

Ansiedade no basquetebol universitário feminino

Anxiety in female college basketball

Kaio Borges Guerrero^{1*} , Paula Teixeira Fernandes¹ 

RESUMO

A ansiedade pode influenciar significativamente o rendimento do atleta no jogo. O objetivo do trabalho foi analisar a ansiedade traço e estado referentes às situações competitivas e correlacionar com as variáveis de ansiedade e autoconfiança. Trinta e uma estudantes-atletas universitárias (21,61; desvio padrão= 2,72 anos) da modalidade de basquetebol responderam os questionários de caracterização da amostra, o *Sport Competition Anxiety Test* e o *Competitive State Anxiety Inventory-2* em três momentos de coleta (basal; pré-jogo e pós-jogo). Os resultados: a) não mostraram diferenças estatisticamente significativas nos três momentos analisados na ansiedade traço, com correlações estatisticamente significativas com ansiedade cognitiva e autoconfiança ($r = 0,389$ e $-0,414$, respectivamente); b) na ansiedade estado somática, houve diferença estatisticamente significativa entre os níveis basais, pré-jogo e pós-jogo, com correlações estatisticamente significativas com ansiedade cognitiva ($r = 0,313$) e autoconfiança ($r = -0,511$); c) na ansiedade estado cognitiva, houve diferença estatisticamente significativa entre os níveis basais, pré-jogo e pós-jogo, com correlações estatisticamente significativas com autoconfiança ($r = 0,289$). Esta pesquisa, que avaliou a ansiedade em situações competitivas, possibilita identificar suas variações ao longo do tempo para fornecer dados importantes para a comissão técnica, melhorando assim as estratégias de intervenção no desempenho de atletas do esporte universitário.

PALAVRAS-CHAVE: psicologia do esporte; ansiedade traço; ansiedade estado; basquete universitário feminino; estudante-atleta.

ABSTRACT

Anxiety can significantly influence the athlete's performance in the game. The objective of this study was to analyze the trait anxiety and state anxiety related to the competitive situation and correlate it between anxiety and self-confidence variables. Thirty-three college basketball student-athletes (21.61; standard deviation= 2.72 years old) were evaluated using sample characterization questionnaires, *Sport Competition Anxiety Test*, and *Competitive State Anxiety Inventory-2* in 3 collection moments (baseline, pre-game, and post-game). The results showed: a) no statistically significant difference in the three moments analyzed in the trait anxiety, with statistically significant correlations with cognitive Anxiety and self-confidence ($r = 0.389$ and -0.414 , respectively); b) in somatic Anxiety, there was a statistically significant difference between baseline, pre-game and post-game levels, with statistically significant correlations with cognitive Anxiety ($r = 0.313$) and self-confidence ($r = -0.511$); c) in cognitive Anxiety, there was a statistically significant difference between baseline, pre-game and post-game levels, with significant correlations with self-confidence ($r = 0.289$). This research, which evaluated Anxiety in competitive situations, makes possible the identification of these variations over time in order to provide important data for the coaching staff, thus improving intervention strategies for the athlete's performance of college sport.

KEYWORDS: sport psychology; trait anxiety; state anxiety; college basketball; student-athlete.

INTRODUÇÃO

A ansiedade é um estado de antecipação, cautela, vigia e preparo a uma ameaça futura, desencadeando respostas fisiológicas, via sistema nervoso autônomo, que podem produzir aumento da frequência cardíaca, vasodilatação e aumento da

excitabilidade muscular como preparo para o comportamento de luta e fuga (Jimenez et al., 2018).

A descrição proposta por Spielberger (1972) compara a ansiedade à uma condição psicológica do sistema humano, embasada em propriedades fenomenológicas e fisiológicas,

¹Universidade Estadual de Campinas – Campinas (SP), Brasil.

*Autor correspondente: Rua João Tolosan Chaine, 14, Jardim São Paulo – CEP: 13484-4780 – Limeira (SP), Brasil. E-mail: kaiobg@hotmail.com

Conflito de interesses: Nada a declarar. **Financiamento:** CNPq financiamento e desenvolvimento da pesquisa em forma de Iniciação Científica.

Recebido: 30/09/2020. Aceito: 02/01/2021.

relacionadas com os diferentes estados emocionais, tais como estresse e medo. Ainda tratando desse aspecto psicológico, Spielberger (1972) divide em duas vertentes diferentes: ansiedade traço (A-traço) e ansiedade estado (A-estado).

