



PsychTech & Health Journal
ISSN: 2184-1004
psychtech.jm@gmail.com
PSYCHTECH-PUB
Portugal

Tembe, V.; Dezanove, C.; Saveca, P.; Machoi, H.; Pacheco, F.
Ansiedade pré-competitivas em basquetebolistas da selecção nacional de sub-16
PsychTech & Health Journal, vol. 3, núm. 2, 2020
PSYCHTECH-PUB
Portugal

- ▶ [Número completo](#)
- ▶ [Mais informações do artigo](#)
- ▶ [Site da revista em redalyc.org](#)



Ansiedade pré-competitivas em basquetebolistas da selecção nacional de sub-16

Pre-competitive in basketballs of national undee-16 selection

V. Tembe, C. Dezanove, P. Saveca, H. Machoi, F. Pacheco

ARTIGO ORIGINAL | ORIGINAL TITLE

RESUMO

A ansiedade é uma resposta fisiológica ao momento vivenciado que seja doloroso, pois ambos possuem conexão, a dificuldade vivenciada e a ansiedade de superá-lo. O estudo teve como objetivo analisar as características de factores de ansiedade pré – competitiva nos jogos da selecção nacional de Moçambique Sub-16. A amostra foi constituída por 12 atletas, com idades compreendidas entre os 14 - 16 anos de idade dos quais 4 com 16 anos e 8 com 14 anos. O instrumento utilizado foi a “Lista de Sintomas de Stress e Pré-competitiva (LSSPC) desenvolvida por Chagas (1995). Os resultados evidenciaram níveis moderados de ansiedade pré-competitiva nos seis jogos disputados com soma média de 56,92; os seis jogos disputados, as basquetebolistas apresentaram, respectivamente, a valorização da ansiedade somática com valores seguintes: 59,16; 53,34; 59; 61,5; 56,17 e 55,4. As atletas valorizaram, relativamente, a ansiedade somática nos seis jogos com os valores seguintes: 3,71; 3,09; 3,82; 4,12; 3,58 e 3,69. As atletas da selecção de basquetebol participantes no Campeonato Africano de Basquetebol sub-16 em 2017 foram dominadas pela ansiedade moderada com predominância do factor somático.

Palavras-chave: basquetebol, adolescentes, ansiedade

ABSTRACT

Anxiety is a physiological response to the experience that is painful, because both have connection, the difficulty experienced and the anxiety to overcome it. The study aimed to analyze the characteristics of pre - competitive anxiety factors in the games of the national team of Mozambique U16. The sample consisted of 12 athletes, aged 14 - 16 years of which 4 aged 16 and 8 aged 14 years. The instrument used was the “List of Stress and Pre-Competitive Symptoms (LSSPC) developed by Chagas (1995). The results showed moderate levels of precompetitive anxiety in the six games played with an average sum of 56.92; In the six games played, the basketball players presented, respectively, the valorization of the somatic anxiety with the following values: 59.16; 53.34; 59; 61.5; 56.17 and 55.4. The athletes valued somatic anxiety relatively in the six games with the following values: 3.71; 3.09; 3.82; 4.12; 3.58 and 3.69. Basketball players participating in the 2017 African Under-16 Basketball Championship were dominated by moderate anxiety with predominance of somatic factor.

Keywords: basketball, adolescents, anxiety

Submitted: 05.28.2020 | Accepted: 07.24.2020

Vicente A. Tembe, Carlos Dezanove, Hermenegildo Machoi. Universidade Pedagógica, Faculdade de Educação Física e Desporto, Maputo, Moçambique.

Paulo T. Saveca, Fernando Pacheco. Universidade Eduardo Mondlane, Maputo, Moçambique.

Endereço para correspondência: Vicente A. Tembe, Universidade Pedagógica de Maputo - Faculdade de Educação Física e Desporto, Av. Eduardo Mondlane 955, CP. 2107- Maputo-Moçambique.

e-mail: vicenteatembe@gmail.com

A prática do basquetebol no contexto das seleções nacionais para além de ser um momento de glorificação, é desde há muito tempo considerada um factor de exaltação de uma determinada comunidade ou país. Relegados que são os aspectos de benefícios físicos, psicológicos e sociais na prática de desporto de alta competição.

