

O modelo dualístico da paixão no surf: perfil do praticante e dimensões motivacionais

The dualistic model of passion in surfing:
practitioner profile and motivational dimensions

João Malafaya Sá¹ , António Silva^{1,2} , Diogo Monteiro^{2,3} ,
Nuno Garrido^{1,2} , Filipe Rodrigues^{2,3*} 

RESUMO

Este estudo visou caracterizar o perfil sociodemográfico e de prática dos surfistas em Portugal e analisar os seus níveis de paixão harmoniosa e obsessiva em função do sexo e da modalidade. A amostra foi constituída por 138 surfistas (79% sexo masculino; $M = 38,79$ anos), com uma experiência de prática média de $20,71 \pm 13,06$ anos. A maioria da amostra é de nacionalidade portuguesa (88,4%) e reside predominantemente na região Norte (52,2%) e na Área Metropolitana de Lisboa (23,2%). Relativamente à modalidade específica, o Shortboard é a prancha mais utilizada (51,4%), seguida pelo Bodyboard (23,2%). O nível de habilidade técnica apresentou uma média de $5,16 \pm 1,78$ (numa escala de 1 a 10). A análise inferencial não detetou diferenças na paixão harmoniosa entre sexo. Contudo, os homens apresentaram níveis significativamente superiores de paixão obsessiva ($p = 0,048$; $d = 0,42$) comparativamente às mulheres. Não foram observadas diferenças significativas nos níveis de paixão harmoniosa ($F[4, 133] = 0,13$; $p = 0,972$; $\eta^2 = 0,004$) independentemente do tipo de prancha utilizada. De igual modo, embora os praticantes de Bodyboard apresentem valores absolutos médios de paixão obsessiva ligeiramente superiores, essa diferença não atingiu significância estatística ($F[4, 133] = 1,88$; $p = 0,117$; $\eta^2 = 0,054$). O surf em Portugal é praticado maioritariamente como uma atividade harmoniosa e integrada na identidade. No entanto, o sexo masculino apresenta uma maior vulnerabilidade para desenvolver padrões obsessivos, sugerindo que a intervenção psicológica e a promoção de uma prática saudável devem considerar estas diferenças de sexo.

PALAVRAS-CHAVE: surf; modelo dualístico da paixão; psicologia do desporto; sexo; perfil sociodemográfico.

ABSTRACT

This study aimed to characterise the sociodemographic and practice profile of surfers in Portugal and to analyse their levels of harmonious and obsessive passion as a function of sex and modality. Methods: The sample consisted of 138 surfers (79% male; $M = 38.79$ years), with an average surfing experience of 20.71 ± 13.06 years. Results: The majority of the sample is Portuguese (88.4%) and resides predominantly in the North region (52.2%) and the Lisbon Metropolitan Area (23.2%). Regarding the specific modality, Shortboard is the most used board (51.4%), followed by Bodyboard (23.2%). The technical skill level presented a mean of 5.16 ± 1.78 (on a scale of 1 to 10). Inferential analysis detected no differences in harmonious passion between sex. However, men presented significantly higher levels of obsessive passion ($p = .048$; $d = .42$) compared to women. No significant differences were observed in harmonious passion levels ($F[4, 133] = .13$; $p = .972$; $\eta^2 = .004$) regardless of the type of board used. Similarly, although Bodyboard practitioners presented slightly higher mean absolute values of obsessive passion, this difference did not reach statistical significance ($F[4, 133] = 1.88$; $p = .117$; $\eta^2 = .054$). Conclusion: Surfing in Portugal is practised mostly as a harmonious activity integrated into one's identity. However, males present a higher vulnerability to developing obsessive patterns, suggesting that psychological interventions and the promotion of healthy practice habits should consider these sex differences.

KEYWORDS: surfing; dualistic model of passion; sport psychology; sex; sociodemographic profile.

¹Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro – Vila Real, Portugal.

²Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano – Vila Real, Portugal.

³Instituto Politécnico de Leiria, Escola Superior de Educação e Ciências Sociais – Leiria, Portugal.

*Autor Correspondente: Instituto Politécnico de Leiria, Escola Superior de Educação e Ciências Sociais – Campus 1 – Rua Dr. João Soares, Apartado 4045 – CEP: 2411-901 – Leiria, Portugal. E-mail: filipe.rodrigues@ipleiria.pt

Conflito de interesses: nada a declarar.

Financiamento: Este trabalho foi financiado por fundos nacionais através da FCT – Fundação para a Ciência e a Tecnologia, no âmbito dos projetos UID/04045/2025 (<https://doi.org/10.54499/UID/04045/2025>), UID/PRR/04045/2025 (<https://doi.org/10.54499/UID/PRR/04045/2025>) e UID/PRR2/04045/2025 (<https://doi.org/10.54499/UID/PRR2/04045/2025>).

Recebido: 21/01/2026. **Aceite:** 20/03/2026.

Editado por: Pedro Forte. Instituto Superior de Ciências Educativas do Douro – Penafiel, Portugal.

INTRODUÇÃO

O surf tem sido objeto de uma reconfiguração sociocultural e económica significativa nas últimas décadas, transitando de uma subcultura de *lifestyle* para uma indústria global e uma modalidade olímpica (Bento et al., 2024; Lazarow et al., 2007; Wheaton, 2000). Esta expansão reflete-se no aumento exponencial de praticantes e no desenvolvimento de infraestruturas, como parques de ondas artificiais (Parsonage et al., 2025), bem como num impacto económico expressivo em regiões costeiras, exigindo estratégias de gestão sustentável dos recursos naturais (Bayram et al., 2025; Cheng & Lu, 2015; Zhang & Chen, 2022). Concomitantemente, observa-se uma diversificação demográfica dos praticantes que desafia os estereótipos tradicionais de sexo e idade (McKenzie et al., 2021), catalisando o interesse científico sobre as determinantes da prática da modalidade (Pérez-Gutiérrez & Cobo-Corrales, 2020).