A A-traço está relacionada com a personalidade, sendo que até uma situação não ameaçadora pode ser percebida como perigosa, ocasionando níveis de ansiedade ligeiramente aumentados (Spielberger, 1972). Segundo Becker (2008), um atleta que tenha alto nível de A-traço pode ter seu rendimento comprometido, especialmente quando a tensão na competição está elevada.

Por sua vez, a A-estado é definida como o sentimento momentâneo e subjetivo de insegurança e tensão, captada de forma consciente e transitória pelo sujeito (Spielberger, 1972). É dividida em ansiedade cognitiva e somática (Martens, Burton, & Vealey, 1990; Guerrero, Vidual, & Fernandes, 2019).

A ansiedade cognitiva está relacionada com pensamentos e pressões percebidas pelo atleta, fator individual dependente não apenas do estímulo competitivo, mas também de preocupações do dia a dia (Martens et al., 1990). É associada à percepção de competência individual do atleta (Ferreira, 2006), e seus níveis são estudados junto com a autoconfiança pois, o aumento de um destes fatores implica na diminuição do outro (Martens et al., 1990; Muchuane, 2001).

O componente somático é relacionado com aspectos fisiológicos como sudorese, aumento de frequência cardíaca, tensão muscular (Martens et al., 1990; Guerrero et al., 2019). Cada atleta possui o pico de ansiedade somática em que o rendimento é otimizado, porém em excesso, torna-se prejudicial à performance (Martens et al., 1990). Segundo Ferreira (2006), níveis aumentados de ansiedade somática são essenciais para atividades que utilizam capacidades físicas globais, como força, resistência, entre outros. Entretanto, para tarefas que utilizam a coordenação fina, seu aumento mostra-se prejudicial (Martens et al., 1990).

A ansiedade é uma das principais variáveis que influenciam o rendimento esportivo, podendo ser modulada por aspectos internos do atleta (respostas fisiológicas e cognitivas) e do ambiente (jogo fora de casa, pressão da torcida, momento do jogo, etc), impactando significativamente no seu rendimento. Por isso, a ansiedade ocupa posição de destaque dentre os vários fenômenos estudados na Psicologia do Esporte (Figueiredo, 2000).

No ambiente competitivo, inúmeras cargas emocionais estão presentes no atleta, como a insegurança de não cumprir o que foi pedido, ou a falta de preparo psicológico diante de um desafio do jogo, relacionando erros e rendimento inadequado.

Níveis extremos de ansiedade (baixos ou altos) podem produzir hiperativação neuromuscular, interferindo no ajuste

fino do movimento e prejudicando o desempenho e eficácia dos atletas (Lo, Hatfield, Wu, Chang, & Hung, 2019). Becker e Samulski (2002) explicam que, em atmosfera densa, cada atleta responde de forma diferente ao estímulo, sendo difícil prever quais serão suas reações sem considerar suas disposições internas.

No basquete, como esporte coletivo e dinâmico, o atleta transita por diferentes estados psicológicos (motivação, medo, ansiedade, entre outros) ao longo de uma partida, tendo que aprender a lidar com os mesmos (Rubio, 2000). Considerando a especificidade da modalidade e seu objetivo, acertar o cesto para pontuar, o ajuste fino dos músculos torna-se elemento primordial para o bom desempenho (Paes, Montagner, & Ferreira, 2009). O basquete é um jogo de detalhes, com alta tensão em momentos específicos do jogo (como por exemplo, os últimos dez segundos de uma partida empatada, um arremesso de lance livre em um jogo difícil, entre outros), por não possuir o empate entre as partidas e o sistema de pontuação ser bem volátil, o jogo de basquete possui alta carga de ansiedade entre os atletas, comissão técnica e até mesmo os espectadores.

No ambiente universitário, o esporte é uma das ferramentas utilizadas pelos estudantes para sair da rotina de trabalhos, provas e responsabilidades acadêmicas, como forma de socialização, melhora de aspectos psicológicos, como ansiedade e estresse e, até mesmo, como elemento de lazer (Guerrero & Fernandes, 2020). Dito isto, para que o estudante-atleta consiga continuar treinando diante das responsabilidades acadêmicas, o ambiente necessita ser propício, desafiando técnicos e comissão técnica a conhecer cada vez mais seus estudantes-atletas com a finalidade de evitar desmotivação e, até mesmo, seu abandono (Guerrero & Fernandes, 2020).

Em estudo de revisão bibliográfica sobre a ansiedade no esporte brasileiro, foi encontrada semelhança nos níveis de ansiedade e autoconfiança em relação ao sexo. Ao comparar a idade e experiência dos atletas, a maioria dos estudos apontou maior ansiedade em atletas mais jovens e menos experientes. Por fim, na comparação entre esportes coletivos e individuais, o estudo de revisão mostrou semelhança dos níveis de ansiedade e autoconfiança (Santos, Maciel, Oliveira, & Tertuliano, 2019).

