

ANSIEDADE PRÉ-COMPETITIVA E DESEMPENHO EM ATLETAS DE JUDÔ DE SANTA CATARINA

Mayara Espindola Machado**

Resumo: O esporte é um fenômeno sócio-cultural com diferentes formas de manifestação de acordo com o sentido e a modalidade da prática. Atualmente, afirma-se que é de suma importância controlar os níveis das emoções através da preparação psicológica, para que estas funcionem como aliadas ao desempenho esportivo. Estas alterações emocionais podem também se relacionar à ansiedade, condição psicológica possivelmente associada à queda de desempenho na maioria dos esportes. **Objetivo:** Analisar o nível de ansiedade em atletas de Judô em situações pré-competitivas e relacionar com desempenho. **Método:** A pesquisa realizada é do tipo aplicada e descritiva, e analisada de forma quantitativa. Participaram 30 atletas de judô de ambos os sexos, com idade entre 18 á 25 anos, inscritos na 1ª etapa do Campeonato Catarinense de Judô. Os instrumentos utilizados na pesquisa foram os testes psicométricos, SCAT e CSAI-2. O *scat* é utilizado para identificar o perfil de ansiedade-traço, e o *csai-2* é utilizado para classificar a ansiedade-estado. Os questionários foram aplicados individualmente em atletas inscritos em uma competição de judô. Foram realizadas análise dos dados através de estatística descritiva (média, desvio padrão e frequência absoluta), visando descrever os estados de ansiedade. Para comparação entre os atletas, observada a normalidade dos dados pelo teste de Shapiro-Wilk e aplicado o teste “t” the student para amostras independentes. Com nível de confiança de 95% de ($\alpha < 0.05$). **Resultados:** Observa-se que o nível de ansiedade dos participantes foi classificado no nível médio. Quando separados por gênero, a análise feita em ansiedade traço, ambos os sexos, apresentaram níveis classificados como médio, pontuação entre 18,8 a 22,2 nos homens, e 22,3 a 24,2 nas mulheres. Já na ansiedade-estado, ambos os sexos apresentaram níveis classificados como médio, pontuação entre 20 a 29,7 nos homens, e de 20,4 a 26,4 nas mulheres. Análise feita com os atletas no pódio, todos obtiveram uma pontuação correspondente ao nível classificado como médio, porem os atletas que conquistaram a 1º colocação, apresentaram níveis menos elevados quando comparados com os atletas que conquistaram a 2º e 3º colocação. **Conclusão:** Pode-se inferir que, os atletas participantes do presente estudo, no qual se classificaram em menos ansiosos, obtiveram um melhor desempenho quanto á colocação na competição, isso pode vim a ter uma relação com idade, gênero e níveis de confiança que poderá afetar de modo positivo ou negativo no rendimento dos atletas.

Palavra chave: Ansiedade. Judô. Desempenho.

*Artigo apresentado como trabalho de conclusão de curso de graduação da Universidade do Sul de Santa Catarina, como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em Educação Física. Orientadora: Prof. Elinai dos Santos Freitas Schutz, MSC. Palhoça, 2018. **Acadêmica Mayara Espindola Machado do curso de Educação Física da Universidade do Sul de Santa Catarina. Mayara.judo@hotmail.com

INTRODUÇÃO

É indiscutível o papel significativo que o esporte e o cenário competitivo tem em qualquer cultura ou sociedade em todo o mundo. É possível colocar em cena as emoções, os sentimentos, os esforços, o tempo e a energia, de uma forma que nenhuma outra atividade se aproxima. Entretanto, os diversos elementos que compõem o cenário esportivo podem tanto auxiliar quanto prejudicar o desempenho do atleta, chegando em alguns casos a provocar emoções não apenas positivas, mas negativas também (WEINBERG; GOULD, 2001).

Nesse cenário os atletas apresentam comportamentos como ansiedade, frustração, estresse, medo, auto-superação, realização, prazer, alegria e divertimento. Esses sentimentos aparecem entrelaçados e associados à prática esportiva (MACHADO, 1997; SAMULSKI, 2002). Os esportes de rendimento, especificamente quando são individuais, podem potencializar a ansiedade, devido às cobranças, principalmente no período competitivo. O indivíduo encontra-se envolvido num meio de pressões tanto do público, quanto do clube, treinador, família e principalmente o medo do fracasso. Com isso o indivíduo passa por uma fonte de estresse de enfrentamento da situação competitiva (SAMULSKI, 2002).

A ansiedade é uma resposta emocional típica ao estresse, que resulta de uma avaliação de ameaça. É caracterizada por sentimentos negativos e subjetivos, de preocupação e apreensão relativamente à possibilidade de dano físico ou psicológico, muitas vezes acompanhados de aumento da ativação ou agitação do corpo. Independentemente do nível do atleta e idade, a ansiedade é um dos fatores psicológicos mais frequentes no esporte competitivo (SAMULSKI, 2002; WEIMBERG; GOLD, 2001).

Assim escolhendo a modalidade de Judô, que tem sido reiteradamente citado como um dos esportes mais desenvolvidos, chegando no século passado no país, e hoje em dia é praticado por cerca de dois milhões de pessoas no Brasil. A qualidade técnica do judô, aqui apresentada, está entre as melhores do mundo, os títulos conquistados nas últimas competições internacionais demonstram isso. O judô teve seu crescimento lento, porém, constante em todo o mundo. O impulso decisivo ocorreu no ano de 1964, nas Olimpíadas de Tóquio quando foi incluído como esporte de demonstração, e em 1972 foi aceito como modalidade olímpica (KASSAB, 2013).

Nesse contexto, o judô, se insere como um esporte individual em que o resultado do combate depende somente de um indivíduo, conseqüentemente a cobrança é concentrada em uma só pessoa. Em muitos casos, os treinadores estão dando maior ênfase na intensidade do treinamento em busca da melhora do desempenho e, conseqüentemente, buscando mais títulos e medalhas. Dessa forma, o estabelecimento dessas metas, gera um aumento da cobrança, tanto do professor/técnico como dos próprios alunos/atletas, que muitas vezes por influência de fatores emocionais, tais como ansiedade, stress e medo do erro/derrota, não conseguem obter um desempenho satisfatório ou esperado nas competições (MARGIS et al., 2003).

Diante desse cenário, percebe-se que o esforço físico, o tempo de realização das lutas, a energia utilizada pelos atletas durante os treinamentos e nos momentos pré-competitivos, colocam em cena as emoções advindas da ansiedade competitiva, capazes de provocar comportamentos positivos e/ou negativos que podem influenciar no desempenho competitivo do atleta (WEINBERG; GOULD, 2001).

Atualmente o esporte é alvo de inúmeros estudos que tem como objetivo proporcionar aos técnicos e principalmente aos atletas melhor performance, assim compreender como funcionam os fatores internos e externos de um indivíduo no esporte (KISS, et al., 2004). Com isso, surge a necessidade de uma abordagem atual para um entendimento mais aprofundado dos aspectos que envolvem ansiedade e desempenho em judocas em períodos de competição.

Segundo Dias (2005), nos últimos 20 anos, a investigação pela ansiedade vem se tornando um dos principais motivos de preocupação e interesse por parte de pesquisadores no ramo da Psicologia do Esporte, tendo em vista, durante muitos anos, a ansiedade como um dos fatores psicológicos mais prejudiciais ao desempenho esportivo do atleta.

Tendo em vista que a ansiedade pode afetar o rendimento esportivo, faz se necessário investigar os sintomas e manifestações que podem interferir em atletas tanto na fase da adolescência, que corresponde a uma fase de mudanças significativas e relevantes acerca do seu futuro, quanto na fase adulta. (MACHADO, et al., 2016).

Além disso, o judô é uma modalidade de destaque dentro do cenário esportivo olímpico, rendendo ao Brasil um significativo número de medalhas nos

ultimos anos. Tal fator que exige maior responsabilidade dos atletas de um aumento do nível de excelência na busca do lugar mais alto do pódio (GRECO; VIANA, 1997).

Dessa forma, percebe-se que há uma possibilidade de gerar conhecimento para os atletas e treinadores ajudando na relação técnico-atleta tanto nos treinos, quanto nas competições, que são fatores extremamente importantes. O reconhecimento da ciência deve ser absorvido pelos atletas e treinadores, evoluindo assim suas preparações. É de suma importância que a ciência seja aplicada na prática, com objeção do aprimoramento teórico-prático, na qual por muitas vezes pode ser utilizada em ambientes de treinamento e em estratégias para uma melhor saúde tanto física, quanto mental do atleta.