As seleções nacionais fazem parte da preocupação duma dada sociedade o que faz com os seus integrantes estejam expostos a pressões com a necessidade de demonstrar resultados que provoque a alegria comum. Este facto requer que se controle os níveis da ansiedade no geral e da ansiedade pré-competitiva em especial. Aliás, os desejos dos adultos tendem, por vezes a suplantar os níveis de exigência dos próprios executantes provocando níveis de ansiedade imprevisto.

Realmente o que deveria ser prazeroso, como jogar na seleção nacional de basquetebol, também tornou-se um compromisso, uma obrigação de resultado, da qual depende a auto-estima, e na qual o objecto de interesse principal é o produto final: o rendimento. A espontaneidade e a criatividade das brincadeiras cederam seu lugar a actividades dirigidas, cópias fiéis do modelo adulto de ganhar, em que o resultado final é mais importante que todo o desenrolar da actividade meramente educativa e recreativa.

Os jogos entre as seleções nacionais tornaram-se sinónimo para glorificação e engrandece os vencedores como representantes sociais. Existindo a tendência de cobrança de resultados aos jovens seleccionados o que requer o controlo do ambiente pré-competitivo onde podemos encontrar a ansiedade em forma cognitiva, somática e autoconfiança que é referenciada por Martens et al. (1990), Machado (2006) e da seguinte forma:

a) Ansiedade Cognitiva consiste em pensamentos negativos e preocupações sobre a performance, incapacidade para se concentrar e atenção disruptiva;

b) Ansiedade Somática é uma percepção das manifestações físicas da ativação, caracteriza da por sensações físicas e

c) A autoconfiança é uma crença geral do indivíduo, que pode realizar com sucesso uma determinada ação e atividade.

No geral a ansiedade é conceituada como um estado emocional que surge em resposta à maneira como a pessoa avalia ou interpreta uma situação, seja em momentos de perigo real ou imaginário, desencadeando sintomas como frio no estômago, opressão no peito, palpitações, transpiração excessiva, dor de cabeça e/ou falta de ar (Araújo et al., 2007; Gama et al., 2008; Román & Savoia, 2003).

Dependendo de sua circunstância ou intensidade, a ansiedade pode ser útil ou tornar-se patológica, prejudicando o funcionamento psíquico/somático do indivíduo. Em níveis normais, trata-se de um fenómeno fisiológico responsável pela adaptação do organismo em situações de perigo. Entretanto, quando a ansiedade é excedente, ao invés de contribuir, desencadeia a falência da capacidade adaptativa (Benute et al., 2009).

A ansiedade interfere nos comportamentos e motivos para os indivíduos para praticarem desporto. Podendo também desempenhar um papel fundamental na determinação dos resultados como onde e com quem as pessoas se exercitam como é o caso de um jogo de basquetebol (Spink, 1992).

Nos estudos de ansiedade pré-competitivo, um contributo assinalável foi feito por Martens em 1977, ao sugerir o *Sport Competition Anxiety Test* (SCAT) e, mais tarde, o *Competitive State Anxiety Inventory-1* (CSAI-1) com objectivo de compreender o ser humano nos momentos pré-competitivos desportivos. Na base do teste supracitado surgiram vários resultados de hierarquização dos factores de ansiedade pré-competitivo cognitiva, somática e autoconfiança de que são exemplos os mencionados no Quadro 1.

Quadro 1
Factores da ansiedade pré-competitiva

| Autor | Resultados |
|----------------------------------|--|
| Barbacena & Grisi (2008) | 1º Autoconfiança 2º Cognitiva 3º Somática |
| Bertuol & Valentini (2006) | Moderada |
| Gotine (2019) | 1º Ansiedade Cognitiva 2º Ansiedade Auto Confiança 3º Ansiedade Somática |
| Vasconcelos-Raposo et al. (2007) | 1º Autoconfiança com 2º Ansiedade cognitiva 3º Ansiedade somática |
| Santo (2008) | 1º Autoconfiança 2º Ansiedade Somática 3º Ansiedade Cognitiva |
| Machava (2019) | 1º Autoconfiança 2º Somática 3º Cognitiva Moderado |
| Madime (2017) | 1º Somática 2º Cognitiva 3º Autoconfiança |
| Massingue (2014) | 1º Somática 2º Autoconfiança 3º Cognitiva |

As evidências de valorização diferenciada dos factores de ansiedade pré-competitiva, require da equipa técnica, por exemplo numa seleção nacional de basquetebol, uma atenção com vista a adotar estratégia para lidar com eles (ansiedade somática, cognitiva e autoconfiança).