Do ponto de vista funcional, o surf caracteriza-se pela interação com um ambiente estocástico, onde variáveis como a classificação da rebentação (i.e., *surf break*) e o ângulo da onda determinam a competência técnica necessária (Hutt et al., 2001). Esta especificidade ambiental impõe exigências biomecânicas ao nível do controlo postural e estabilidade (De Castro-Maqueda et al., 2025; Mendonça et al., 2012) e define um perfil fisiológico de esforço intermitente de alta intensidade. A modalidade alterna períodos predominantes de remada aeróbia com ações explosivas anaeróbias durante a onda, requerendo adaptações cardiovasculares e neuromusculares específicas (Elmahdy et al., 2024; Farley et al., 2012; Mendez-Villanueva et al., 2006). Neste âmbito, a investigação recente tem privilegiado a monitorização da carga de treino e a análise da performance da remada como vetores de otimização do rendimento (Franceschi et al., 2024; MacDonald et al., 2024).

Não obstante os benefícios associados, as exigências físicas e ambientais da modalidade acarretam riscos. A literatura evidencia uma prevalência relevante de lesões traumáticas e por sobreuso (Amrhein et al., 2016; Musumeci, 2021), frequentemente associadas a traços de personalidade orientados para a procura de sensações (*sensation seeking*) e comportamentos de risco (Coyne et al., 2016; Diehm & Armatas, 2004; Lawrence et al., 2019; Levin & Taylor, 2011). Paralelamente, a adesão à prática é sustentada por benefícios psicológicos robustos. A exposição a espaços azuis (i.e., *blue spaces*) correlaciona-se com a diminuição de sintomatologia depressiva e ansiosa, a promoção do bem-estar e a indução de estados de *flow* (Godfrey et al., 2015; Klingner et al., 2023; Olive et al., 2023; Pittsinger et al., 2017), sendo o surf validado como intervenção terapêutica complementar em populações clínicas (Carneiro et al., 2024; Uğraş et al., 2024).

Para compreender a complexidade do vínculo psicológico que os praticantes estabelecem com o surf, o modelo dualístico da paixão poderá afigurar-se como um referencial teórico de relevância. Vallerand (2015; 2016) conceptualiza a paixão como uma forte inclinação para uma atividade que o indivíduo ama, valoriza e na qual investe recursos significativos, postulando que esta se manifesta através de duas dimensões distintas. A distinção fundamental entre estas dimensões reside, hipoteticamente, no processo de internalização da atividade na identidade do sujeito. Sugere-se que a paixão harmoniosa resulte de uma internalização autónoma, permitindo que o surf ocupe um espaço significativo, mas não hegemónico, na identidade, o que poderá facilitar uma integração flexível com outras esferas da vida e promover mecanismos de regulação emocional adaptativos (Rodrigues et al., 2022; Schellenberg et al., 2021).

No contexto específico do surf, esta dinâmica poderá assumir contornos particulares, dado que a literatura sociológica descreve frequentemente a modalidade não apenas como um desporto, mas como um elemento central do autoconceito e estilo de vida do praticante (Wheaton, 2000). Neste sentido, quando a internalização ocorre de forma controlada, característica da paixão obsessiva, a atividade poderá exercer uma pressão interna coerciva sobre o indivíduo. Neste cenário, é especulativo que a prática do surf deixe de ser uma volição livre para se tornar uma necessidade psicológica compulsiva, possivelmente motivada por contingências de autoestima ou validação social (Vallerand, 2015). Esta rigidez psicológica afigura-se particularmente crítica no surf, onde a procura incessante por condições ideais de ondas poderá conduzir a conflitos interpessoais e à negligência de outras responsabilidades (Partington et al., 2009).

A evidência empírica disponível na psicologia do desporto sugere que esta dicotomia motivacional prediz desfechos qualitativamente distintos. A paixão harmoniosa apresenta-se consistentemente como um preditor robusto de indicadores de saúde mental positiva, como a satisfação com a vida, a vitalidade subjetiva e a experiência frequente de estados de *flow* (Bento et al., 2024; St-Cyr et al., 2021). Transpondo para o surf, tal implicaria que a paixão harmoniosa maximiza os benefícios terapêuticos da modalidade já documentados, como a redução da ansiedade e o aumento do bem-estar (Godfrey et al., 2015; Pittsinger et al., 2017). Inversamente, a paixão obsessiva encontra-se positivamente associada a consequências mal-adaptativas, incluindo o *burnout*, a exaustão emocional e a persistência rígida, que se traduz na manutenção da prática mesmo face a lesões físicas ou contra-indicações médicas (Rodrigues & Teixeira, 2023; Vallerand, 2008).

Não obstante a robustez teórica do modelo dualístico da paixão, a análise da literatura específica sobre surf revela limitações concetuais e metodológicas que importa colmatar. Primeiramente, a produção científica nesta modalidade tem incidido predominantemente sobre as exigências fisiológicas e biomecânicas da performance (e.g., Farley et al., 2012; Mendez-Villanueva et al., 2006) ou sobre a incidência de sintomatologia depressiva e ansiosa (Amrhein et al., 2016). Em segundo lugar, a investigação focada na dimensão psicossocial e cultural tende a privilegiar abordagens qualitativas e etnográficas, descrevendo a cultura de surf através de narrativas ou identidade subcultural (Langseth & Vyff, 2021; Partington et al., 2009; Wheaton, 2000), sem, contudo, quantificar estas dinâmicas motivacionais. Verifica-se, portanto, uma clara lacuna na literatura no que concerne a estudos quantitativos que operacionalizem os modelos motivacionais nesta população específica (Cid et al., 2019; Teixeira et al., 2023). Compreender se a massificação recente da modalidade alterou o perfil do praticante contemporâneo e de que forma a paixão se distribui entre os sexos e diferentes disciplinas de ondas constitui uma necessidade empírica premente para adequar futuras intervenções psicológicas no contexto do surf.

Face à escassez de evidência empírica que cruze a caracterização sociodemográfica atual com as variáveis motivacionais, o presente estudo propõe-se a analisar a realidade do surf em Portugal através de duas fases complementares:

- caracterizar o perfil sociodemográfico e de prática dos surfistas em Portugal, permitindo um retrato atualizado de quem pratica a modalidade;
- caracterizar os níveis de paixão (i.e., Harmoniosa e Obsessiva) destes praticantes, aferindo a prevalência de cada dimensão motivacional nesta população específica.