O presente estudo tem como objetivo geral analisar o nível de ansiedade em atletas de Judô em situações pré-competitivas e relacionar com desempenho. Os objetivos específicos são: Identificar o nível de ansiedade-traço e ansiedade-estado em atletas de Judô, Relacionar/Classificar o nível de ansiedade traço e estado em atletas de judô em situação pré-competição, e comparar os estados de ansiedade-traço e ansiedade-estado entre atletas de Judô, Júnior e Sênior feminino e masculino em situação de pré-competição.

MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo caracteriza-se como transversal do tipo descritivo e aplicado, com abordagem quantitativa das informações coletadas.

Participaram do estudo 30 atletas de alto rendimento de judô do estado de Santa Catarina, sendo 16 do sexo masculino e 14 do sexo feminino, nas categorias Sub 21 e Sênior.

A seleção dos participantes foi do tipo não aleatória intencional, e o critério de inclusão foi, de modo que o atleta estivesse treinando, com no mínimo 3 anos de prática de judô, competindo há mais de 2 anos ativos e ter tido bons resultados nos últimos campeonatos. O projeto foi submetido ao Comitê de Ética da Universidade do Sul de Santa Catarina e aprovado, conforme o nº do Parecer Consubstanciado: 3.151.116.

Inicialmente foi feito contato os dirigentes da Federação Catarinense de Judô de Santa Catarina, no qual foi esclarecido os objetivos do estudo e assinado o Termo de Ciência e Concordância entre as Instituições.

Os instrumentos utilizados para a coleta de dados, foram os questionários SCAT (*Sport Competition Anxiety Test*) e o CSAI-2 (*Competitive State Anxiety Inventory*).

O SCAT, desenvolvido por Martens (1977), traduzido e adaptado no Brasil por De Rose Júnior (1985), é um inventário de ansiedade-traço competitivo projetado para medir uma predisposição dos indivíduos. O questionário é composto por quinze questões, que avalia a ansiedade competitiva nos atletas, com isso está relacionado as possíveis sensações e sintomas que frequentemente sentem antes de competir. Para a avaliação dos itens, utiliza a seguinte categoria de escalas: “A” raramente “B” às vezes e “C” frequentemente. A elas são atribuídos, 1, 2 e 3 pontos para (A, B e C respectivamente), com exceção das afirmativas 6 e 11, em que essa atribuição é feita de forma invertida. O escore total do teste varia de 10 a 30 pontos e para a classificação será utilizado o estudo de Teixeira (1992), que estabelece que: de 10 a 12 pontos: baixa ansiedade traço- competitiva; De 13 a 16 pontos: média baixa ansiedade traço- competitiva; De 17 a 23 pontos: média ansiedade traço- competitiva; De 24 a 27 pontos: média alta ansiedade traço - competitiva; De 28 a 30 pontos: alta ansiedade traço-competitiva.

O *Competitive State Anxiety Inventory* (CSAI-2), desenvolvido por Martens, Vealey e Burton (1990), tem como objetivo medir a ansiedade-estado nos atletas em período pré-competitivo, ou seja, quanto o atleta se sente ansioso momentos, horas e minutos antecedentes à competição. A versão traduzida e adaptada para o Português do Brasil (Coelho, Vasconcelos-Raposo, & Mahl, 2010) do CSAI-2 (Martens et al., 1990), é um instrumento constituído por 27 itens, agrupados em três fatores, da seguinte forma: os itens 1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22 e 25 pertencem ao fator de ansiedade cognitiva; 2, 5, 8, 11, 14 (item invertido), 17, 20, 23 e 26 à ansiedade somática; e, 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24 e 27 à autoconfiança. As afirmações são respondidas de acordo com uma escala do tipo Likert de quatro pontos (1= absolutamente não 2= um pouco 3=moderado 4= muitíssimo). A classificação é feita em scores, que estabelece que: de 9-18 pontos: baixa ansiedade estado – competitiva; De 19-27 pontos: média ansiedade estado – competitiva; De 28-36 pontos: alta ansiedade estado – competitiva.

A coleta foi feita no período da manhã, assim que os atletas se posicionaram para área de aquecimento, tratou-se de repassar as instruções de preenchimento dos questionários, e em seguida foi entregue o Termo de

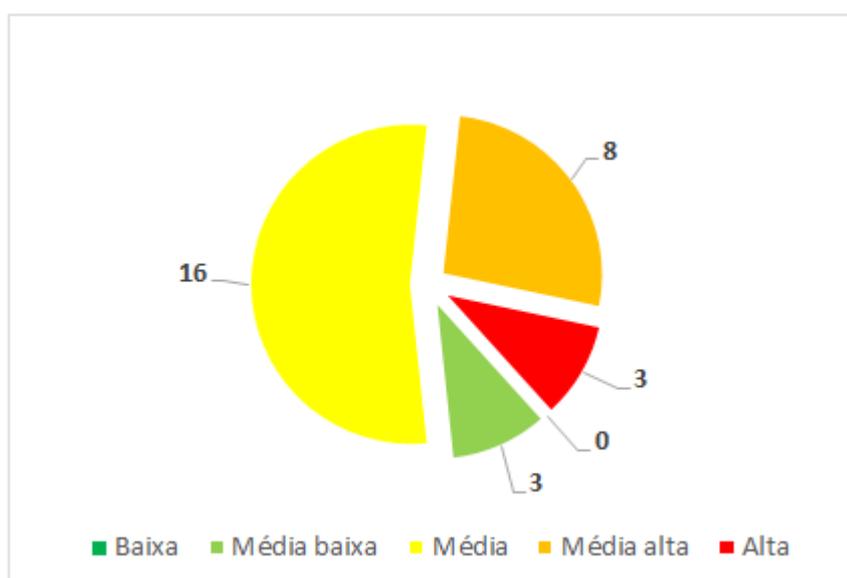
Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e os questionários SCAT e CSAI-2. Os mesmos foram explicados detalhadamente a cada participante.

Os dados foram coletados, organizados e armazenados em uma planilha eletrônica, e apresentados em formas de tabelas e gráficos. Foram realizadas análise dos dados através de estatística descritiva (média, desvio padrão e frequência absoluta), visando descrever os estados de ansiedade. Para comparação entre os atletas, observada a normalidade dos dados pelo teste de Shapiro-Wilk e aplicado o teste “*t*” *the student* para amostras independentes. Com nível de confiança de 95% de ($\alpha < 0.05$).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

De modo a verificar o nível de ansiedade-traço e ansiedade-estado dos atletas de alto rendimento de Judô em situações pré-competitiva, apresenta-se na figura 1 a classificação dos níveis de ansiedade-traço de todos os participantes.

Figura 1: Níveis de ansiedade-traço em atletas de judô.



Fonte: Elaboração do autor, 2019.

De acordo com a figura 1, verifica-se que a grande maioria dos atletas de judô, apresentaram níveis de ansiedade que variam de média (16 sujeitos) a média alta (8 sujeitos) e apenas uma minoria apresentou alta ansiedade-traço pre-

competitiva (3 sujeitos). De acordo com Lawther (1974), acredita-se que o grau de ansiedade é relativamente variável, podendo aumentar ou diminuir numa competição de acordo com a exigência da tarefa a que o indivíduo está sujeito. Lembrando que a ansiedade-traço pré-competitiva indica uma característica estável e leva a predição do desempenho, mostrando a maneira como o atleta tende a reagir ao detectar ameaças a sua integridade seja ela, física, psíquica ou social (ROSE JUNIOR; VASCONCELLOS, 1997).

Os resultados corroboram com o estudo de Fernandes, Anacleto e Souza (2015), no que diz respeito aos atletas da modalidade individual (taekwondo), e coletiva (vôlei) no qual 60% apresentou nível médio e 20% obtiveram o resultado como nível alto. Classificando-se entre nível de ansiedade médio, sendo 60% e 80% respectivamente.

Outro estudo, realizado com atletas participantes da Copa Anápolis de Judô (GO) com faixa etária de 15 a 26 anos, no qual 78,94% dos atletas encontrava-se com sua ansiedade-traço competitiva entre média e média-alta (SILVA et al, 2004).

Os resultados da comparação da ansiedade-traço no momento pré-competitivo podem ser justificados pela própria definição da "ansiedade-traço", considerada uma característica estável e fundamental da personalidade humana. (COSTA; BORUCHOVITCH, 2004).

