental toughness and youth experiences?. *Personality and Individual Differences*, 54(4), 519-523.
- Lazarus, R. S. (1993). From psychological stress to the emotions: A history of changing outlooks. *Annual review of psychology*, 44 (1), 1-22.
- Lerner, R. M., Wang, J., Hershberg, R. M., Buckingham, M. H., Harris, E. M., Tirrell, J. M., Bowers, E. P., & Lerner, J. V. (2017). Positive Youth Development Among Minority Youth: A Relational Developmental Systems Model. In: Cabrera N., Leyendecker B. (eds) Handbook on Positive Development of Minority Children and Youth (pp. 5-17). Springer, Cham.

- Lipp, M. E. N., & Malagris, L. E. N. (2001). O stress emocional e seu tratamento. In B. Rangé (Ed.), *Psicoterapias cognitivo-comportamentais: Um diálogo com a psiquiatria* (pp. 475-490). Porto Alegre: Artmed.
- MacDonald, D. J., Côté, J., Eys, M., & Deakin, J. (2012). Psychometric properties of the youth experience survey with young athletes. *Psychology of Sport and Exercise, 13*(3), 332-340.
- Mesquita, R. M. D., & Todt, N. S. (2000). A Especialização Esportiva precoce e a maturação biológica: investigando a base do Olimpismo. *Revista Perfil, 4* (4), 83-87.
- Nascimento Junior, J. R. A., Balbim, G. M., & Vieira, L. F. (2014). Estresse psicológico pré-competitivo e voleibol: um estudo em função do gênero e das posições de jogo. *Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte, 13*(2), 93-105.
- Rice, S. M., Purcell, R., De Silva, S., Mawren, D., McGorry, P. D., & Parker, A. G. (2016). The mental health of elite athletes: a narrative systematic review. *Sports Medicine, 46*(9), 1333-1353.
- Rigoni, P. A. G., Nascimento Junior, J. R. A., Belem, I. C., Vieira, L. F., & MacDonald, D. J. (2018). Cross-cultural adaptation and psychometric properties of the Portuguese version of the youth experience survey for sport (P-YES-S). *Measurement in Physical Education and Exercise Science, 22*(4), 310-321.
- Rizzo, D. S. & Souza, W. C. (2014). Desenvolvimento Positivo dos Jovens (DPJ) através do Esporte: perspectivas em países da língua portuguesa. *Conexões, 12*(3), 106-120.
- Sarkar, M., & Fletcher, D. (2014). Psychological resilience in sport performers: a review of stressors and protective factors. *Journal of Sports Sciences, 32*(15), 1419-1434.
- Selye, H. (1985). The nature of stress. *Basal Facts, 7*(1), 3-11.
- Silva, A. M. B., Enumo, S. R. F., & de Moraes Afonso, R. (2016). Estresse em atletas adolescentes: Uma revisão sistemática. *Revista de Psicologia da IMED, 8*(1), 59-75.

- Silva, A. M. B., Enumo, S. R. F., de Moraes Afonso, R., Francisco Carvalho, L., de Araújo, M. F., Bittencourt, I. G., & Luz, T. S. R. (2017). Lista de Sintomas de Stress Pré-competitivo Infanto-juvenil: Adaptação para Bailarinos. *Revista iberoamericana de diagnóstico y evaluación psicológica*, 43(1), 59-70.
- Sullivan, P. J., LaForge-MacKenzie, K., & Marini, M. (2015). Confirmatory factor analysis of the youth experiences survey for sport (YES-S). *Open Journal of Statistics*, 5 (5), 421-429.
- Taylor, I. M., & Bruner, M. W. (2012). The social environment and developmental experiences in elite youth soccer. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(4), 390-396.
- Vella, S. A., Oades, L. G., & Crowe, T. P. (2013). A pilot test of transformational leadership training for sports coaches: Impact on the developmental experiences of adolescent athletes. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 8(3), 513-530.
- Vella, S. A., Oades, L. G., & Crowe, T. P. (2013). The relationship between coach leadership, the coach-athlete relationship, team success, and the positive developmental experiences of adolescent soccer players. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 18(5), 549-561.
- Weis, G. F., Possamai, C. L., & de Carvalho, V. (2011). Competições esportivas como fonte de estresse: análise das equipes infanto-juvenis do Projeto Cestinha em Santa Cruz do Sul/RS. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, 19(1), 58-65.