Nesta mesma revisão, foi encontrada apenas um estudo com estudantes-atletas universitários realizado por Salles, Oliveira, Barroso e Pacheco (2015). Estes autores avaliaram a ansiedade pré competitiva nas modalidades handebol, futsal e voleibol e não encontraram diferenças significativas em relação ao sexo, modalidade ou classificação final em competições (Santos et al., 2019).

Diante das características ímpares da modalidade basquete, vinculada às diferentes propriedades da ansiedade aplicada ao sistema esportivo universitário, faz-se necessário investigar se há diferenças nas manifestações da ansiedade de acordo com o momento competitivo (valores basais, pré-jogo e pós-jogo), a fim de auxiliar técnicos e comissões técnicas a repensar as posturas, as estratégias e os discursos nos diferentes momentos.

Portanto, para melhor compreender o fenômeno da ansiedade no esporte universitário, este estudo avaliou, de forma longitudinal, os níveis de ansiedade de atletas universitárias de basquete, relacionando com os diferentes momentos da competição (basal, pré-jogo e pós-jogo) e comparando as classificações de ansiedade (traço e estado) e autoconfiança.

MÉTODO

Amostra

O estudo foi realizado com 31 estudantes-atletas universitárias da Universidade Estadual de Campinas, do sexo feminino, média de idade de 21,61 anos (desvio padrão (DP)= 2,72), faixa etária entre 18 e 30 anos de idade, de diferentes cursos de graduação e diferentes tempos de prática (média (M)= 3,62 anos, DP= 2,47) na modalidade de basquete. As atletas treinavam em média cinco a seis horas semanais, divididas em três sessões. Os campeonatos utilizados na análise foram regionais (região de Campinas), da Federação Paulista de Desporto Universitário e da Liga Metropolitana de Basquete.

Instrumentos

Foi utilizada a ficha de identificação, com questões para coletar informações sobre dados pessoais (ex: idade, sexo) das estudantes-atletas e questões (abertas e fechadas) referentes à modalidade (ex: tempo de prática, gosto pela modalidade). Para avaliar a A-estado, foi utilizado o *Competitive State Anxiety Inventory-2* (CSAI-2), que avalia ansiedade cognitiva, somática e autoconfiança, por meio da medida multidimensional do estado de ansiedade. O CSAI-2 foi validado para a língua portuguesa por Coelho, Vasconcelos-Raposo e Mahl (2010), sendo composto por 27 itens em escala likert de 4 pontos (1. nada; 2. pouco; 3. moderado; 4. extremo), sua consistência interna (*alpha de Cronbach*) apresenta valores de 0,84 para a cognitiva, 0,88 para a somática e 0,91 para a autoconfiança, contemplando as três subescalas com nove itens cada (ex: durante a competição: eu me sinto nervoso?; Eu me sinto confortável?; Eu me sinto confiante?; Meu batimento cardíaco aumenta?). Os escores de

cada escala variam entre 10 (menor possível) e 30 (maior possível) (Martens et al., 1990).

O *Sport Competition Anxiety Test* (SCAT) foi utilizado para avaliar a A-traço competitiva ou tendência a perceber situações competitivas como ameaçadoras. Validada para a língua portuguesa por De Rose Júnior (1985), citados por De Rose Júnior (1985), é constituído por 15 itens, em escala tipo likert de três pontos (a) dificilmente; b) às vezes; c) sempre) (ex.: competir com os outros é divertido; antes de competir, sinto-me agitado; antes de competir, sinto-me preocupado em não desempenhar bem), sua consistência interna (*alpha de Cronbach*) apresenta valor de 0,95, e os escores de cada escala variam entre 9 (menor possível) e 36 (maior possível), considerados normais pelo instrumento, entre 18 e 27 pontos (Martens, 1977).

Procedimentos

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual de Campinas (parecer: 1.051.570; CAAE: 43794715.8.0000.5404). As participantes que aceitaram participar da pesquisa, assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e receberam os três instrumentos no momento do treino, sem competição inerente, a fim de coletar os valores basais, ou seja, coletar os níveis de A-traço e estado sem o estímulo da competição. O momento basal foi coletado no período preparatório do planejamento de competições, porém com estímulos externos ativos, como por exemplo, semana de provas e testes acadêmicos, não isolando sua influência nos resultados. O tempo médio de resposta dos instrumentos foi de 15 minutos e as condições de aplicação foram as mesmas para todas as participantes.