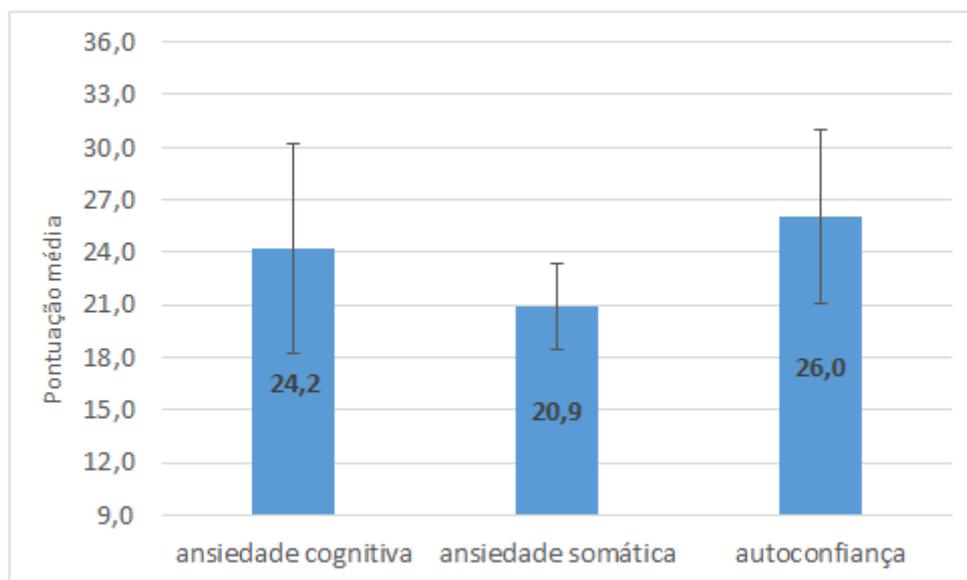
Na figura 2 estão apresentados os níveis de ansiedade-estado (ansiedade cognitiva, ansiedade somática e autoconfiança) dos atletas participantes do presente estudo.

De acordo com Samulski (2002), a ansiedade-estado, é um sentimento subjetivo, percebido conscientemente como inadequado, acompanhado por um aumento da ativação no sistema nervoso autônomo, ou seja, uma condição temporária emocional do organismo humano. Frequentemente o atleta, em situações cruciais, tem afetadas às duas áreas. Alguns sentem os efeitos mais na área cognitiva, como pensamentos negativos em relação aos resultados, enquanto outros percebem maiores reações na somática, evidentes no corpo como pulso acelerado, suor e tremor (BECKER, 2000).

Morais Junior et al., (2016) também mencionam que a ansiedade varia de acordo com o nível da competição, caracterizada pelo aumento da apreensão,

tensão, preocupação, apresentando reações psicológicas como nervosismo, gerando medo excessivo.

Figura 2: Níveis de ansiedade cognitiva, ansiedade somática e autoconfiança.



Fonte: Elaboração do autor, 2019.

Na figura 2, a ansiedade-estado foi classificada em ansiedade cognitiva que apresentou uma escala de (24,2), já na ansiedade somática apontou (20,9), e na autoconfiança em (26,0), conforme os resultados, a maioria dos atletas apresentou média ansiedade-estado, porém, é possível perceber que a autoconfiança dos atletas se sobressaiu em relação a ansiedade cognitiva e a ansiedade somática. Estes resultados podem ter influência com o tempo de prática de cada atleta, idade, resultados anteriores positivos e nível de competição, porém, as diferenças não foram estatisticamente significativas.

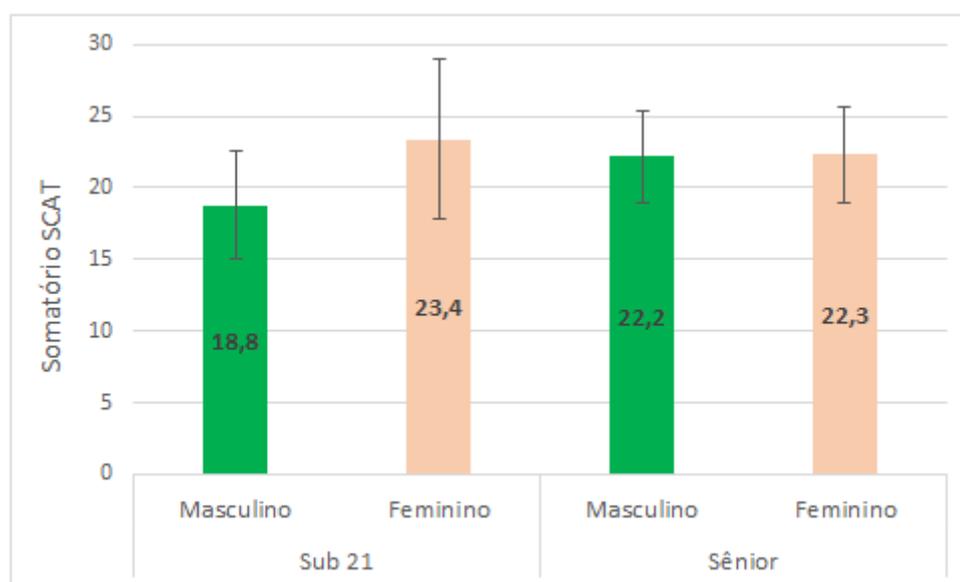
Muchuane (2001) procurou distinguir os níveis de ansiedade pré-competitiva dos atletas praticantes de atletismo e natação. No geral, 76 atletas foram averiguados, dentre esses, o fator autoconfiança destacou-se em média de (26,1), semelhante ao presente estudo, também sendo classificado como nível de média ansiedade.

Machado et.al (2016) observaram, que a ansiedade-estado geralmente apresenta-se em maiores níveis no período pré-competitivo, podendo diminuir no decorrer da mesma e também tendo hipóteses de aumentar ao término do

campeonato. Em atletas jovens, essas reações podem ser influenciadas por diferentes fatores, como a idade, experiência competitiva ou insegurança ao decorrer de sua carreira, além do nível da competição, que se intensifica em momentos decisivos, como a final de um campeonato.

Na figura 3, estão apresentados os dados de ansiedade-traço competitiva dos atletas divididos em categorias (sub 21 e sênior), feminino e masculino.

Figura 3: SCAT por categoria e sexo dos atletas de judô.



Fonte: Elaboração do autor, 2019

De acordo com a figura 3, foram divididos os atletas em duas categorias, sub 21 (14 atletas) e sênior (16 atletas), total de 30 atletas que apresentaram níveis de ansiedade-traço variando de $\pm 18,8$ a $\pm 23,4$, classificados em ansiedade-traço média.

Assim, quando separada por gênero, as mulheres apresentam uma tendência maior relacionada ao nível de ansiedade-traço, sendo classificada como média, a média alta. Já os homens possuem uma pequena diferença comparado a idade, no qual os homens da categoria sênior apresentaram níveis de ansiedade-traço maior em (22,2) comparado ao sub 21, que se classificou em média de (18,8), sendo classificados no geral, em ansiedade-traço média. Porém não foram

considerados diferenças significativas, tanto nos grupos dos homens quanto no grupo das mulheres ($p = 0,204$) entre os grupos.

Posto que os resultados apresentados não coincidem com os estudos anteriores (De Rose Júnior & Vasconcellos, 1997; Detanico & Santos, 2005), que apontam que os atletas mais jovens e, certamente, com menos vivências e experiência no cenário competitivo, estariam mais vulneráveis a demonstrar ansiedade no contexto esportivo do que os atletas mais velhos mais experientes e com estratégias de enfrentamento mais elaboradas quanto a situações ansiosas no esporte.

Mesmo que os resultados do presente estudo, não estejam de acordo com que a literatura geralmente traz, existem algumas hipóteses dos atletas mais velhos apresentarem maior ansiedade do que os atletas mais novos, sendo elas, no qual o sênior geralmente depende de bolsa-atleta (financeiro), são mais velhos e nem sempre estão nas suas melhores condições físicas e já passaram por situações de frustrações competitivas, e com isso, a ansiedade e a pressão psicológica podem ser mais afetadas do que os atletas mais jovens, que não dependem do financeiro e muitas vezes não passaram por situações de stress e frustrações competitivas.

Outro estudo verificou a ansiedade-traço competitiva relacionada ao gênero, faixa etária, experiência em competições e características de modalidade esportiva (individual e coletiva), foram avaliados 105 atletas jovens com idades variando de 11 a 20 anos e a maioria do sexo masculino. Os resultados apontaram que as mulheres apresentaram maior ansiedade-traço competitiva do que os homens, não relatando diferença significativa para as demais variáveis estudadas (GONÇALVES; BELO, 2007). Na literatura, estudos indicam que as mulheres tendem a responsabilizar-se com maior intensidade do que os homens às situações desportivas competitivas, ocasionando maiores índices de ansiedade no sexo feminino por ser mais sensíveis. (LAWTHER, 1978).

Apresenta-se na tabela 2, a classificação dos atletas de ansiedade-traço competitiva de acordo com a categoria e sexo.

Tabela 2: Classificação SCAT por categoria e sexo.

Ansiedade	Sub 21		Sênior	
	Masculino	Feminino	Masculino	Feminino
Baixa	0	0	0	0
Média baixa	2	1	0	0
Média	3	3	5	5
Média alta	1	2	4	1
Alta	0	2	0	1

Fonte: Elaboração do autor, 2019.