De acordo com os pressupostos, o objetivo deste estudo foi analisar as características de factores de ansiedade pré – competitiva nos jogos da selecção nacional de Moçambique Sub-16.

MÉTODOS

O estudo é de natureza transversal, pois os dados foram recolhidos num único momento temporal. Também é de carácter exploratório e quantitativo pois é orientado para os resultados.

Amostra

A nossa amostra é constituída por 12 atletas, com idades compreendidas entre os 15 aos 16 anos de idade dos quais 4 com 16 anos e 8 com 15 anos. Esta amostra constitui, por coincidência o número total das atletas ou população da selecção em estudo.

Instrumentos

O instrumento de recolha de dados utilizado foi um questionário auto administrado, denominado “Lista de Sintomas de Stress e Pré-competitiva (LSSPC)” desenvolvido por Chagas (1995). Este instrumento é composto por dezasseis perguntas objetivas, o qual utiliza a escala *Likert*, abordando itens que incluem a avaliação de sintomas psicológicos, fisiológicos e sociológicos, os quais estão relacionados com a ocorrência de ansiedade pré-competitiva e competitiva.

Cada pergunta da referida lista teve uma apreciação de 5 alternativas que foram: 1= Quase nunca, 2 = Geralmente, 3 = As vezes, 4 = Raramente, 5=Quase nunca. Sendo que, também valorizam em baixa ansiedade (17 a 40 pontos), ansiedade moderada (41 a 62 pontos) e ansiedade elevada (63 a 85 pontos). Os somatórios dos factores podem ser divididos por números de indicadores de cada factor e obter-se por este meio a hierarquia.

Procedimentos

Para a recolha de informações relacionadas com a elaboração deste trabalho recorreu-se às atletas de basquetebol da selecção nacional onde um membro da Rede de Estudos do Desporto e Desenvolvimento Humano (REDH) fazia parte da equipa técnica na qualidade de treinador adjunto. Contudo, solicitou-se a Federação Moçambicana da Basquetebol a anuência que foi prontamente satisfeita e inclusive indigitada uma psicóloga para acompanhar os trabalhos. Após a sua permissão, foi realizada uma breve explicação acerca da pertinência e aplicabilidade dos questionários às atletas, assim como as normas do seu preenchimento. Contudo, o ambiente de aceitabilidade da pesquisa propiciou a realização de recolha dos dados nos seis jogos. De realçar que, depois do primeiro jogo os próprios atletas exigiam o questionário para

responder às questões nas vésperas do jogo. De salientar que a distribuição e a recolha dos questionários foram feitas 1 hora antes da competição com vista a atender os objectivos do estudo.

RESULTADOS

Os factores de ansiedade que mais manifestaram-se nas basquetebolistas da selecção sub-16 são: Autoconfiança (no 1º jogo da vitória) e Somática (nos cinco jogos onde a equipa obteve derrota). No Quadro 2, estão espelhadas as características da valorização da ansiedade pré-competitiva nos contextos jogos e resultados.

Os níveis de ansiedade das basquetebolistas nos jogos demonstram, pela ordem dos jogos, os valores seguintes: 1º jogo, resultado vitória, com nível de ansiedade de 59.16 e diferença de 11 pontos nas conversões; 2º jogo, resultado derrota, com nível de ansiedade de 53.34 e diferença de 7 pontos convertidos; 3º jogo, resultado derrota, com nível de ansiedade de 59 e diferença de 3 pontos convertidos; 4º jogo, resultado derrota, com nível de ansiedade de 61.16 e diferença de 38 pontos; 5º jogo, resultado derrota, com nível de ansiedade de 56.17 e diferença de 17 pontos e 6º jogo, resultado derrota, com nível de ansiedade de 55.4 e diferença de 17 pontos (Quadro 2).