Na fase da competição, cada participante respondeu os dois questionários (CSAI-2 e SCAT) pré-jogo (20 minutos antes do início da partida) e pós-jogo (no máximo, 30 minutos depois do término da partida). Por ser um estudo longitudinal, ou seja, coletas em diferentes jogos e competições, os números de coleta foram de três jogos por participante e o resultado de cada atleta foi encontrado por meio da mediana entre os escores nas ferramentas. A duração de resposta dos questionários foi em média de 10 minutos, com as mesmas condições de aplicação.

Análise estatística

A média e o desvio padrão foram usados para a caracterização descritiva das variáveis contínuas. O teste de Kolmogorov-Smirnov foi utilizado para avaliar a normalidade dos dados. Para analisar a correlação entre os componentes da ansiedade (A-traço, ansiedade somática, ansiedade

cognitiva e autoconfiança), foi utilizado o teste de correlação de Spearman ($p < 0,05$). Para verificar fatores de significância associados à A-traço e estado, foram utilizados os modelos mistos generalizados, considerando como preditores os resultados basais, pré-jogo e pós-jogo. A matriz de covariância utilizada foi AR1 e o ajuste do modelo foi definido por *Akaike Information Criterion*, sendo definido nível de significância de 5%. Os dados foram estruturados e analisados utilizando o pacote estatístico IBM SPSS Statistics 20.

RESULTADOS

Não foram registradas recusas ou respostas incompletas. Sobre os domínios da ansiedade, a média da ansiedade e autoconfiança nos momentos competitivos estão representados na Tabela 1.

Na Tabela 2, estão representadas as correlações presentes entre as variáveis A-traço, estado cognitiva e somática) e autoconfiança estudadas. Assim como no Gráfico 1, as médias foram plotadas a fim de analisar as relações existentes entre as classificações da ansiedade nas diferentes fases competitivas (basal, pré-jogo e pós-jogo).

O Modelo Misto Generalizado mostrou que, ao comparar os três momentos competitivos, na variável A-traço os resultados não apresentaram diferenças estatisticamente significativas ($p < 0,05$). Na A-estado somática, foram

Tabela 1. Ansiedade e autoconfiança nas diferentes situações competitivas.

	Basal*		Pré-jogo**		Pós-jogo***	
	Média	(DP)	Média	(DP)	Média	(DP)
A-traço	21,32	4,21	20,88	3,64	20,24	3,58
A-somática	12,65	4,12	21,30	3,27	19,48	3,75
A-cognitiva	17,10	6,14	15,98	3,73	13,59	2,49
Autoconfiança	25,42	6,96	22,20	3,66	23,03	3,75

*sem competição inerente; **20 minutos antes do começo da partida; ***30 minutos após o término da partida; DP: desvio padrão; A: ansiedade.

Tabela 2. Correlações de Spearman entre as variáveis da ansiedade e autoconfiança.

	A-traço	A-somática	A-cognitiva
A-somática	0,180	-	-
A-cognitiva	0,389**	0,313*	-
Autoconfiança	-0,414**	-0,511**	-0,289*

* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; A: ansiedade.

encontradas diferenças estatisticamente significativas entre os três momentos competitivos ($p < 0,05$). Na A-estado cognitiva, não houve diferença estatisticamente significativa apenas entre os níveis basais e pré-jogo ($p < 0,05$). Na autoconfiança, a diferença estatisticamente significativa ocorreu entre os períodos basal e pré-jogo e entre os períodos basal e pós-jogo. A diferença entre as médias está representada na Figura 1.

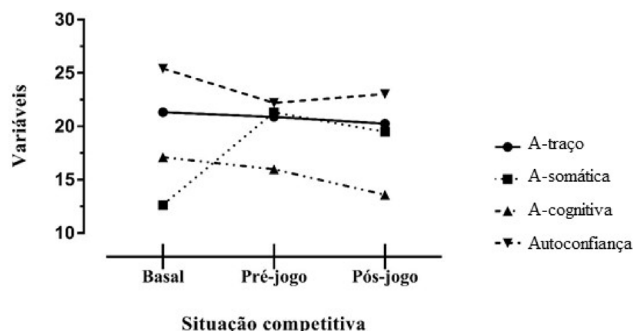


Gráfico 1. Níveis de ansiedade e autoconfiança de acordo com a situação competitiva. (Valores obtidos através dos questionários SCAT e CSAI-2; A: ansiedade).