Na tabela 2 acima, compara-se a ansiedade-traço nos homens e nas mulheres das categorias sub 21 e sênior, as mulheres como mencionado anteriormente apresentam maior tendência de ansiedade-traço competitiva, classificada em média (8 atletas), média alta (3 atletas) e alta (3 atletas). Já os homens a grande maioria apresentaram, de média (8 atletas) a média alta (5 atletas), e uma minoria média baixa (3 atletas), e não foram verificadas ansiedade alta entre os homens.

No momento em que a ansiedade-traço competitiva é analisada separadamente por gênero, segundo Gonçalves e Belo (2007) os resultados condizem com o que a literatura geralmente traz, indicando que as mulheres tendem apresentar maior nível de ansiedade competitiva do que os homens. Pode-se considerar a cultura na qual existe uma exigência maior em atletas mulheres do que em homens, quando se trata de esporte competitivo. Alguns autores como Rose e Vasconcellos (1997), afirmam que esse fato pode estar relacionado com o predomínio das competições estarem maior parte voltada para atletas do sexo masculino, diante disso as mulheres tendem a se cobrar mais, o que é capaz explicar os índices mais elevados de ansiedade competitiva.

Na tabela 3 apresenta-se a classificação dos atletas de ansiedade-estado competitiva de acordo com a categoria e sexo.

Tabela 3: Classificação CSAI-2 por categoria e sexo.

Categoria	Sexo	n	Ansiedade cognitiva	Ansiedade somática	Autoconfiança
-----------	------	---	---------------------	--------------------	---------------

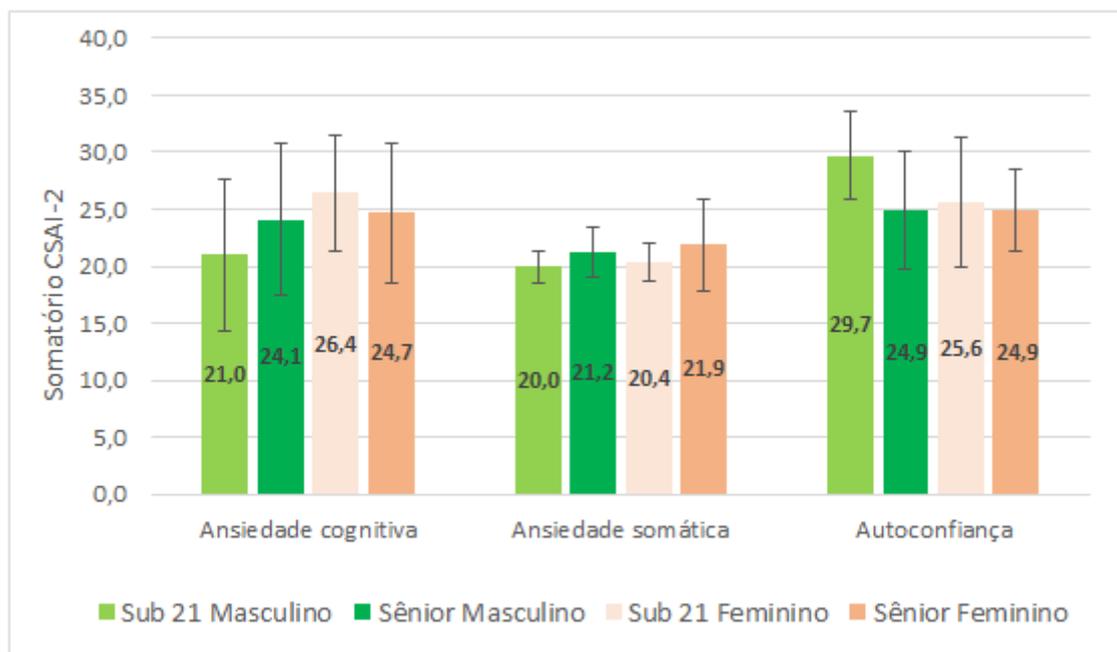
Sub 21	Masculino	6	21,0 ± 6,6	20,0 ± 1,4	29,7 ± 3,9
	Feminino	8	26,4 ± 6,6	20,4 ± 2,2	25,6 ± 5,2
Sênior	Masculino	9	24,1 ± 5,0	21,2 ± 1,7	24,9 ± 5,7
	Feminino	7	24,7 ± 6,1	21,9 ± 4,0	24,9 ± 3,6

Onde: **Média** ± desvio padrão.

Fonte: Elaboração do autor, 2019.

Na figura 4, é possível verificar a classificação dos atletas em porcentagem de ansiedade-estado, que está dividida em (ansiedade cognitiva, ansiedade somática e autoconfiança) das categorias sub 21 e sênior, feminino e masculino.

Figura 4: Classificação CSAI-2 por categoria e sexo.



Fonte: Elaboração do autor, 2019

De acordo com a tabela 3, verifica-se que os atletas possuem níveis mais elevados de ansiedade cognitiva em média de (21,0 a 26,4) do que a somática em (20,0 a 21,9). E a maioria dos atletas foram classificados com autoconfiança mais elevada, do que propriamente a ansiedade cognitiva e somática. Essa autoconfiança superior, pode ser considerada, por idade de prática, nível de competição e pelos possíveis resultados dos campeonatos anteriores, tenham sido resultados positivos,

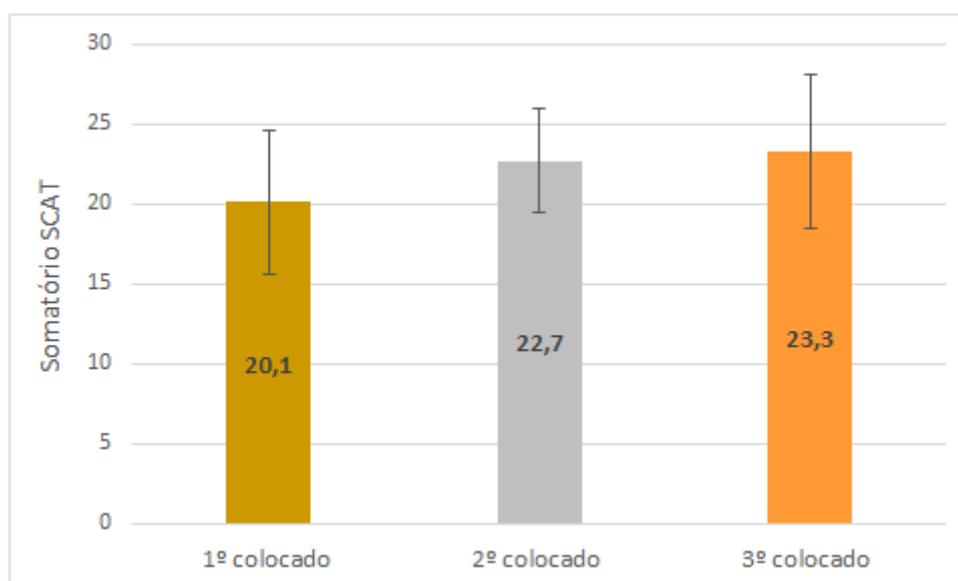
pelo próprio critério de inclusão da pesquisa.

À medida que for detalhado o resultado em relação às dimensões do instrumento, nota-se que os atletas do sexo masculino demonstraram níveis mais elevados de autoconfiança do que as atletas femininas. Posto que, enquanto Thuot, Kavouras e Kenefick (1998) certificam que atletas do sexo feminino têm, em geral, menor autoconfiança do que atletas do sexo masculino, o presente estudo não encontrou diferença significativa entre os gêneros para essa variável. É possível que atletas do sexo feminino tenham uma responsividade maior em relação ao estímulo externo, o que interferiria em seus níveis de autoconfiança.

Considerando as características dos pensamentos negativos e medo de atingir os objetivos, a ansiedade cognitiva, sendo ela a mais elevada no presente estudo, pode causar reações como medo, desinteresse, apatia e apreensão a medida que esta classe de ansiedade for elevada, é capaz de produzir efeitos negativos no contexto esportivo, como uma diminuição da concentração e da agilidade psicomotora fina (BOCCHINI, 2008).

Na figura 5, foi comparado o resultado da ansiedade-traço com a colocação dos atletas no cenário competitivo, em função de categoria e sexo.

Figura 5: SCAT por colocação.



Fonte: Elaboração do autor, 2019

Na figura 5 é possível verificar que os 1º colocados possuem um menor nível de ansiedade-traço (20,1) comparada com os atletas que ficaram em 3º lugar

no pódio (23,3). Fazendo uma analogia com esse resultado é possível observar que os atletas do 1º lugar e 3º lugar possuem pequena diferença de ansiedade-traço competitiva, porém, pode ser um fato que é capaz ou não, de influenciar nos resultados de uma competição, aquele que possui um psicológico mais confiante e menos ansioso, apresentam maiores possibilidades de conquistarem melhores resultados no cenário competitivo. No entanto conforme os resultados, existe uma tendência, mas não foram verificadas diferenças significativas ($p = 0,201$) entre os grupos.