Com base na literatura revista, formularam-se as seguintes hipóteses: (H1) Os praticantes de surf apresentarão globalmente níveis superiores de paixão harmoniosa comparativamente à paixão obsessiva; (H2) O sexo masculino apresentará níveis significativamente mais elevados de paixão obsessiva do que o sexo feminino, refletindo uma maior vulnerabilidade a comportamentos de persistência rígida; e (H3) Não se verificarão diferenças significativas nas dimensões da paixão em função do tipo de prancha utilizada.

MÉTODOS

Participantes

Foram considerados elegíveis para participar no estudo os indivíduos que cumprissem, cumulativamente, os seguintes

critérios de inclusão: ter idade igual ou superior a 18 anos ser praticante regular de surf ou de uma modalidade de ondas afim (e.g., bodyboard, SUP, kitesurf). O racional teórico para o agrupamento destas modalidades sob a mesma matriz analítica prende-se com a partilha do mesmo ambiente de prática (espaços azuis/oceano), a interação com a natureza estocástica das ondas e a similaridade da cultura de *lifestyle* associada aos desportos de deslize, elementos que a literatura sugere serem os principais catalisadores do desenvolvimento do vínculo identitário e da paixão (Wheaton, 2000); possuir uma experiência de prática continuada igual ou superior a seis meses, período considerado mínimo para o desenvolvimento de um vínculo psicológico estável e a internalização da atividade na identidade (Vallerand, 2015); e fornecer o consentimento informado, validando a natureza voluntária da participação e a aceitação dos termos de anonimato e confidencialidade no tratamento dos dados.

Consequentemente, foram aplicados critérios de exclusão durante a fase de triagem e limpeza da base de dados. Foram eliminados da amostra final os questionários que apresentassem: preenchimento incompleto das escalas psicométricas essenciais (i.e., dados omissos); padrões de resposta invariáveis ou tendenciosos, sugerindo falta de atenção ou compromisso no preenchimento; e inconsistências lógicas nas variáveis demográficas ou de prática (e.g., reportar um volume de treino incompatível com a experiência declarada).

Instrumentos

O protocolo de recolha de dados materializou-se num questionário autoadministrado, estruturado numa sequência lógica de três blocos. O primeiro bloco apresentou os objetivos do estudo e o formulário de consentimento informado, garantindo a compreensão das condições éticas de participação. Após a aceitação, os participantes acederam ao segundo bloco, destinado à caracterização sociodemográfica (i.e., sexo, idade, nacionalidade, localização geográfica) e ao perfil de prática desportiva de ondas. Nesta secção, foram recolhidas variáveis relativas à experiência na modalidade (anos de prática), volume de treino (frequência mensal e duração média das sessões) e tipologia de prancha utilizada (e.g., Shortboard, Longboard). Adicionalmente, solicitou-se a autoavaliação do nível de competência técnica, recorrendo à classificação de surf breaks proposta por Hutt et al. (2001), bem como a perceção subjetiva da intensidade habitual do esforço de acordo com Borg (1998).

O terceiro e último bloco integrou a avaliação das variáveis motivacionais, especificamente através da versão portuguesa da *Passion Scale*, validada por Cid et al. (2019). Este instrumento é constituído por um total de 12 itens, organizados

em duas subescalas distintas de seis itens cada: Paixão harmoniosa, que avalia a internalização autónoma da atividade na identidade (e.g., “*Esta atividade está em harmonia com as outras coisas da minha vida*”); e Paixão Obsessiva, que avalia a internalização controlada e a rigidez da prática (e.g., “*Tenho quase um sentimento obsessivo por esta atividade*”). Aos participantes foi solicitado que indicassem o seu grau de concordância com cada afirmação numa escala do tipo Likert de 7 pontos, variando entre 1 (“Discordo totalmente”) e 7 (“Concordo totalmente”). A fiabilidade do instrumento foi verificada através do cálculo do coeficiente de consistência interna, nomeadamente o alfa de Cronbach, tendo ambas as dimensões apresentado valores superiores ao critério de referência de 0,70.

Procedimentos

Numa fase preliminar, o protocolo de investigação foi submetido e aprovado pela Comissão de Ética da instituição de acolhimento (Parecer n.º Doc38-CE-UTAD-2026), assegurando o cumprimento de todos os princípios deontológicos consagrados na Declaração de Helsínquia. Subsequentemente, procedeu-se à construção do instrumento de recolha de dados através da plataforma Google Forms, contemplando as variáveis de interesse previamente selecionadas. A estratégia de disseminação privilegiou canais digitais onde a comunidade de surfistas se encontra agregada. O link de acesso ao questionário foi partilhado em grupos especializados de redes sociais (e.g., Facebook, Instagram) e fóruns de praticantes, bem como disseminado junto de escolas e clubes de surf, adotando-se uma técnica de amostragem em “bola de neve” virtual. A participação no estudo foi estritamente livre e voluntária, sem qualquer tipo de recompensa financeira ou académica. Ao acederem ao questionário, os participantes foram direcionados para uma página inicial contendo o consentimento informado, onde se detalhavam os objetivos do estudo, a natureza da participação e a garantia integral de anonimato e confidencialidade dos dados. O prosseguimento para o preenchimento das questões só foi possível após a leitura integral e a aceitação explícita destes termos, operacionalizada através de uma validação obrigatória (checkbox). O tempo médio de preenchimento foi de aproximadamente 10 minutos.