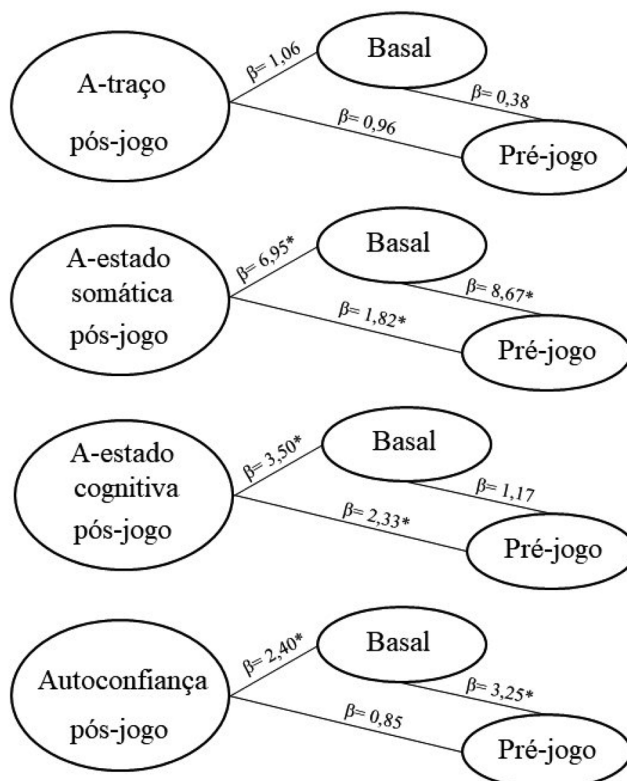


Figura 1. Ansiedade e autoconfiança nos preditores competitivos. (* $p < 0,05$; β = diferença das médias entre os preditores; A: ansiedade)

DISCUSSÃO

Quando propostas de estudar aspectos relacionados ao jogo aparecem, inúmeros elementos devem ser considerados de acordo com o objetivo da pesquisa, como por exemplo, os próprios participantes, a dificuldade da competição ou a importância da mesma. Porém, pesquisas direcionadas possuem importância ímpar, pois discussões e conclusões específicas sobre o tema em questão podem ser realizadas. Dito isto, os objetivos desse estudo consistiram em avaliar os níveis de ansiedade em atletas universitárias da modalidade de basquetebol em diferentes momentos competitivos (basal, pré-jogo e pós-jogo) e correlacionar as variáveis da ansiedade e autoconfiança, contribuindo com as pesquisas na área da Psicologia do esporte. Dessa maneira, visamos responder alguns questionamentos e inquietações a respeito da ansiedade no esporte universitário (Salles et al., 2015; Lavoura, Botura, & Machado, 2006).

Por estarmos diante de um questionamento específico, a literatura científica ainda é pouco explorada, havendo dificuldades em dialogar os achados deste estudo com outros autores. Em contrapartida, a ansiedade no esporte vem ganhando espaço na academia e suas propriedades e comportamento de acordo com outros aspectos estudados (diferença quanto ao sexo, modalidade, tempo de prática, entre outros) podem ser utilizados nesta discussão.

Neste estudo, a A-traço não apresentou diferenças estatisticamente significativas entre os momentos competitivos, refletindo a linearidade entre os valores basais, pré-jogo e pós-jogo. Ferreira et al. (2009), que investigaram a diferença entre A-traço em atletas de voleibol pré e pós-competição, encontram também diminuição estatisticamente significativa nos mesmos aspectos na pós-competição.

Um dos principais exemplos de intervenientes na ansiedade é o sexo feminino, que possui maiores níveis de ansiedade. Uma possível explicação enfatiza duas vertentes: biológica e sociológica (o papel da mulher na sociedade) (Borges, Manso, Tomé, & Matos, 2008). Gonçalves e Belo (2007) analisaram a diferença na A-traço no sexo, faixa etária, experiência em competições e modalidades esportivas, e mostraram que a diferença pode ser vista apenas em relação ao sexo. De Rose Júnior e Vasconcellos (1997) mensuraram a A-traço competitiva em atletas de atletismo infanto-juvenis e o resultado encontrado dialoga com a literatura: A-traço foi diferente apenas quando relacionada ao sexo, sem diferença substancial na comparação com outros fatores.

Segundo Spielberger (1972), a A-traço é a tendência estável de perceber situações. Na literatura científica corrente, seus níveis não diferem, sendo caracterizada por apresentar escores normais independente do momento competitivo (Sonoo,

Gomes, Damasceno, Silva, & Limana, 2010). Embora a A-traço tenha sido correlacionada estatisticamente significativa com a ansiedade cognitiva (A-cognitiva) e autoconfiança, a magnitude dessas correlações foi fraca ($r = 0,389$) ou média ($r = -0,414$), respectivamente. Por mais que análises pré x pós estímulo no esporte sejam escassas, impossibilitando discussões aprofundadas sobre o tema, ao basear em propriedades como tempo de prática, sexo, entre outros, há convergências com os dados encontrados, corroborando com suas características, já bem consolidadas pela literatura.