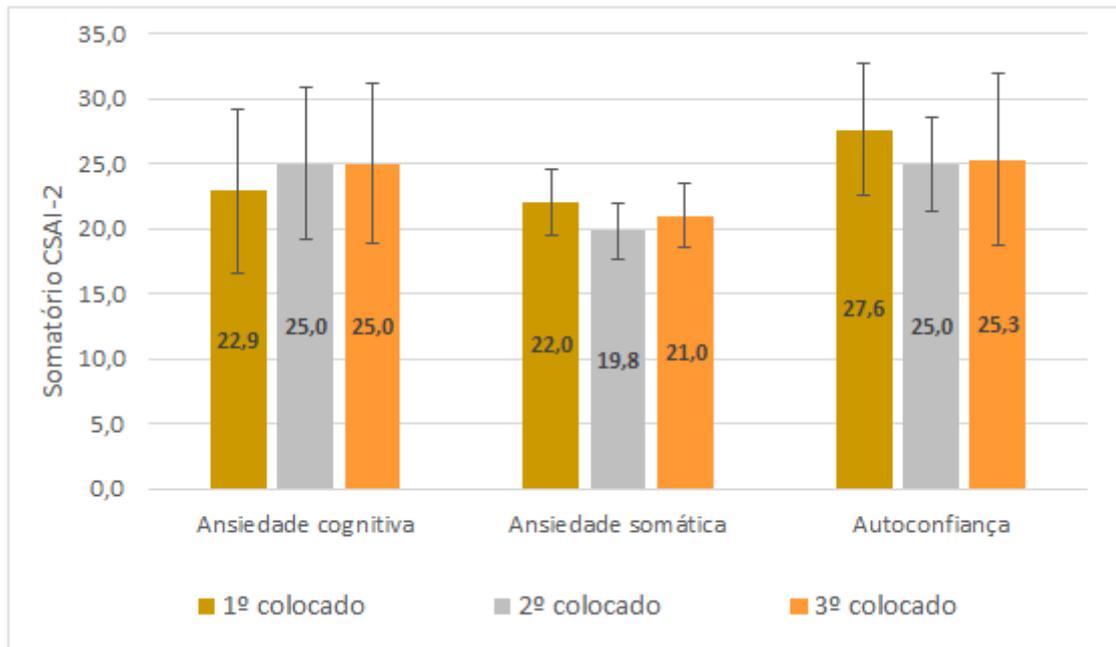
De qualquer forma, a maneira de contribuição da ansiedade para o desempenho dependerá de como o indivíduo interpreta a realidade, podendo esta ser facilitadora ou prejudicial. (HUMARA, 1999).

No estudo de Tineli, et al. (2011) no qual foram investigados 99 atletas judocas participantes do Troféu Santa Catarina Sênior de Judô. Os atletas que se classificaram em 1º lugar, apresentaram média ansiedade, e obtiveram o menor nível de ansiedade das demais classificados entre o 2º e 3º lugar, semelhantes ao presente estudo.

Detanico e Santos (2005) não encontraram associações quanto à classificação obtida na competição e o grau de ansiedade-traço pré-competitiva. Segundo Santos (2004), ao concluir que estão prestes a alcançar os objetivos propostos, os atletas se acomodam psicologicamente em termos adequados, isto é, criam uma segurança e confiança, o que permite que enfrentem as disputas finais com completas condições. A necessidade de amadurecimento dos atletas é a qualidade psicológica que leva o atleta a suportar situações de desconforto, contusão e de um ambiente oposto durante o desempenho, que são imprescindíveis para as competições de altos níveis.

A figura 6, mostra a média geral dos atletas que foram para o pódio. Fazendo uma breve comparação entre as pontuações do teste CSAI-2, o que classifica o nível de ansiedade-estado dos atletas.

Figura 6: Resultados CSAI-2 por colocação.



Fonte: Elaboração do autor, 2019

Conforme a figura 6, verifica-se que na maioria dos atletas de judô foram classificados com ansiedade média, tanto nos homens quanto nas mulheres. Em classificação, a ansiedade cognitiva ficando em maior visibilidade do que a somática, e autoconfiança do 1º colocado, se sobressaindo em relação ao 3º colocado. Porém, no presente estudo, não foram encontradas diferenças significativas.

Observa-se que o 1º colocado não apresentou diferenças significativas entre o 2º e 3º colocado, porém, apresentou uma autoconfiança mais elevada (27,6) comparado aos outros, isso se dá por alguns fatores internos e externos, estar bem treinado, em boas condições físicas, apoio da família e experiências anteriores de sucesso, tudo isso aumenta a autoconfiança do atleta durante o período competitivo, tornando-os mais aptos a buscar melhores resultados. Porém, no presente estudo parece haver uma tendência, mas não diferenças significativas entre os grupos para a ansiedade cognitiva ($p = 0,726$), para ansiedade somática ($p = 0,119$) e também autoconfiança ($p = 0,384$).

Apesar de não ter encontrado os resultados esperados entre as variáveis estudadas, pode-se dizer que os participantes deste estudo indicaram níveis mais elevados de ansiedade-estado, do que ansiedade-traço competitiva, demonstrando

que, sendo a maior parte na área cognitiva, como pensamentos negativos, caracterizada pelo aumento da apreensão, tensão, preocupação e apresentando reações psicológicas como nervosismo, em relação aos resultados. Geralmente, a ansiedade faz parte do cotidiano dos atletas catarinenses, mas a mesma se manifesta em maior ou menor grau, dependendo de inúmeros fatores, principalmente quanto ao gênero dos participantes.

Conforme Weinberg e Gould (2001), a autoconfiança pode ser entendida como a crença do indivíduo quanto à sua própria capacidade de realizar com sucesso um comportamento desejado. Na medida que é ampliada em níveis ideais pelo atleta, a autoconfiança contribui no desempenho esportivo, intensificando as emoções positivas, aumentando a concentração, estipulando metas mais desafiadoras, elevando o esforço e ampliando estratégias competitivas efetivas (MACHADO, 2006). De acordo com Martens (1990) níveis muito baixos de autoconfiança não são interessantes aos competidores, pois, podem refletir negativamente no desempenho do atleta por gerar emoções como incertezas e dúvidas da própria capacidade, sendo assim, os atletas com bons níveis de autoconfiança tendem a obter mais sucesso em seus objetivos.

Entretanto, no caso de muito elevada, a autoconfiança pode ser prejudicial ao desempenho esportivo, no qual o atleta apenas acredita no seu potencial psicológico para realizar uma tarefa planejada e não possui características necessárias como a condição física, nível técnico e tático. (O'BRIEN et al., 2005).

Em um estudo, com atletas de natação, se avaliou os níveis de ansiedade pré-competitiva de atletas em competições estaduais e regionais e verificaram que todos os participantes apresentaram um bom nível de autoconfiança independentemente do nível da competição. Além do mais, as mulheres apresentaram uma tendência para serem mais ansiosas que os homens (BARBACENA; GRISI, 2008).

É importante ressaltar os achados que apontam, que os atletas que se esforçam para a perfeição e regulam as reações negativas para a imperfeição, tendem a sofrer menos ansiedade e mais autoconfiança até mesmo durante as competições, tendo melhores desempenhos (STOEBER et al., 2007).

Por consequência, compreende-se que a ativação do organismo e a ansiedade vivenciada pelo atleta não necessariamente têm efeito negativo sobre o seu rendimento, como os resultados do presente estudo, que apesar de

classificados em ansiedade de média, a média alta, conquistaram bom desempenho no cenário competitivo. Contudo, depende de como ele compreende essas mudanças, sendo elas facilitadoras ou não, dentro de uma margem ideal e individual de ativação fisiológica, e de apreensão quanto ao desempenho. Á vista disso, o desempenho final se liga à percepção da situação ansiogênica momentânea.

CONCLUSÃO

Diante dos resultados encontrados, é possível compreender que os jovens atletas estão sempre vulneráveis a fatores emocionais advindos da ansiedade, sendo eles positivos, tais como entusiasmo, tranquilidade ambiental e equilíbrio emocional, seguidamente de negativos, assim sendo, frustração, ameaça, tristeza, e cuja realização ou resultado não depende apenas do próprio indivíduo, mas sim de outros aspectos, tais como, físicos, técnicos ou psicológicos.

Portanto, analisando a classificação dos níveis de ansiedade competitiva nos atletas, sendo elas classificadas entre baixa, média e média alta, pode-se concluir que a ansiedade média e a média alta, se sobressaíram. No entanto, não houve diferenças estatisticamente significativas.