Análise estatística

O tratamento e análise dos dados foram realizados com recurso ao *software* IBM SPSS Statistics, versão 30 (IBM Corp., Armonk, NY, EUA). Numa primeira fase, procedeu-se a uma análise descritiva para a caracterização detalhada da amostra. Para as variáveis categóricas, foram calculadas as

frequências absolutas (n) e relativas (%). Relativamente às variáveis contínuas, a análise contemplou o cálculo das medidas de tendência central e medidas de dispersão. Posteriormente, para testar a existência de diferenças estatisticamente significativas entre grupos (i.e., sexo, tipo de modalidade), prece-deu-se à verificação dos pressupostos paramétricos. A normalidade da distribuição das variáveis foi avaliada através da análise dos valores de assimetria e curtose, que se revelaram dentro dos parâmetros aceitáveis (entre -1 e 1 para assimetria e -3 e 4 para a curtose), e a homogeneidade das variâncias foi confirmada através do teste de Levene. Cumpridos estes pressupostos, recorreu-se ao teste t de Student para amostras independentes e à Análise de Variância a um fator (*One-way ANOVA*), respetivamente, sendo o nível de significância fixado em $p < 0,05$. Complementarmente à significância estatística, foi calculado o tamanho do efeito para quantificar a magnitude das diferenças observadas. Para o teste t , utilizou-se o d de Cohen, interpretado de acordo com os valores de referência: 0,20 (efeito pequeno), 0,50 (efeito médio) e 0,80 (efeito grande). Para a ANOVA, reportou-se o Eta quadrado (η^2), considerando-se os seguintes valores de corte: 0,01 (efeito pequeno), 0,06 (efeito médio) e 0,14 (efeito grande).

Foi conduzida uma análise de sensibilidade a posteriori (*G*Power*, v.3.1.9.7) para determinar a magnitude do efeito que a presente amostra ($n = 138$) permite detetar. Para a comparação entre sexos, assumindo um poder de 80% ($\alpha = 0,05$), a amostra revelou sensibilidade para detetar efeitos de dimensão média-grande ($d > 0,59$). Relativamente à comparação entre modalidades, a análise de sensibilidade indicou que o desenho amostral atual apenas permite detetar efeitos de grande dimensão ($f = 0,37$; para um poder de 95%). Deste modo, a ausência de diferenças estatisticamente significativas entre os praticantes de diferentes tipos de prancha deve ser interpretada com prudência, uma vez que o estudo poderá não ter possuído potência estatística suficiente para identificar diferenças de pequena ou média dimensão, situação exacerbada pela assimetria na dimensão dos subgrupos (ver seção dos Resultados).

RESULTADOS

A amostra final válida foi constituída por 138 praticantes de desportos de ondas. A distribuição por sexo revelou uma prevalência de participantes do sexo masculino ($n = 109$; 79%), comparativamente ao sexo feminino ($n = 29$; 21%). A idade média dos participantes fixou-se em $38,79 \pm 12,08$ anos, variando entre os 11 e os 62 anos. A maioria da amostra é de nacionalidade portuguesa (88.4%) e reside predominantemente na região

Norte (52,2%) e na Área Metropolitana de Lisboa (23,2%). No que concerne à caracterização da prática, os participantes reportaram uma experiência média de $20,71 \pm 13,06$ anos de prática. A frequência média mensal de prática é de aproximadamente $9,62 \pm 7,60$ sessões, com cada sessão a ter uma duração média de cerca de $1,90 \pm 0,64$ horas. Relativamente à modalidade específica, o Shortboard é a prancha mais utilizada (51,4%), seguida pelo Bodyboard (23,2%). O nível de habilidade técnica, apresentou uma média de $5,16 \pm 1,78$ (numa escala de 1 a 10). A intensidade percebida com base na escala de Borg adaptada das sessões situou-se num valor médio de $4,67 \pm 1,99$ (numa escala de 0–10). A caracterização detalhada encontra-se na Tabela 1.

Tabela 1. Caracterização Sociodemográfica e de Prática da Amostra ($n = 138$).

Variável	Categoria	n (%)
Localização geográfica	Norte	72 (52,2)
	A. M. Lisboa	32 (23,2)
	Internacional	24 (17,4)
	Centro	6 (4,3)
	R. A. Madeira	4 (2,9)
Nacionalidade	Portuguesa	122 (88,4)
	Brasileira	5 (3,6)
	Americana	2 (1,4)
	Britânica	2 (1,4)
	Italiana	1 (0,7)
	Francesa	1 (0,7)
	Sul-Africana	1 (0,7)
	Alemã	1 (0,7)
	Australiana	1 (0,7)
	Tailandesa	1 (0,7)
	Bissau-Guineense	1 (0,7)
Modalidade Principal	Shortboard	71 (51,4)
	Bodyboard	32 (23,2)
	Longboard	22 (15,9)
	Kitesurf	10 (7,2)
	Stand Up Paddle	3 (2,2)

A. M. Lisboa: Área Metropolitana de Lisboa; R. A. Madeira: Região Autónoma da Madeira.

Relativamente à comparação em função do sexo dos padrões motivacionais da paixão, a análise dos dados revelou que não existem diferenças estatisticamente significativas na dimensão de Paixão Harmoniosa ($t[136] = 0,17$; $p = 0,866$). Contudo, observaram-se diferenças estatisticamente significativas na dimensão de Paixão Obsessiva ($t[136] = 2$; $p = 0,048$). Os participantes do sexo masculino reportaram níveis superiores de paixão obsessiva comparativamente aos participantes do sexo feminino. A magnitude das diferenças observadas nesta dimensão corresponde a um tamanho de efeito entre pequeno a moderado ($d = 0,42$). A Tabela 2 apresenta detalhadamente a estatística descritiva e inferencial para ambos os grupos.

Importa salientar que, devido à forte assimetria na distribuição dos praticantes pelas diferentes modalidades e à dimensão muito reduzida de alguns subgrupos (e.g., Stand Up Paddle, $n = 3$), as comparações inferenciais apresentadas a seguir devem ser interpretadas com cautela, tendo um caráter meramente exploratório. Por fim, a análise dos dados não revelou diferenças estatisticamente significativas na dimensão de paixão harmoniosa ($F[4, 133] = 0,13$; $p = 0,972$; $\eta^2 = 0,004$), indicando que os níveis de paixão são transversais às diferentes formas de prática. De igual modo, embora os praticantes de Bodyboard apresentem valores absolutos médios de paixão obsessiva ligeiramente superiores, essa diferença não atingiu significância estatística ($F[4, 133] = 1,88$; $p = 0,117$; $\eta^2 = 0,054$). Estes resultados sugerem que o tipo de modalidade específica não é um fator diferenciador determinante no perfil motivacional dos praticantes. A Tabela 3 apresenta a estatística descritiva e inferencial detalhada.