Quadro 2
Valores da ansiedade pré-competitiva

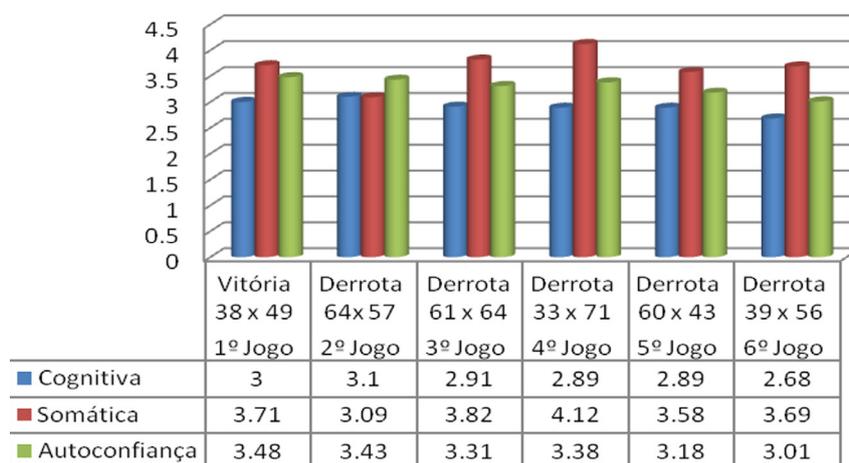
| Jogo | Contextos Resultados | Factores Ansiedade Pré-Competitiva | | | Nível |
|---------|----------------------|------------------------------------|----------|---------------|-------|
| | | Cognitiva | Somática | Autoconfiança | |
| 1º Jogo | Vitória por 38 x 49 | 12.00 | 29.75 | 17.41 | 59.16 |
| 2º Jogo | Derrota por 64 x 57 | 12.42 | 24.75 | 16.17 | 53.34 |
| 3º Jogo | Derrota por 61 x 64 | 11.67 | 30.75 | 16.58 | 59 |
| 4º Jogo | Derrota por 33 x 71 | 11.58 | 33.00 | 16.92 | 61.5 |
| 5º Jogo | Derrota por 60 x 43 | 11.58 | 28.67 | 15.92 | 56.17 |
| 6º Jogo | Derrota por 39 x 56 | 10.75 | 29.57 | 15.08 | 55.4 |
| Soma | | | | | 56.92 |

As basquetebolistas de seleção-sub16 atribuíram valores que variavam de 2.68 a 3.1 na ansiedade cognitiva, 3.09 a 4.12 na ansiedade

somática e 3.01 a 3.48 na autoconfiança (na escala de 1 a 5) conforme o gráfico 1.

Gráfico 1

Níveis médios dos factores da ansiedade pré-competitiva



DISCUSSÃO

Na interpretação da ansiedade pré-competitiva foi da extrema importância para entender como as atletas interpretavam o significado da conquista, e como as diferenças individuais de cada uma podiam influenciar o processo da conquista.

O nível de ansiedade pré-competitiva, dependendo da soma obtida, pode ser classificado de baixa ansiedade (17 a 40 pontos), ansiedade moderada (41 a 62 pontos) e ansiedade elevada (63 a 85 pontos). As participantes no estudo atribuíram o nível moderado de ansiedade pré-competitiva. Estes resultados corroboram com os resultados de Machava (2019) e Bertuol & Valentini (2006) na demonstração do nível de ansiedade moderada.

Jogar na seleção tende a apresentar exigências acrescidas o que propicia a ansiedade alta ou moderada. Os níveis de ansiedade apresentada nas competições tendem a diferenciar das apresentadas nos treinos ou seja, nível baixo nos treinamentos e alto nas competições (Becker Jr., 1989). Sendo que, o papel do treinador afigura-se importante para otimizar a ansiedade.

As basquetebolistas da seleção sub-16 demonstraram uma relativa valorização da ansiedade somática no período que antecede a competição. Esta evidência corrobora com os estudos de Madime (2017) e Massingue (2014) que nos seus estudos relatam a valorização da ansiedade somática.

A ansiedade somática demonstra um elevado nível de activação que é essencial para actividades desportivas que requerem velocidade, resistência, salto em altura e força como é o caso de basquetebol. As basquetebolistas da seleção-sub-16 atribuíram valores relativamente superiores à ansiedade somática visto como de ordem fisiológica. Sendo que, a sua activação pode estar relacionada com estímulos relacionados com assistentes nas bancadas, importância do jogo, factor casa.

A segunda dimensão mais valorizada foi autoconfiança o que corroborou com os estudos de Gotine (2019) e Massingue (2014). Na visão de Martens et al. (1990) a autoconfiança deve ser equacionada como a ausência da ansiedade cognitiva. Entretanto, a fraca confiança e confiança excessiva nas capacidades individuais e do grupo podem contribuir para a sua valorização.