Em contrapartida, na A-estado, por estar intimamente atrelada à competição, pode sofrer influências de fatores externos (local de jogo, torcida, entre outros) e internos (autoconfiança em realizar alguma ação dentro do jogo), afetando diretamente o rendimento dos atletas nas competições, sendo assim mais suscetíveis a variações, como encontrado neste estudo (Ferreira, 2006; Nevill & Holder, 1999; Sonoo et al., 2010). Segundo Samulski (2009), a A-estado é a antecipação das situações subjetivas que podem acontecer na hora do jogo, e após se deparar com o estímulo real, seus valores tentem a diminuir, corroborando com os resultados encontrados. Embora saibamos das volatilidades da A-estado, o trabalho de Detanico e Santos (2005) não encontrou correlação entre A-estado e tempo de prática, do mesmo modo que Muchuane (2001), entre níveis de A-estado e autoconfiança pré-jogo, quando comparadas com o tempo de prática em atletas de diferentes modalidades.

Na associação entre ansiedade somática e os períodos competitivos, pode ser observado diferença estatisticamente significativa entre os momentos, partindo de níveis basais considerados médios (12,65; DP= 4,12), aumentando para níveis normais em pré-jogo (21,30; DP= 3,27) e se mantendo até depois da competição (19,48; DP= 3,75). Por característica, a ansiedade somática (A-somática) é associada a comportamentos fisiológicos do corpo diante um estímulo, seus níveis basais baixos refletem esta característica pois o estímulo, a competição, não estava presente ainda (Ribeiro, 2018). Embora seja mais influente nos momentos iniciais do jogo, ao se deparar com o estímulo, seus níveis diminuem; porém após a competição, as respostas fisiológicas continuam atuando no atleta (Burton, 1988; Martens et al., 1990). Com relação à interação com as outras características analisadas, obteve-se correlação estatisticamente significativa com a A-cognitiva e autoconfiança, porém, consideradas fracas e médias respectivamente. Importante pontuar a correlação com a autoconfiança, mesmo não sendo forte, ilustra o comportamento inverso com a ansiedade.

Quando analisados os períodos competitivos e a A-estado cognitiva, os dados corroboram com a literatura apresentada.

Embora haja associação estatisticamente significativa, investigando os escores basais, observou-se níveis acima dos coletados pré-jogo e pós-jogo. Pode ser hipotetizado que as participantes desse estudo (universitárias) estivessem envolvidas com seus compromissos acadêmicos, como provas e trabalhos durante o período de aquisição dos dados, e estes fatores externos podem ter influenciado este resultado.

Na ferramenta CSAI-2, a autoconfiança é coletada junto com a A-estado cognitiva. Isso porque essas variáveis estão direta e inversamente relacionadas aos pensamentos na competição, ou seja, quanto maior a ansiedade cognitiva, menor a autoconfiança (Ferreira, 2006). Segundo Martens et al. (1990), a ansiedade cognitiva alta pode ser vista como falta de confiança por parte do atleta, repercutindo em pensamentos de dúvidas aumentados e prejudicando a performance do atleta. Corroborando com esses pressupostos, a A-cognitiva reagiu de forma inversamente significativa à autoconfiança, porém, os dados não ilustram a correlação de forma efetiva ($r = -0,289$). Atletas mais autoconfiantes possuem a tendência de se concentrar melhor em suas atitudes durante a competição, enaltecendo suas qualidades e se sentindo à vontade com os estímulos provenientes do ambiente. Assim, a autoconfiança é considerado importante aliado na melhoria do desempenho individual (Weinberg & Gould, 2008).

Embora com resultados promissores, este estudo possui algumas limitações. A ausência de controle no nível de tarefas acadêmicas que as estudantes-atletas estavam envolvidas pode ter impactado nos resultados da variável A-estado no período basal. Os níveis de ansiedade da atleta estão relacionados também com elementos externos à competição, como a percepção de dificuldade, jogos fora de casa, presença de torcedores, entre outros, variáveis não quantificadas neste trabalho.