DISCUSSÃO

O presente estudo teve como objetivo caracterizar o perfil sociodemográfico e de prática dos surfistas em Portugal, bem como analisar os seus padrões motivacionais à luz do Modelo Dualístico da Paixão. Os resultados obtidos desenharam o retrato de uma amostra experiente na prática de surf (média superior a 6 meses), maioritariamente masculina, onde a prática parece ter evoluído de uma atividade de lazer esporádica para um elemento regular. Face à amostragem de

Tabela 2. Comparação das Dimensões de Paixão em função do Sexo.

Variável	Masculino ($n = 109$)	Feminino ($n = 29$)	$t(136)$	Valor p	d de Cohen
	$M \pm DP$	$M \pm DP$			
Paixão Harmoniosa	$5,91 \pm 0,89$	$5,88 \pm 0,97$	0,17	0,866	-
Paixão Obsessiva	$4,00 \pm 1,54$	$3,36 \pm 1,44$	2,00	0,048	0,42

M: Média; DP: Desvio-Padrão; t: valor do teste t; valor p : nível de significância; d : tamanho do efeito de Cohen; $p < 0,05$.

Tabela 3. Comparação das Dimensões de Paixão em função da Modalidade de Prática.

Variável	Shortboard (n = 71)	Longboard (n = 22)	Bodyboard (n = 32)	Kitesurf (n = 10)	SUP (n = 3)	F	Valor p
	M ± DP	M ± DP	M ± DP	M ± DP	M ± DP		
Paixão Harmoniosa	5,88 ± 1,01	5,91 ± 0,67	5,99 ± 0,82	5,80 ± 1,00	5,83 ± 0,60	0,13	0,972
Paixão Obsessiva	3,72 ± 1,55	3,39 ± 1,41	4,44 ± 1,56	4,00 ± 1,37	4,06 ± 1,27	1,88	0,117

M: Média; DP: Desvio-Padrão; SUP: Stand Up Paddle; F: valor do teste F; valor p: nível de significância.

conveniência e ao forte desequilíbrio entre sexos, estes dados refletem as características do grupo avaliado, devendo evitar-se a generalização direta para a totalidade da população de surfistas em Portugal.

Relativamente à caracterização da amostra, a prevalência de participantes do sexo masculino (79%) corrobora a perspetiva histórica do surf como uma subcultura predominantemente masculina, tal como documentado nas análises sociológicas de Wheaton (2000). Embora a literatura recente aponte para uma diversificação demográfica e um aumento da participação feminina e de grupos minoritários (McKenzie et al., 2021; Parsonage et al., 2025), os nossos dados sugerem que, em Portugal, o núcleo duro dos praticantes regulares continua a ser sujeito por homens. Concomitantemente, a idade média de aproximadamente 39 anos, aliada a uma experiência de prática superior a duas décadas (experiência média de $20,71 \pm 13,06$ anos de prática), indica que o surf não é um fenómeno passageiro de juventude, mas aparentemente uma prática de longo curso. Esta longevidade na modalidade pode ser explicada pelos benefícios psicológicos robustos associados à exposição aos espaços azuis, nomeadamente a promoção do bem-estar e a redução da ansiedade (Godfrey et al., 2015; Pittsinger et al., 2017), fatores que potenciam a retenção dos praticantes ao longo do ciclo de vida.

No que concerne aos perfis motivacionais, a amostra revelou níveis elevados de paixão harmoniosa, superiores aos de paixão obsessiva. Este dado é extremamente positivo, sugerindo que, para a maioria destes surfistas, a atividade foi internalizada de forma autónoma na sua identidade (Cid et al., 2019; Vallerand, 2015). Isto implica que o surf ocupa um espaço significativo, mas não hegemónico, nas suas vidas, permitindo uma convivência saudável com outras esferas sociais e profissionais. À luz da evidência empírica, esta predominância da paixão harmoniosa parece ser um preditor de saúde mental positiva e da ocorrência frequente de estados de *flow* (Bento et al., 2024; St-Cyr et al., 2021), maximizando o potencial terapêutico da modalidade descrito por Carneiro et al. (2024) e Uğraş et al. (2024). Contudo, a análise comparativa em função do sexo revelou uma diferença significativa que merece ser analisada à luz da literatura. Se, por um lado, homens e mulheres partilham níveis idênticos de paixão harmoniosa,

indicando que a “motivação intrínseca” pela modalidade e o prazer retirado da prática são universais, por outro, os homens apresentaram níveis significativamente superiores de paixão obsessiva. Este resultado sugere que os praticantes do sexo masculino poderão estar mais vulneráveis aos aspetos mal-adaptativos da prática. De acordo com Vallerand (2008; 2015), a paixão obsessiva resulta de uma internalização controlada, frequentemente motivada por pressões intra ou interpessoais, como a necessidade de validação social ou contingências de autoestima. No contexto do surf, embora estas variáveis não tenham sido diretamente avaliadas no presente estudo, a evidência teórica sugere que isto poderá traduzir-se numa persistência rígida, levando hipoteticamente o indivíduo a surfar mesmo em condições adversas, negligenciando lesões ou comprometendo responsabilidades (Partington et al., 2009). Esta maior propensão masculina para a obsessão pode encontrar eco na literatura sobre traços de personalidade no desporto. Estudos indicam que os surfistas, particularmente os homens, tendem a apresentar níveis mais elevados de procura de sensações (*sensation seeking*) e tolerância ao risco (Diehm & Armatas, 2004; Levin & Taylor, 2011). É plausível especular que a cultura tradicional do surf, muitas vezes associada à performance, à conquista da onda perfeita e à bravura perante o perigo (Wheaton, 2000), exerça uma pressão tácita sobre os homens para manterem uma prática intensa e, por vezes, compulsiva, alimentando esta vertente obsessiva. Inversamente, a menor expressão da paixão obsessiva nas mulheres poderá refletir uma abordagem à modalidade mais orientada para a conexão com a natureza, o bem-estar e a comunidade (Franceschi et al., 2024; Olive et al., 2023), protegendo-as dos comportamentos de rigidez psicológica que, segundo a literatura, se associam ao *burnout* ou lesões por sobreuso. Contudo, reforça-se que estas extrapolações são de natureza teórica, uma vez que construtos como a saúde mental, o *burnout* ou a incidência de lesões não foram empiricamente testados nesta investigação. Além disso, esta interpretação deve ser assumida com prudência face à natureza transversal do desenho de investigação e à disparidade na dimensão dos subgrupos (masculino vs. feminino), carecendo de confirmação em futuras investigações.

