

## ANSIEDADE -ESTADO COMPETITIVA E BASQUETEBOL: UM ESTUDO COMPARATIVO COM ATLETAS DO SEXO FEMINO E MASCULINO

Jaqueline Pinto Martins\*  
Paulo Fernando Lopes Júnior\*\*  
Rosângela Aparecida Botinha Assumpção\*\*\*

MARTINS, J.P.; LOPES JÚNIOR, P.F.; ASSUMPÇÃO, R.A.B. Ansiedade -estado competitiva e basquetebol: um estudo comparativo com atletas do sexo feminino e masculino. *Arq. Ciênc. Saúde Unipar*, Umuarama, 8(2), mai./ago. p.107-110, 2004.

**RESUMO:** A ansiedade é um dos muitos aspectos psicológicos que influenciam o atleta no momento da competição e esta vem ocupando um enorme espaço na literatura de psicologia do esporte. O objetivo desta pesquisa foi o de investigar as possíveis diferenças de ansiedade em função do sexo dos atletas de basquetebol. Para isto, foi aplicado o IDATE nas equipes de basquetebol masculina (2 equipes) e feminina (2 equipes), categoria cadete, faixa etária de 16 a 18 anos, que disputaram o Campeonato Regional Paranaense de Basketball, em maio/2002. Os dados foram analisados e pode-se concluir que as atletas do sexo feminino de basquetebol apresentam um grau de ansiedade-estado diferente do apresentado pelos atletas do sexo masculino.

**PALAVRAS-CHAVE:** Ansiedade. Ansiedade-estado.

### COMPETITIVE STATE ANXIETY AND BASKETBALL: A COMPARATIVE STUDY WITH MALE AND FEMALE ATHLETES

MARTINS, J.P.; LOPES JÚNIOR, P.F.; ASSUMPÇÃO, R.A.B. Competitive state anxiety and basketball: a comparative study with male and female athletes. *Arq. Ciênc. Saúde Unipar*, Umuarama, 8(2), mai./ago. p.107-110, 2004.

**ABSTRACT:** Anxiety is one of the many psychological aspects which can influence the athlete at the competition moment and it is taking a big place in the literature of the sport psychology. The main objective of this search was to investigate the possible differences of anxiety concerning the sex of the basketball's athletes. So, it was used the IDATE on the male basketball teams (2 teams) and female teams (2 teams), cadet category, age between 16-18 years old, that competed the Paranaense Regional Competition of Basketball in May of 2002. The dates were analyzed and we can conclude that the basketball female athletes present a different state anxiety grade from that one presented by the male athletes.

**KEY-WORDS:** Anxiety. State-anxiety.

#### Introdução

Cada vez mais fica comprovada a importância da psicologia nos esportes. Essa importância pode ser constatada nas seleções brasileiras de voleibol, basquetebol e outras onde os técnicos já estão mais conscientes do preparo psicológico. A preparação física, técnica e tática todos já conhecem e podem chegar ao mesmo nível de especialização. Mas é a parte psicológica que irá fazer a diferença numa competição entre dois atletas muito bem preparados nos demais aspectos. O atleta não é apenas um corpo que realiza determinados movimentos, treina e compete. Ele também é mente, aliás ele é corpo-mente, ou seja, ele é uma organização psicossomática.

Assim, um treinador esportivo não deve se importar somente com as características físicas do atleta, como por exemplo, o seu somatotipo, seu % de gordura ou seu VO<sub>2</sub> máx., mas também com suas características psicológicas.

Um dos muitos aspectos psicológicos que influenciarão o atleta no momento da competição é a

ansiedade. Pesquisas como as de Sanches, Serra e Montanes (1995), e Tenenbaum e Barra-Eli (1995) demonstram a influência da ansiedade no desempenho do atleta.

O presente trabalho tem como objetivo comparar o nível de ansiedade estado em atletas de basquetebol da categoria cadete do sexo feminino e masculino.

A ansiedade, um fenômeno exclusivamente do comportamento humano, aparece em situações importantes do cotidiano das pessoas, influenciando a tomada de decisões de atos considerados relevantes pelo indivíduo, tais como: momentos antes de um encontro com a nova namorada, o momento que antecede uma entrevista para o novo emprego, o minuto final da decisão do campeonato nacional de futebol, onde seu time está próximo de conquistar o título, entre outros fatos que propiciam esta sensação.

Na psicologia do esporte os termos ansiedade e estresse têm sido considerados quase sempre sinônimos. (Samulski, 2002).