CONCLUSÃO

Os jogos da selecção nacional de Moçambique Sub-1 foram caracterizados pelo domínio da ansiedade somática e um nível moderado da ansiedade pré – competitiva.

A ansiedade somática deve ser visto como forma de preparação fisiológica e não um construto negativo. Neste prisma pode se considerar como uma activação do organismo para encarar o jogo.

Agradecimentos:

Nada declarado.

Conflito de Interesses:

Nada declarado.

Financiamento:

Nada declarado.

REFERÊNCIAS

- Araújo, S., Melo, M & Leite, J. (2007). Transtornos de ansiedade e exercício físico. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 29 (2), 164-171.
- Barbacena, M. M. & Grisi, R.N.F. (2008). Nível de ansiedade pré-competitiva em atletas de natação. *Conexões, Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP, Campinas*, v. 6, n. 1, – ISSN 1983 – 9030.
- Benute, Gláucia Rosana Guerra et al (2009). Abortamento espontâneo e provocado: ansiedade, depressão e culpa. *Rev. Assoc. Med. Bras., São Paulo*, v55 n3, p. 322-327. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010442302009000300027&lng=en&nrm=iso>. access on 07 Aug. 2019. <http://dx.doi.org/10.1590/S0104-42302009000300027>.
- BertuoL, L.; Valentini, C. (1995). Ansiedade competitiva de adolescentes: gênero, maturação, Nível de experiência e modalidades esportivas. *Revista da Educação Física*, Maringá, v. 17, n. 1, p. 65-74, 2006.
- Chagas M.H. (1996). *Análise do estresse psíquico na competição em jogadores de futebol de campo das categorias juvenil e júnior*. Belo Horizonte: Escola de Educação Física da UFMG, (dissertação de mestrado).
- Gama, M. M. A., Moura, G.S., Araújo, R. F., Silva, F.T. (2008). Ansiedade-traço em estudantes universitários de Aracaju (SE). *Rev Psiquiatr RS*. 2008;30(1):19-24.
- Gotine R. L. (2019). *Avaliação dos Níveis de Ansiedade Pré-competitiva em futebolistas Juvenis da Cidade da Maxixe*. Monografia. Universidade Pedagógica de Maputo-FEFD.
- Román, S. & Savoia, M.G. (2003). Pensamentos automáticos e ansiedade num grupo de jogadores de futebol de campo. *Psicologia: Teoria e Prática*, São Paulo, v. 5, n. 2, p. 13-22, 2003.
- Santo, R. J. F. (2008). *Competências Mentais e Ansiedade Competitiva em Atletas de Basquetebol*. Monografia. Universidade de Coimbra.
- Madime, T. (2017). *Ansiedade pré-competitiva, burnout e orientação motivacional em atletas da modalidade de natação dos Clubes da Cidade de Maputo*. Dissertação. Universidade Pedagógica de Maputo-FEFD.
- Machado, A. A. (2006). *Psicologia do esporte: da educação física escolar ao treinamento esportivo*. São Paulo: Guanabara Koogan.
- Machava, A. A. (2019). *Ansiedade Pré – Competitiva e Orientação Motivacional em Adolescentes Praticantes de Actividades Desportivas no Distrito Municipal Kapfumo*. Dissertação- Universidade Pedagógica de Maputo-FEFD.
- Martens, R.; Vealey, r. & Burton, d. (Ed.). (1990). *Competitive anxiety in sport*. Champaign, In: Human Kinetics.
- Massingue, A. A. (2014). *Avaliação do stress pré-competitivo e orientação motivacional em jogadores de futebol com idades compreendidas*

entre 14 e 22 anos. Monografia. Universidade Pedagógica de Maputo-FEFD.

Vasconcelos-Raposo, J.; Lázaro, J.; Mota, M.; Fernandes, H.; (2007). *Caracterização dos níveis de ansiedade em praticantes de atletismo*. Motricidade, 3(1): 298-314.

Vasconcelos-Raposo, J. & Fernandes, H. (2004). *Análise confirmatória do CSAI-2*. Lisboa: Ed da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro.

Weinberg, R. S. & Gould, R. (2001). *Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício*. Porto Alegre: Artmed, 560 p.