A comparação entre modalidades, principalmente entre Shortboard, Longboard, Bodyboard, revelou uma transversalidade nos níveis de paixão. Contrariando estereótipos que poderiam sugerir que determinadas disciplinas (e.g., Shortboard) atraem perfis mais fanáticos ou competitivos, os nossos resultados demonstram que o tipo de prancha não parece ser um fator diferenciador determinante no vínculo psicológico com o surf. Esta homogeneidade reforça a ideia de que a essência da experiência de surf pode residir na interação com o ambiente estocástico e na gestão das exigências biomecânicas e fisiológicas da onda (Elmahdy et al., 2024; Hutt et al., 2001), independentemente da prancha utilizada. Seja num Longboard ou num Bodyboard, o desafio da leitura do mar e a procura pelo *flow* parecem gerar um investimento identitário semelhante. Deste modo, a paixão pelo deslize nas ondas afigura-se como um construto genérico nesta comunidade, unificando praticantes de diferentes submodalidades sob a mesma matriz motivacional.

Implicações práticas

Os resultados do presente estudo, embora exploratórios, encerram implicações práticas relevantes para treinadores, psicólogos do desporto e entidades promotoras de *surf therapy*. A identificação de uma maior vulnerabilidade masculina para a paixão obsessiva sugere que os programas de treino devem integrar módulos de literacia motivacional e gestão de expectativas. Promover um foco na experiência lúdica e na conexão com a natureza (i.e., vertente harmoniosa), em detrimento exclusivo da performance ou da validação social, pode ser uma estratégia preventiva contra o *overtraining* e a persistência rígida. Para além disso, as escolas de surf poderão utilizar estas informações para desenhar abordagens pedagógicas mais sensíveis às diferenças de sexo, fomentando um estilo de vida sustentável e equilibrado a longo prazo.

Limitações e sugestões para estudos futuros

Apesar da metodologia empregue, o presente estudo acarreta limitações que devem ser consideradas na interpretação dos resultados. Em primeiro lugar, a natureza transversal da investigação impede o estabelecimento de relações de causalidade entre as variáveis, oferecendo apenas uma visão exploratória da realidade motivacional dos praticantes. Em segundo lugar, o recurso a uma amostragem não probabilística por conveniência, divulgada predominantemente através de canais digitais e redes sociais, poderá ter enviesado a amostra para surfistas com maior literacia digital ou conexão a comunidades virtuais, deixando sub-representados praticantes que não utilizam

estas plataformas. Uma limitação central prende-se com a dimensão e distribuição da amostra ($n = 138$). A predominância acentuada de participantes do sexo masculino (79%) reflete a realidade demográfica do surf, mas condiciona a robustez estatística das comparações entre sexo. Neste sentido, foi conduzida uma análise de sensibilidade a posteriori (G*Power) que revelou limitações na potência do estudo. Para a comparação entre sexos, a amostra apenas assegurou sensibilidade para detetar efeitos de dimensão média-grande ($d > 0,59$). Embora tenha sido possível identificar diferenças significativas na paixão obsessiva ($d = 0,42$), a ausência de diferenças na paixão harmoniosa deve ser lida com cautela, pois efeitos menores podem não ter sido detetados (Erro Tipo II). De igual modo, na comparação entre modalidades, a análise indicou que o desenho amostral apenas permite detetar efeitos de grande dimensão ($f = 0,37$), o que pode justificar a ausência de significância estatística entre grupos com dimensões muito assimétricas (e.g., Shortboard vs. SUP). Adicionalmente, aponta-se a natureza autorreportada dos dados como um fator de potencial viés. A avaliação do nível de habilidade técnica, embora baseada numa taxonomia validada (Hutt et al., 2001), está sujeita à percepção subjetiva do participante. A estrutura da amostra não permitiu, contudo, estabelecer comparações robustas entre diferentes níveis de rendimento (e.g., surfistas recreativos vs. peritos ou atletas federados), impossibilitando verificar se a competição exacerba os níveis de paixão. Acresce a isto a influência da sazonalidade. Os dados foram recolhidos num período temporal específico, não refletindo as flutuações motivacionais que podem ocorrer em função da qualidade das ondas ou da estação do ano. Por último, importa ressaltar que o presente estudo se circunscreveu à caracterização exploratória dos níveis de paixão, não contemplando a análise da sua associação com outras variáveis psicológicas frequentemente associadas à prática do surf, como o bem-estar subjetivo, a resposta afetiva aguda ou a vitalidade. Esta ausência impede uma compreensão mais holística sobre as consequências funcionais (adaptativas ou mal-adaptativas) dos perfis motivacionais identificados. Para investigações futuras, sugere-se a implementação de desenhos longitudinais que permitam acompanhar a evolução da paixão ao longo da carreira do surfista. Seria igualmente pertinente realizar estudos que correlacionem os tipos de paixão com indicadores de saúde mental e resposta emocional pós-treino, bem como recrutar amostras estratificadas que permitam comparar surfistas de lazer com atletas de alta competição, para isolar o efeito do contexto competitivo na motivação.

CONCLUSÃO

O presente estudo exploratório permite concluir que a comunidade de surfistas em Portugal é caracterizada por um perfil experiente, sugerindo que a modalidade transcendeu o estatuto de desporto recreativo para se consolidar como um estilo de vida de longo curso. A prática do surf encontra-se sustentada predominantemente por uma paixão harmoniosa, indiciando que a generalidade dos praticantes, independentemente do tipo de prancha que utilizam, estabelece um vínculo harmonioso com a atividade, integrando-a de forma equilibrada na sua identidade e quotidiano. Não obstante, os resultados evidenciam uma assimetria de sexo relevante. Embora a paixão pelo surf seja transversal, os praticantes do sexo masculino demonstraram uma maior propensão para a paixão obsessiva. Este dado sugere a importância de uma maior atenção pedagógica e preventiva sobre os comportamentos de prática nos homens, que poderão apresentar uma maior vulnerabilidade a riscos de rigidez psicológica. Futuros estudos de natureza longitudinal serão fundamentais para confirmar estas tendências e clarificar os mecanismos causais subjacentes a estas diferenças.