A ansiedade, quando entendida pelos atletas e pela comissão técnica, assume papel de importância no desenvolvimento esportivo e pessoal (Guarezi, 2008). Portanto, de forma singular, essa pesquisa trouxe informações relevantes para o esporte universitário. Os dados mostraram que os níveis elevados de envolvimento psicológico das atletas prolongam-se para além do término do jogo. Neste sentido, ressalta-se o importante papel do(a) técnico(a) e da comissão técnica ao fornecer feedback e orientações pós-jogo condizentes com as situações encontradas na partida a fim de reconhecer os erros e acertos dos atletas.

Os dados observados neste estudo possibilitam a discussão de um dos aspectos psicológicos mais presentes e influenciadores na vida de uma atleta universitária: a ansiedade. Além disso, permitem o estudo de situações pouco exploradas, como é o caso da coleta de dados em momentos

distintos, expandindo o conhecimento sobre a modalidade universitária, abrindo portas para a criação de planejamentos psicológicos específicos e intervenções mais específicas e efetivas.

CONCLUSÕES

A ansiedade apresentou-se segundo suas características e divisões. Quando analisado a A- traço, a influência do momento competitivo (basal, pré-jogo e pós-jogo) não foi suficiente para alterá-la, corroborando com suas propriedades. Em contrapartida, embora isolando os níveis de A-estado de acordo com o momento competitivo, resultados estatisticamente significativos foram encontrados. Na A-somática e A-cognitiva, foram encontradas diferenças estatisticamente significativas nos três momentos analisados. A autoconfiança apresentou diferenças estatisticamente significativas apenas nos pós jogo com os níveis basais.

Os dados refletem também que o jogo não acaba com o apito final, sendo que seus estímulos se prolongam para além da quadra. Para complementar os achados em relação ao comportamento da ansiedade em estudantes-atletas universitárias, faz-se necessário ampliar o número de participantes e o número de jogos coletados. Porém, é fundamental ressaltar que este estudo é o combustível inicial para estudos futuros e respostas às inquietações no campo da Psicologia do Esporte universitário.

REFERÊNCIAS

- Becker, B. (Ed.). (2008). *Manual de psicologia do esporte e exercício* (2ª ed.). Porto Alegre: Editora Nova Prova.
- Becker, B., & Samulski, D. (2002). *Manual de Treinamento Psicológico para o Esporte* (2ª ed.). Rio Grande do Sul: Feevale.
- Borges, I. A., Manso, D. S., Tomé, G., & Matos, M. G. (2008). Ansiedade e coping em crianças e adolescentes: Diferenças relacionadas com a idade e gênero. *Análise Psicológica*, 26(4), 551-561. <https://doi.org/10.14417/ap.514>
- Burton, D. (1988). Do Anxious Swimmers Swim Slower? Re-examining the Elusive Anxiety-Performance Relationship. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 10, 45-61. <https://doi.org/10.1123/jsep.10.1.45>
- Coelho, E. M., Vasconcelos-Raposo, J., & Mahl, A. C. (2010). Confirmatory factorial analysis of the Brazilian version of the Competitive State Anxiety Inventory-2 (CSAI-2). *The Spanish Journal of Psychology*, 13(1), 453-460. <https://doi.org/10.1017/S1138741600004005>
- De Rose Júnior, D. (1985). *Influência do grau de ansiedade-traço no aproveitamento de lances-livres* [dissertação de mestrado]. Universidade de São Paulo.
- De Rose Júnior, D., & Vasconcellos, E. (1997). Ansiedade-traço competitiva e atletismo: um estudo com atletas infante-juvenis. *Revista Paulista de Educação Física*, 11(2), 148-54. <https://doi.org/10.11606/issn.2594-5904.rpef.1997.138565>