A partir da análise dos dados obtidos pelo presente estudo, a grande maioria dos atletas de judô apresentaram média ansiedade, a ponto que, divididas em ansiedade-traço na média de (21,6) e ansiedade-estado em (23,7). Assim, quando separado por gênero, percebe-se que o sexo feminino apresenta maior tendência de ansiedade (traço e estado), comparado ao sexo masculino. Esse fato pode ocorrer devido a percepção de autoconfiança que influencia a conduta do atleta, que se percebe capaz ou incapaz de executar as tarefas necessárias para sua prática esportiva. Os atletas do sexo masculino tendem a se autoavaliar a respeito de suas capacidades de maneira mais positiva em relação às mulheres atletas.

Contudo, os resultados encontrados, mostram que os atletas mais novos (sub 21), apresentaram menor ansiedade comparada aos atletas mais velhos (sênior). Posto que os resultados apresentados não coincidem com o que literatura geralmente traz, no qual os atletas mais jovens, em geral, são mais ansiosos que os mais velhos. Entretanto, pode-se considerar os aspectos como; melhor condicionamento físico, mais tempo livre, menor responsabilidade, apoio dos pais,

torcida e outras variáveis que podem ser influenciadas no resultado.

A ansiedade faz parte do cotidiano de diversas pessoas e, em diferentes momentos de suas vidas, e os atletas deparam-se com ela a todo instante. A diferença e o modo no qual cada um interpreta, sendo elas negativas ou positivas, assim, sabendo usá-las ao seu favor no cenário competitivo.

Em síntese, não ficou claro até que ponto a manifestação da ansiedade pré-competitiva poderia interferir no desempenho competitivo dos atletas pesquisados. No entanto, entre ansiedade somática, cognitiva e autoconfiança, percebe-se que a autoconfiança dos atletas se sobressai em ambos os sexos, e categorias. Desta forma, os níveis de ansiedade-traço e ansiedade-estado pré-competitiva apresentados pelos atletas medalhistas, não influenciaram diretamente a colocação obtida na Copa SC, pelos mesmos. À medida que, os resultados dos testes, estatisticamente não apresentaram diferenças significativas, pode-se sugerir que devido ao número da amostra ter sido pequena, de apenas 30 atletas.

Sendo assim, sugere-se que novas pesquisas sejam realizadas, pois, percebe-se uma necessidade de mais estudos e informações referente ao assunto, tanto nos esportes individuais, como nos coletivos, trazendo em questão a parte psicológica dos atletas. Assim, a partir deste conhecimento torna-se possível buscar resultados mais satisfatórios, como utilizar técnicas de controle da ansiedade e de tensão que deveriam fazer parte da preparação de qualquer atleta que tenha por interesse elevar seus níveis de desempenho.

REFERÊNCIAS

BARBACENA, M. M.; GRISI, R. N. D. F. Nível de ansiedade pré-competitiva em atletas de natação. Conexões: **Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP**, Campinas, SP, v. 6, n. 1, p. 31-39, 2008.

BECKER Jr. B. **Manual de psicologia do esporte e exercício**. Porto Alegre, RS: Nova Prova. 2000.

BOCCHINI, D; MORIMOTO, L; et al. Análise dos tipos de ansiedade entre jogadores titulares e reservas de futsal. **Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP**, Campinas, v. 6, ed. especial, p. 522-532, jul. 2008.

BRANDÃO, M. R. F.; MACHADO, A. A. Teoria e aplicação. Coleção **Psicologia do esporte e do exercício**. Vol. I. São Paulo: Atheneu, 2007.

COSTA, Elis Regina da; BORUCHOVITCH, Evely. Compreendendo relações entre estratégias de aprendizagem e a ansiedade de alunos do ensino fundamental de Campinas. **Psicol. Reflex. Crit.**, Porto Alegre, v. 17, n. 1, p. 15-24, 2004. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-79722004000100004&lng=en&nrm=iso>.accesson 26 Apr. 2019. <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-79722004000100004>.

CRUZ, J.F.A. Stress, ansiedade e competências psicológicas nos atletas de elite e de alta competição: um estudo da sua relação e impacto no rendimento e sucesso desportivo. **Psicologia: teoria, investigação e prática**, v. 1, 1996.

DETANICO, D.; SANTOS, S. Giovana dos. Variáveis influenciando e sendo influenciadas pela ansiedade-traço pré-competitiva: um estudo com judocas. **Revista Digital**, Buenos Áries, ano. 10, n. 99. nov. 2005.

DE ROSE JUNIOR, D. **Influência do grau de ansiedade-traço no aproveitamento de lances-livres**. São Paulo, 1985. 59p.

DE ROSE JUNIOR, D.; DESCHAMPS, S.R.; KORSAKAS, P. Situações causadoras de stress no basquetebol de alto rendimento: fatores competitivos. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, v.13, n.2, p.217-29, 1999.

DIAS, C.S. L. **DO STRESS E ANSIEDADE ÀS EMOÇÕES NO DESPORTO: DA IMPORTÂNCIA DA SUA COMPREENSÃO À NECESSIDADE DA SUA GESTÃO**. 2005. 587 f. Tese (Doutorado) - Curso de Psicologia, Universidade do Minho, Braga, 2005. Disponível em: <http://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/4878/1/primeiraspags1.pdf>. acesso em: 20 set. 2018.

FERNANDES, L. H. O.; ANACLETO, G. M.C.; SOUZA, A. A. F.; **O medo e a ansiedade no esporte em modalidade coletiva e individual**. 2015. 4 f. Monografia (Graduação em Psicologia) – Universidade Mogi das Cruzes, Mogi das Cruzes, 2015.

GONÇALVES, Marina Pereira; BELO, Raquel Pereira. Ansiedade-traço competitiva: diferenças quanto ao gênero, faixa etária, experiência em competições e modalidades esportiva em jovens atletas. **Revista Psicologia USF**, Itatiba: Universidade Federal do Rio Grande e Universidade Federal da Paraíba, v. 12, n. 2, 2007.

GRECO, P. J.; VIANA, J.M. Os princípios do treinamento técnico aplicados ao judô e a inter-relação com as fases do treinamento. **Journal of Physical Education**, v. 8, n. 1, 1997. Disponível em: <http://www.periodicos.uem.br/ojs/index.php/RevEducFis/article/view/3926>. Acesso em: 10 out. 2018.

GROSSBARD, J. R.; CUMMING, S. P.; STANDAGE, M.; SMITH, R. E.; SMOLL, F. L. Social desirability and relations between goal orientations and competitive trait anxiety in young athletes. **Psychology of Sport and Exercise**, v. 8, p.

491–505, 2007. <http://dx.doi.org/10.1016/j.psychsport.2006.07.009> .

HUMARA, M. The Relationship Between Anxiety and Performance A Cognitive-Behavioral Perspective. **Athletic Insight**: online Journal of Psychology, Amsterdam, v. 1, p. 427-457, 1999.

KISS, M.A.P.D.M. et al. **DESEMPENHO E TALENTO ESPORTIVOS**. São Paulo: Rev. Paul. Educ. Fís, v. 18, 2004. Disponível em: <file:///C:/Users/Lenovo/Desktop/TALENTO%20ESPORTIVO.pdf>. Acesso em: 02 set. 2018.

MACHADO, T. A. et al. Ansiedade estado pré-competitiva em atletas de voleibol infanto-juvenis. **Rev. bras. educ. fis. esporte**, São Paulo , v. 30, n. 4, p. 1061-1067, Dec. 2016 . Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1807-55092016000401061&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 03 Oct. 2018. <http://dx.doi.org/10.1590/1807-55092016000401061>.

MACHADO, A. **Psicologia do Esporte temas emergentes I**: Ápice Editora: Jundiaí SP, 1997.

MACHADO, A.A. **Psicologia do esporte: da educação física escolar ao treinamento esportivo**. São Paulo: Guanabara Koogan, 2006.

MARGIS, R. et al. Relação entre estressores, estresse e ansiedade. **Rev. psiquiatr. Rio Gd. Sul**, Porto Alegre , v. 25, supl. 1, p. 65-74, Apr. 2003. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-81082003000400008&lng=en&nrm=iso>. access on 20 Oct. 2018. <http://dx.doi.org/10.1590/S0101-81082003000400008>.

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

MORAIS JUNIOR, G. S. et al. Influência da rápida redução da massa corporal sobre o nível de ansiedade pré-competitiva de judocas adolescentes de alto rendimento. **Arquivos de Ciências do Esporte**, Sergipe, p.7-9, 3 mar. 2016. Disponível em: <http://seer.uftm.edu.br/revistaeletronica/index.php/aces/article/viewFile/366/1989>

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

MUCHUANE, D.V. **Estudo da ansiedade pré-competitiva em atletas Moçambicanos de natação e atletismo**. Maputo, 2001. 96 p. Dissertação (Mestrado em Ciência do Desporto) Universidade do Porto, 2001.