AGRADECIMENTOS

Este artigo é dedicado à memória de Luís Cid, um estimado colega e amigo, que faleceu durante o decurso desta investigação. As suas contribuições significativas para a compreensão científica da motivação no desporto, a sua visão crítica e o seu calor humano moldaram profundamente este estudo e os seus autores. A sua ausência será sentida profundamente.

CONTRIBUTOS DOS AUTORES (TAXONOMIA CREDIT)

João Malafaya Sá: Conceptualização, metodologia, análise formal, investigação, curadoria de dados, redação — preparação do rascunho original, redação — revisão e edição, visualização.

António Silva: Conceptualização, validação, investigação, recursos, redação — revisão e edição, supervisão, administração do projeto.

Diogo Monteiro: Conceptualização, metodologia, software, análise formal, recursos, curadoria de dados, redação — revisão e edição, visualização, supervisão.

Nuno Garrido: Conceptualização, validação, investigação, recursos, redação — revisão e edição, supervisão.

Filipe Rodrigues: Conceptualização, metodologia, software, validação, análise formal, redação — preparação do rascunho original, redação — revisão e edição, supervisão, administração do projeto.

REFERÊNCIAS

- Amrhein, M., Barkhoff, H., & Heiby, E. M. (2016). Spirituality, depression, and anxiety among ocean surfers. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 10(2), 155–171. <https://doi.org/10.1123/jcsp.2015-0016>
- Bayram, A., Yalcin, I., Sahin, E., Ekinci, N. E., Talaghir, L. G., & Iconomescu, T. M. (2025). The role of recreational flow experience and well-being on re-participation intention: recreational sport participants. *Frontiers in Psychology*, 16, Artigo 1574337. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1574337>
- Bento, T., Vitorino, A., Cid, L., Monteiro, D., & Couto, N. (2024). Analysing the relation between passion, motivation, and subjective well-being in sport: a systematic review. *Sports*, 12(10), Artigo 279. <https://doi.org/10.3390/sports12100279>
- Borg, G. (1998). *Borg's perceived exertion and pain scales*. Human Kinetics.
- Carneiro, L., Clemente, F. M., Claudino, J. G., Ferreira, J., Ramirez-Campillo, R., & Afonso, J. (2024). Surf therapy for people with mental health disorders: A systematic review of randomized and non-randomized controlled trials. *BMC Complementary Medicine and Therapies*, 24(1), Artigo 376. <https://doi.org/10.1186/s12906-024-04674-0>
- Cheng, T.-M., & Lu, C.-C. (2015). The causal relationships among recreational involvement, flow experience, and well-being for surfing activities. *Asia Pacific Journal of Tourism Research*, 20(Suppl. 1), 1486–1504. <https://doi.org/10.1080/10941665.2014.999099>
- Cid, L., Vitorino, A., Bento, T., Teixeira, D. S., Rodrigues, F., & Monteiro, D. (2019). The passion scale-Portuguese version: reliability, validity, and invariance of gender and sport. *Perceptual and Motor Skills*, 126(4), 694–712. <https://doi.org/10.1177/0031512519849744>
- Coyne, J. O. C., Tran, T. T., Secomb, J. L., Lundgren, L., Farley, O. R. L., Newton, R. U., & Sheppard, J. M. (2016). Association between anthropometry, upper extremity strength, and sprint and endurance paddling performance in competitive and recreational surfers. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 11(5), 728–735. <https://doi.org/10.1177/1747954116667111>
- De Castro-Maqueda, G., Rosety-Rodríguez, M. A., Rivero-Vila, M., Del Rosario Fernández-Santos, J., & Abiko, T. (2025). Surf's up for postural stability: A descriptive study of physical activity, balance, flexibility, and self-esteem in healthy adults. *Journal of Functional Morphology and Kinesiology*, 10(3), 290. <https://doi.org/10.3390/jfmk10030290>
- Diehm, R., & Armatas, C. (2004). Surfing: An avenue for socially acceptable risk-taking, satisfying needs for sensation seeking and experience seeking. *Personality and Individual Differences*, 36(3), 663–677. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(03\)00124-7](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(03)00124-7)
- Elmahdy, Y. M., Orams, M., & Mykletun, R. J. (2024). Exploring the personal benefits of surfing: Insights from cold-water surfers in Jæren, Norway. *Frontiers in Sustainable Tourism*, 3, Artigo 1286424. <https://doi.org/10.3389/frsut.2024.1286424>
- Farley, O. R. L., Harris, N. K., & Kilding, A. E. (2012). Physiological demands of competitive surfing. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 26(7), 1887–1896. <https://doi.org/10.1519/jsc.0b013e3182392c4b>
- Franceschi, L., Small, N., Goldsby, T., Goldsby, M., Padamada, S., Ziegler, M. G., & Mills, P. J. (2024). The Groundswell community surf therapy intervention for at-risk women and changes in body acceptance, resilience, and emotional regulation. *Global Advances in Integrative Medicine and Health*, 13, 1–10. <https://doi.org/10.1177/27536130241278970>
- Godfrey, C., Devine-Wright, H., & Taylor, J. (2015). The positive impact of structured surfing courses on the wellbeing of vulnerable young people. *Community Practitioner*, 88(1), 26–29.
- Hutt, J. A., Black, K. P., & Mead, S. T. (2001). Classification of surf breaks in relation to surfing skill. *Journal of Coastal Research*, 29, 66–81.