- Detanico, D., & Santos, S. G. (2005). Variáveis influenciando e sendo influenciadas pela ansiedade traço competitiva: um estudo com atletas judocas. *Lecturas: Educación Física y Deporte*, 10(90). Disponível em: <https://www.efdeportes.com/efd90/judocas.htm>
- Ferreira, E. M. R. (2006). *O estado de ansiedade pré-competitiva e autoconfiança*, 2006 [dissertação de mestrado]. Universidade do Porto.
- Figueiredo, S. H. (2000). Variáveis que interferem no desempenho do atleta de alto rendimento. In: Rubio, K. (Org.). *Psicologia do esporte: interfaces, pesquisa e intervenção*. São Paulo: Casa do psicólogo, 114-124.
- Gonçalves, M. P., & Belo, R. P. (2007). Ansiedade traço competitiva: diferenças quanto ao gênero, faixa etária, experiência em competições e modalidade esportiva em jovens atletas. *Psico-USF*, 12(2), 301-307. <https://doi.org/10.1590/S1413-82712007000200018>
- Guarezi, J. B. (2008). A importância do trabalho com atletas de alto nível. Monografia de Conclusão de Curso, não publicada. Programa de Pós-Graduação em Treinamento Esportivo da Universidade do Extremo Sul Catarinense – UNESC. Disponível em: <http://www.bib.unesc.net/biblioteca/sumario/000039/000039B3.pdf>
- Guerrero, K. B., Vidual, M. P., & Fernandes, P. T. (2019). Ansiedade no esporte. In: Fernandes, P. T. (Org.). *Interdisciplinaridade na Psicologia do esporte*. Curitiba: Editora CRV, 133-144.
- Guerrero, K. B., Fernandes, P. T. (2020). Manual do esporte universitário: a sinuosidade de uma vertente ímpar do esporte. *E-Contents*. <https://doi.org/10.20396/ISBN9786588397039>
- Jimenez, J. C., Su, K., Goldberg, A. R., Luna, V. M., Biane, J. S., Ordek, G., ... & Kheirbek, M. A. Anxiety Cells in a Hippocampal-Hypothalamic Circuit Article. *Neuron*, 97, 670-683, 2018. <https://doi.org/10.1016/j.neuron.2018.01.016>
- Lavoura, T. N., Botura, H. M. L., & Machado, A. A. (2006). Estudo da ansiedade e as diferenças entre os gêneros em um esporte de aventura competitivo. *Revista Brasileira de Educação Física Esporte, Lazer e Dança*, 30(4), 74-81. <http://doi.org/10.1590/1807-55092016000401061>
- Lo, L. C., Hatfield, B. D., Wu, C. T., Chang, C. C., & Hung, T. M. (2019). Elevated state anxiety alters cerebral cortical dynamics and degrades precision cognitive-motor performance. *Sports, Exercise, and Performance Psychology*, 8(1), 21-37. <https://doi.org/10.1037/spy0000155>
- Martens, R. (Ed.). (1977). *Sport Competition Anxiety Test*. Champaign, Illinois: Human Kinetics Publishers.
- Martens, R., Burton, D., & Vealey, R. S. (1990). *Competitive Anxiety in sport*. Champaign, Illinois: Human Kinetics.
- Muchuane, D. V. (2001). *Estudo da ansiedade pré-competitiva em atletas moçambicanos de Natação e Atletismo* [dissertação de mestrado]. Universidade do Porto.
- Nevill, A. M., & Holder, R. (1999). Home Advantage in Sport: An Overview of Studies on the Advantage of Playing at Home. *Sports Medicine*, 28(4), 221-236. <https://doi.org/10.2165/00007256-199928040-00001>
- Paes, R. R., Montagner, P. C., & Ferreira, H. B. (2009). *Pedagogia do esporte: Iniciação e Treinamento em Basquetebol*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan S.A.
- Ribeiro, L. B. (2018). *Análise da ansiedade pré-competitiva de atletas universitários sob a ótica da Teoria Bioecológica* [tese de doutorado]. Universidade Estadual Paulista.
- Rubio, K. (Ed.). (2000). *Psicologia do esporte interfaces, pesquisa e intervenção* (1ª ed.). São Paulo: Casa do Psicólogo Livraria e Editora.
- Salles, W. N., Oliveira, C. C., Barroso, M. L., & Pacheco, R. W. (2015). Ansiedade pré-competitiva e esporte: estudo com atletas universitários. *Conexões: Educação Física, Esporte e Saúde*, 13(3), 85-100. <https://doi.org/10.20396/conex.v13i3.8640872>
- Samulski, D. M. (2009). *Psicologia do esporte: conceitos e novas perspectivas*. (2ª ed.). revisada e ampliada. Barueri: Manole.
- Santos, I., Maciel, V. M., Oliveira, V., & Tertuliano, I. W. (2019). Ansiedade pré-competitiva em atletas de diferentes esportes: um estudo de revisão. *Mundi saúde e biológicas*, 4(2). <https://doi.org/10.21575/25254766msb2019vol4n2916>
- Sonoo, C. N., Gomes, A. L., Damasceno, M. L., Silva, S. R., & Limana, M. D. (2010). Ansiedade e desempenho: um estudo com uma equipe infantil de voleibol feminino. *Motriz*, 16(3), 629-637. <https://doi.org/10.5016/1980-6574.2010v16n3p629>
- Spielberger, C. D. (Ed.). (1972). *Anxiety: current trends in theory and research*. New York: Academic Press.
- Weinberg, R., & Gould, D. (2008). *Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício*. (2a. ed.) Porto Alegre: Artmed.