NUNES, Alexandre Velly; RUBIO, Kátia. As origens do judô brasileiro: a árvore genealógica dos medalhistas olímpicos. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 26, n. 4, p. 667-678, 2012.

O'BRIEN, I.; HANTON, S.; MELLALIEU, S.D. Intensity and direction of competitive anxiety as a function of goal attainment expectation and competition goal generation. **Journal of Science and Medicine in Sport**. v.8, n.4, p.423-432, 2005.

ROSE JUNIOR, D. D.; VASCONCELLOS, E. G. Ansiedade-traço competitiva e atletismo: um estudo com atletas infanto-juvenis. **Revista Paulista de Educação Física**, v. 11, n. 2, p. 148-154, 1997. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rpef/article/view/138565/133971>. Acesso em: 24 set. 2018.

SAMULSKI, D. **Psicologia do esporte: teoria e aplicação prática**. Belo Horizonte: Imprensa UFMG, 1995.

SAMULSKI, D. M. **Psicologia do esporte: manual para educação física, psicologia e fisioterapia**. São Paulo: Manole, 2002.

SANTOS, M. S. **Interferência do estado emocional no desempenho competitivo de lutadores de judô**. Taubaté. Anais... Taubaté: UNITAU, 2004.

SANTOS, S.G.D. Judô: onde está o caminho suave?. **Rev. bras. cineantropom. desempenho hum**, 2006.

SILVA, I. O. et al. **Estudo da ansiedade-traço competitiva em atletas de judô de ambos os gêneros, durante a copa Anápolis de judô**. Anápolis-GO: UNI-evangélica. Centro Universitário de Anápolis-Goiás. LAFE Laboratório Avaliação Física da Evangélica, p. 01-06, 2004.

STOEBER, J.; OTTO, K.; PESCHECK, E.; BECKER, C.; STOLL, O. Perfectionism and competitive anxiety in athletes: Differentiating striving for perfection and negative reactions to imperfection. **Personality and Individual Differences**, 6ed., v.42, p.959 – 969, 2007.

TINELLI, D. et al. **Ansiedade-traço pré-competitiva: um estudo com atletas de judô**. Unoesc & Ciência – ACBS, Joaçaba, v. 2, n. 2, p. 107-116, jul./dez. 2011. Disponível em: https://portalperiodicos.unoesc.edu.br/acbs/article/view/1133/pdf_196 Acesso em: 15 maio. 2019.

TORRES, C.M. **Fatores de risco para transtornos de ansiedade na epilepsia do lobo temporal**. 2010. Disponível em: <<https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/26137/000757143.pdf?sequence=1>> Acesso em: 14 set. 2018.

WEINBERG, R.S.; GOULD, D. **Foundation of Sport and Exercise Psychology**. Human Kinetics. 1999.

WEINBERG, R.S.; GOULD, D. **Fundamentos da Psicologia do Esporte e do Exercício**. 2º Ed. Porto Alegre: Artmed. 2001.

WEINBERG, R.S.; GOULD, D. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. Artmed editora. 2018.

ANEXO A – SCAT**QUESTIONARIO - SCAT****Nome:** _____**Sexo:** Fem () Masc () **Idade:** _____**Quanto Tempo você pratica a modalidade:** _____**Sua Graduação:** () Amarela () Laranja () Verde () Roxa () Marrom () Preta

Assinale a resposta que corresponde como você se sente durante um campeonato.

R: Raramente - AV: Às vezes - F: Frequentemente

	R	AV	F
1 – Competir contra outras pessoas é agradável	1	2	3
1 – Antes de competir sinto-me maldisposto	1	2	3
3 – Antes de competir preocupo-me se não vou conseguir fazer tudo bem	1	2	3
4 – Em competição sou um bom esportista	1	2	3
5 – Quando estou em competição sinto-me preocupado com os erros que posso cometer	1	2	3
6 – Antes de competir sinto-me calmo	1	2	3
7 – Definir um objetivo é importante em competição	1	2	3
8 – Antes de uma competição fico com uma impressão esquisita no estomago	1	2	3
9 – Mesmo antes de uma competição sinto meu coração bater mais depressa do que o de costume	1	2	3
10- Eu gosto de competir em desportos que exigem muito esforço físico	1	2	3
11- Antes de competir sinto-me descontraído	1	2	3
12- Antes de competir sinto-me nervoso	1	2	
13- Os desportos de equipe são mais excitantes do que os desportos individuais	1	2	3
14- Eu fico nervoso enquanto estou à espera para começar a competir	1	2	3
15- Antes de competir normalmente sinto-me tenso	1	2	3

Sport Competition Anxiety Test (SCAT)**Total dos Pontos** _____

ANEXO B – CSAI-2

QUESTIONARIO - CSAI-2

Nome: _____

Sexo: Fem () Masc () Idade: _____

Quanto Tempo você pratica a modalidade: _____

Graduação: ()Amarela ()Laranja ()Verde ()Roxa ()Marrom ()Preta

Abaixo estão algumas afirmativas sobre como as pessoas se sentem quando competem. Leia cada umas delas e decida se **ABSOLUTAMENTE NÃO; UM POUCO; BASTANTE; MUITÍSSIMO** sente-se desta forma quando vai competir. Se você escolheu **ABSOLUTAMENTE NÃO** assinale **1**; **UM POUCO** assinale **2**; **BASTANTE** assinale **3**; **MUITÍSSIMO** assinale **4**. Não há respostas certas ou erradas. Não perca muito tempo. Escolha a palavra que melhor descreve como você se sente quando compete e circule o número correspondente.

		Absolutament e não	Um pouco	Moderado	Muitíssimo
01	Eu me preocupo bastante com a competição	1	2	3	4
02	Eu me sinto nervoso	1	2	3	4
03	Eu me sinto à vontade	1	2	3	4
04	Eu tenho dúvida sobre mim mesmo	1	2	3	4
05	Eu me sinto tenso	1	2	3	4
06	Eu me sinto confortável	1	2	3	4
07	Eu estou preocupado em não desempenhar tão bem quanto posso	1	2	3	4
08	Meu corpo está tenso	1	2	3	4
09	Eu estou confiante em mim mesmo	1	2	3	4
10	Eu me preocupo em perder	1	2	3	4
11	Sinto tensão em meu estomago	1	2	3	4
12	Eu me sinto seguro	1	2	3	4
13	Eu me preocupo com a derrota	1	2	3	4
14	Meu corpo está relaxado	1	2	3	4
15	Eu estou confiante que posso enfrentar desafios	1	2	3	4
16	Eu me preocupo em desempenhar pobremente (pouco)	1	2	3	4
17	Meu coração está acelerado	1	2	3	4

18	Eu estou confiante sobre desempenhar bem	1	2	3	4
19	Eu estou preocupado em alcançar meu objetivo	1	2	3	4
20	Eu sinto enjoos no estomago	1	2	3	4
21	Eu me sinto mentalmente relaxado	1	2	3	4
22	Eu estou preocupado que outros ficarão desapontados com meu desempenho	1	2	3	4
23	Minhas mãos estão frias e úmidas	1	2	3	4
24	Eu estou confiante porque eu mentalmente me visualizo alcançando meu objetivo	1	2	3	4
25	Eu estou preocupado que não poderei me concentrar	1	2	3	4
26	Meu corpo está contraído	1	2	3	4
27	Eu estou confiante em atuar sob pressão	1	2	3	4

Competitive State Anxiety Inventory (CSAI-2)

Total dos Pontos _____

ANEXO C - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)



UNIVERSIDADE DO SUL DE SANTA CATARINA

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidado(a) como voluntário(a) a participar da pesquisa: **Ansiedade pré-competitiva em atletas de alto rendimento de judô de Santa Catarina** e que tem como objetivo analisar o nível de ansiedade em atletas de alto rendimento de Judô em situações pré-competitivas e relacionar com desempenho. Acreditamos que seja importante levantar dados que apontem os níveis de ansiedade dos atletas antes da competição, podendo evitar que os níveis de ansiedade possam ser um fator de interferência negativa no desempenho dos atletas durante a competição.

Participação do estudo – A minha participação no referido estudo será de responder dois questionários que objetiva traçar o perfil de ansiedade traço e ansiedade estado dos 30 competidores. Para isso será aplicado o teste psicométrico Sport Competition Anxiety Test (SCAT) constituído por 15 questões que apontam o comportamento emocional do atleta antes da competição como sintomas e sensações antes das provas e para avaliar o nível de ansiedade estado pré-competitivo dos competidores e será aplicado o teste Competition State Anxiety Inventory (CSAI-2) questionário constituído por 27 perguntas dentre elas avaliam fatores de ansiedade cognitiva e ansiedade somática à autoconfiança. O tempo necessário será em torno de 10 minutos para responder os dois questionários e poderei responder em em um local calmo e tranquilo, da minha preferência, no local, antes de iniciar minha competição.