- Klingner, F. C., Huijgen, B. C. H., & Kempe, M. (2023). The heat is on: Investigating the effect of psychological pressure on competitive performance in elite surfing. *Journal of Sports Sciences*, 41(6), 596–604. <https://doi.org/10.1080/02640414.2023.2230032>
- Langseth, T., & Vyff, A. (2021). Cultural dissonance: Surfers' environmental attitudes and actions. *Frontiers in Sports and Active Living*, 3, Artigo 695048. <https://doi.org/10.3389/fspor.2021.695048>
- Lawrence, G. P., Virian, J., Oliver, S. J., & Gottwald, V. M. (2019). Lets go surfing now, everybody's learning how; attentional strategies on expert and novice surfing performance. *European Journal of Sport Science*, 20(2), 229–239. <https://doi.org/10.1080/17461391.2019.1626489>
- Lazarow, N., Miller, M. L., & Blackwell, B. (2007). Understanding the socioeconomic impact of recreational surfing and its value to the coastal economy. *Shore & Beach*, 75(4), 21–25.
- Levin, B. J., & Taylor, J. (2011). Depression, anxiety, and coping in surfers. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 5(2), 148–165. <https://doi.org/10.1123/jcsp.5.2.148>
- MacDonald, L. A., Chalkley, D., Parsonage, J., Gosney, S., Webster, H., & Minahan, C. L. (2024). The importance of paddling to surfing performance: Insights from elite athletes, coaches, and performance support practitioners. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 19(6), 2334–2344. <https://doi.org/10.1177/17479541241268674>
- McKenzie, R. J., Chambers, T. P., Nicholson-Perry, K., Pilgrim, J., & Ward, P. B. (2021). "Feels good to get wet": The unique affordances of surf therapy among Australian youth. *Frontiers in Psychology*, 12, Artigo 721238. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.721238>
- Mendez-Villanueva, A., Bishop, D., & Hamer, P. (2006). Activity profile of world-class professional surfers during competition: A case study. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 20(3), 477–482. <https://doi.org/10.1519/16574.1>
- Mendonça, A., Fortes, C. J., Capitão, R., Neves, M. G., Antunes do Carmo, J. S., & Moura, T. (2012). Hydrodynamics around an artificial surfing reef at Leirosa, Portugal. *Journal of Waterway, Port, Coastal, and Ocean Engineering*, 138(3), 254–266. [https://doi.org/10.1061/\(ASCE\)WWW.1943-5460.0000128](https://doi.org/10.1061/(ASCE)WWW.1943-5460.0000128)
- Musumeci, G. (2021). Why would you choose to do an extreme sport? *Journal of Functional Morphology and Kinesiology*, 6(3), Artigo 65. <https://doi.org/10.3390/jfmk6030065>
- Olive, L., Dober, M., Mazza, C., Turner, A., Mohebbi, M., Berk, M., & Telford, R. (2023). Surf therapy for improving child and adolescent mental health: A pilot randomised control trial. *Psychology of Sport & Exercise*, 65, Artigo 102349. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102349>
- Parsonage, J., MacDonald, M., Shephard, M., Gosney, S., Denny, A., & Minahan, C. (2025). Paddle-to-podium: A four-phased applied research model, translating research into practice for female surfers. *Frontiers in Sports and Active Living*, 7, Artigo 1619283. <https://doi.org/10.3389/fspor.2025.1619283>
- Partington, S., Partington, E., & Olivier, S. (2009). The dark side of flow: A qualitative study of dependence in big wave surfing. *The Sport Psychologist*, 23(2), 170–185. <https://doi.org/10.1123/tp.23.2.170>
- Pérez-Gutiérrez, M., & Cobo-Corrales, C. (2020). Surfing scientific output indexed in the Web of Science and Scopus (1967–2017). *Movimento*, 26, Artigo e26015. <https://doi.org/10.22456/1982-8918.94062>
- Pittsinger, R., Kress, J., & Crussemeyer, J. (2017). The effect of a single bout of surfing on exercise-induced affect. *International Journal of Exercise Science*, 10(7), 989–999. <https://doi.org/10.70252/XBNU4472>
- Rodrigues, F., Mageau, G. A., Lemelin, E., Teixeira, D., Vitorino, A., Cid, L., & Monteiro, D. (2022). Life satisfaction of Paralympians: The role of needs satisfaction and passion. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 17(3), 510–518. <https://doi.org/10.1177/17479541211036224>
- Rodrigues, F., & Teixeira, D. (2023). The relationships between passions, intentions, habit and exercise frequency. *Journal of Sports Sciences*, 41(8), 803–811. <https://doi.org/10.1080/02640414.2023.2240622>
- Schellenberg, B. J. I., Verner-Filion, J., Gaudreau, P., & Mbabaali, S. (2021). The two dimensions of passion for sport: A new look using a quadripartite approach. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 43(6), 459–476. <https://doi.org/10.1123/jsep.2021-0048>
- St-Cyr, J., Vallerand, R. J., & Chénard-Poirier, L. A. (2021). The role of passion and achievement goals in optimal functioning in sports. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(17), Artigo 9023. <https://doi.org/10.3390/ijerph18179023>
- Teixeira, D. S., Rodrigues, F., Vitorino, A., Cid, L., Bento, T., Evmenenko, A., Macedo, R., Morales-Sánchez, V., & Monteiro, D. (2023). The dualistic model of passion in adapted sport: A double-serial mediation analysis on satisfaction with life. *Current Psychology*, 42(11), 8919–8930. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02186-5>
- Uğraş, S., Mergan, B., Çelik, T., Hidayat, Y., Özman, C., & Üstün, Ü. D. (2024). The relationship between passion and athlete identity in sport: The mediating and moderating role of dedication. *BMC Psychology*, 12, Artigo 76. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01565-4>
- Vallerand, R. J. (2008). On the psychology of passion: In search of what makes people's lives most worth living. *Canadian Psychology*, 49(1), 1–13. <https://doi.org/10.1037/0708-5591.49.1.1>
- Vallerand, R. J. (2015). *The psychology of passion: A dualistic model*. Oxford University Press.
- Vallerand, R. J. (2016). On the synergy between hedonia and eudaimonia: The role of passion. In J. Vittersø (Ed.), *Handbook of eudaimonic well-being* (pp. 191–204). Springer International Publishing/Springer Nature. https://doi.org/10.1007/978-3-319-42445-3_13
- Wheaton, B. (2000). "Just do it": Consumption, commitment, and identity in the windsurfing subculture. *Sociology of Sport Journal*, 17(3), 254–274. <https://doi.org/10.1123/ssj.17.3.254>
- Zhang, S., & Chen, Y. (2022). A study on embodied experience of surfing tourism based on grounded theory — Take China's Hainan Province as an example. *Behavioral Sciences*, 12(11), Artigo 407. <https://doi.org/10.3390/bs12110407>