Riscos e Benefícios – A pesquisa prevê riscos mínimos por envolver o preenchimento de questionários. Qualquer participante que não se sinta confortável ou se sinta constrangido pelo não entendimento de qualquer questão, poderá se retirar do estudo a qualquer momento sem nenhum prejuízo. Os resultados da pesquisa poderão auxiliar treinadores e atletas a entender melhor os aspectos que envolvam os níveis de ansiedade pré-competitiva, podendo levar o atleta a um melhor desempenho nas competições.

Sigilo e Privacidade – Estou ciente de que a minha privacidade será respeitada, ou seja, meu nome ou qualquer dado ou elemento que possa, de qualquer forma, me identificar será mantido em sigilo. Os pesquisadores se responsabilizam pela guarda e confidencialidade dos dados, bem como a não exposição dos dados da pesquisa.

Autonomia – É assegurada a assistência durante toda a pesquisa, antes, durante e após. Serão fornecidas todas as informações necessárias do estudo ou caso haja qualquer dúvida em relação as perguntas do questionário, qualquer

questionamento será esclarecido pelo pesquisados. Declaro que fui informado de que posso me recusar a participar do estudo, retirar meu consentimento ou sair da pesquisa a qualquer momento, sem precisar justificar, além disso fui informado de que não sofrerei qualquer prejuízo.

Ressarcimento e Indenização – No entanto, sua participação é voluntária e sem custos para participar, bem como não haverá ressarcimento para participação, explicitamos que o pesquisador estará presente no local da coleta de dados, então não haverá gastos para os participantes.

Devolutiva dos resultados – Um relatório individual com seus resultados será encaminhados para o seu e-mail após finalizada a análise dos dados.

Comitê de Ética – O Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos (CEP) é composto por um grupo de pessoas que estão trabalhando para garantir seus direitos como participante sejam respeitados, sempre se pautando da Resolução 466/12 do CNS. Ele tem a obrigação de avaliar se a pesquisa foi planejada e se está sendo executada de forma ética. Caso você achar que a pesquisa não está sendo realizada da forma como você imaginou ou que está sendo prejudicado de alguma forma, você pode entrar em contato com o Comitê de Ética da UNISUL pelo telefone 21 (48) 3279-1036 entre segunda e sexta-feira das 9 às 17horas ou pelo e-mail cep.contato@unisul.br.

Declaração – Declaro que li e entendi todas as informações presentes neste Termo e tive a oportunidade de discutir as informações do mesmo. Todas as minhas perguntas foram respondidas e estou satisfeito com as respostas. Entendo que receberei uma via assinada e datada deste documento e que outra via será arquivada por 5 anos pelo pesquisador. Enfim, tendo sido orientado quanto ao teor de todo o aqui mencionado e compreendido a natureza e o objetivo do já referido estudo, eu manifesto meu livre consentimento em participar, estando totalmente ciente de que não há nenhum valor econômico, a receber ou pagar, por minha participação.

Eu, _____, portador(a) do documento de identidade _____ concordo em participar desse estudo como sujeito. Fui informado do tema e objetivos do presente estudo, e assim como a maneira como ela será feita e os benefícios e os possíveis riscos decorrentes de minha participação. Recebi a garantia de que posso retirar meu consentimento a qualquer momento, sem que isto me traga qualquer prejuízo.

Palhoça, ___ de março, 2019.

Assinatura do participante

Assinatura do(a) pesquisador

Prof.º Msc. Elinai dos Santos Freitas Schutz

Pesquisador Responsável: Profº Msc. Elinai dos Santos Freitas Schutz

Telefone para contato: (48) 98422-3895

E-mail para contato: elinai.freitas@unisul.br

Pesquisador: Mayara Espindola Machado.

Telefone para contato: (48) 99915-8949

E-mail para contato: mayara.judo@hotmail.com

ANEXO D – PARECER SUBSTANCIADO



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Ansiedade pré-competitiva em atletas de alto rendimento de judô de Santa Catarina.

Pesquisador: Elinai dos Santos Freitas Schutz

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 06432918.7.0000.5369

Instituição Proponente: FUNDAÇÃO UNIVERSIDADE DO SUL DE SANTA CATARINA-UNISUL

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 3.151.116

Apresentação do Projeto:

Projeto do Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Graduação de Educação Física da Universidade do Sul de Santa Catarina. Tem como objetivo analisar o nível de ansiedade em atletas de alto rendimento de Judô em situações pré-competitivas e relacionar com desempenho. A pesquisa caracteriza-se como sendo do tipo aplicada e descritiva, e será analisada de forma quantitativa. Os participantes desse estudo serão constituídos por 30 atletas de alto rendimento de judô de ambos os sexos, com idade entre 18 a 25 anos. Dessa forma, os instrumentos que serão utilizados na pesquisa serão testes psicométricos, SCAT e CSAI-2. O scat é utilizado para identificar a ansiedade-traço em condições précompetitivas, contendo 15 questões e classificadas em scores: variando de 10 a 12 baixa ansiedade, e acima de 28 pontos alta ansiedade. Já o csai-2 é utilizado para classificar a ansiedade-estado pré-competitiva, onde a classificação da ansiedade é dividida em 3 escalas: ansiedade cognitiva, ansiedade somática, e um componente relacionado a autoconfiança. As pontuações variam de 9 a 36 pontos, considerando 9- ansiedade baixa, e 36 – ansiedade alta. A coleta de dados será feita em uma competição de nível estadual. O local da aplicação do questionário será a área de aquecimento, em que os atletas serão abordados de forma individualizada. Para analisar e descrever os dados obtidos, será utilizada a estatística descritiva, através de médias e frequências, valores mínimos e máximos.

Endereço: Avenida Pedra Branca, 25

Bairro: Cid. Universitária Pedra Branca

CEP: 88.137-270

UF: SC

Município: PALHOÇA

Telefone: (48)3279-1036

Fax: (48)3279-1094

E-mail: cep.contato@unisul.br

Continuação do Parecer: 3.151.116

Objetivo da Pesquisa:

Analisar o nível de ansiedade em atletas de alto rendimento de Judô em situações pré-competitivas e relacionar com desempenho.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Os benefícios do estudo superam os possíveis riscos em que os participantes estão submetidos, como abaixo descrevem os autores: a pesquisa prevê riscos mínimos por envolver o preenchimento de questionários. Qualquer participante que não se sinta confortável ou se sinta constrangido pelo não entendimento de qualquer questão, poderá se retirar do estudo a qualquer momento sem nenhum prejuízo. Como benefícios, os resultados da pesquisa poderão auxiliar treinadores e atletas a entender melhor os aspectos que envolvam os níveis de ansiedade précompetitiva, podendo levar o atleta a um melhor desempenho nas competições.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

O presente protocolo de pesquisa apresentado encontra-se em conformidade com a Resolução nº 466/12 e/ou 510/16 do Conselho Nacional de Saúde.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

O presente protocolo de pesquisa apresentado encontra-se em conformidade com a Resolução nº 466/12 e/ou 510/16 do Conselho Nacional de Saúde.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Não foram identificadas pendências éticas no protocolo de pesquisa apresentado.

Considerações Finais a critério do CEP:

Protocolo de pesquisa em consonância com a Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde.

Endereço: Avenida Pedra branca, 25

Bairro: Cid. Universitaria Pedra Branca

CEP: 88.137-270

UF: SC

Município: Palhoça

Telefone: (48)3279-1036

Fax : (48)3279-1094

Email: cep.contato@unisul.br

ESTE PARECER FOI ELABORADO BASEADO NOS DOCUMENTOS ABAIXO RELACIONADOS:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1252990.pdf	28/01/2019 10:20:33		Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	termo.pdf	27/01/2019 18:36:52	MAYARA ESPINDOLA MACHADO	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	tcle.docx	14/12/2018 14:02:34	MAYARA ESPINDOLA MACHADO	Aceito
Folha de Rosto	folha.pdf	14/12/2018 14:00:01	MAYARA ESPINDOLA MACHADO	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	projeto.pdf	14/12/2018 13:22:11	MAYARA ESPINDOLA MACHADO	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

PALHOCA, 18 de Fevereiro de 2019

Assinado por:

Josiane Somariva Prophiro (Coordenador(a))

Endereço: Avenida Pedra branca, 25

Bairro: Cid. Universitaria Pedra Branca

CEP: 88.137-270

UF: SC

Município: Palhoça

Telefone: (48)3279-1036

Fax : (48)3279-1094

Email: cep.contato@unisul.br