Spielberger (1989) e Hackfort & Schwenkmezger (1993) consideram a ansiedade uma emoção típica do

\*Doutora em Psicologia, Saúde, Educação e Qualidade de Vida, Docente da Universidade Paranaense – UNIPAR, Docente da Faculdade Dom Bosco

\*\*Mestrando em Administração e Marketing Esportivo, Docente da Faculdade de São Miguel do Iguçu-FAESI

\*\*\*Mestranda em Engenharia Agrícola, Docente da Faculdade Assis Gurgacz

Endereço para correspondência: Rua Marechal Rondon, nº 1857 aptº 602 – Centro – Cascavel – Paraná – cep. 85.801-500

fenômeno estresse. Hackford & Schwenkmezger (1993: 328) “entendem emoção como um processo em que os aspectos cognitivos, motivacionais, volitivos e neurofisiológicos interagem”. Estresse é considerado como sendo “um complexo processo psicobiológico que consiste de três grandes elementos: estressores, percepções ou avaliações de perigo (ameaça) e reações emocionais”, onde os estressores se referem “à situação e circunstância que são caracterizadas por algum nível de perigo físico ou psicológico objetivo”; as percepções ou avaliações de perigo se referem à “percepção ou avaliação individual de uma situação como sendo perigosa ou prejudicial”; e a reação emocional como sendo um estado emocional (ansiedade de estado) que se refere aos “sentimentos de tensão, apreensão, preocupação e ativação (arousal) elevada do sistema nervoso autônomo, vivenciados subjetiva e conscientemente”. (Spielberger, 1989:4, 5)

Para Spielberger (1989), estas reações emocionais de ansiedade de estado consistem de uma combinação única de: “sentimentos de tensão, apreensão e nervosismo; pensamentos desagradáveis; mudanças fisiológicas”. (Samulski, 2002:166)

Pode-se encontrar na literatura algumas definições para o constructo ansiedade.

Magill (1984:249) associa ansiedade: “a sentimentos de apreensão, nervosismo, preocupação ou medo”, ou ainda, ansiedade pode ser definida como “uma aflição, uma angústia, um estado psíquico acompanhado de excitação ou inibição. Pode-se dizer que é uma expressão da personalidade de um indivíduo” (Singer 1986:95).

Machado (1997:112) relata que: “... a ansiedade é a resposta emocional determinada de um acontecimento, que pode ser agradável, frustrante, ameaçador, entristecedor, ... e cuja realização ou resultado depende não apenas da própria pessoa, mas também de outros. Ela inclui manifestações somáticas e fisiológicas, sendo fruto de uma patologia decorrente da própria humanidade.”

Spilberger apud De Rose Júnior e Vasconcelos (1997:149): “...caracterizou ansiedade como um sentimento subjetivo de apreensão e tensão, provocando um medo geral no indivíduo, além de reações somáticas, psicomotoras e sociais.”

Analisando esses conceitos percebe-se a ansiedade presente no cotidiano das pessoas, expressa pela tensão, apreensão, medo e ameaça, para responder a situações importantes com variação de intensidade conforme a importância da situação.

Nesta pesquisa será utilizado o conceito de ansiedade segundo Machado (1997) e Spilberger apud De Rose Júnior e Vasconcelos (1997) por elas estarem mais relacionadas com a área esportiva.

Para que o conceito de ansiedade e a sua relação com o desempenho motor seja compreendido é necessário caracterizar os tipos de ansiedade para que se possa chegar a conceitos que realmente contemplem todas as manifestações ansiosas na área esportiva.

Spilberger, uma das principais referências para pesquisa acerca da ansiedade em relação ao desempenho motor, caracteriza a ansiedade de duas formas: ansiedade de traço e ansiedade de estado (1989, Singer, 1986; Magill, 1984; Machado, 1997; De Rose Júnior e Vasconcelos, 1997;

Hernandez, 2000, Samulski, 2002).

De acordo com Hackford & Schwenkmezger (1993 apud Samulski, 2002:167)

ansiedade de traço (*trait anxiety*) é definida como uma predisposição adquirida no comportamento, independente do tempo, que provoca um indivíduo a perceber situações objetivamente não muito perigosas como ameaças, ou seja, uma tendência para perceber um amplo espectro de situações como perigosas ou ameaçadoras. Ansiedade de estado (*state anxiety*) pode ser descrita como sentimentos subjetivos percebidos conscientemente como inadequados e tensão acompanhada por um aumento da ativação (*arousal*) no sistema nervoso autônomo, ou seja, uma condição emocional temporária do organismo humano que varia de intensidade e é instável no decorrer do tempo.

Logo, a ansiedade de traço é uma característica própria e estável da personalidade do indivíduo. A ansiedade de estado é uma resposta emocional a uma situação de ameaça ou perigo, de ação momentânea e efeito temporário.

No caso do esporte, a ansiedade de traço se refere às tendências de reagir às situações competitivas percebidas como ameaçadoras ou não, respondendo a tais situações com elevações de intensidade no estado de ansiedade.

Estudos feitos por Martens, Vealey e Burton (1990) acerca do tema ansiedade competitiva, definem ansiedade-traço competitiva e ansiedade-estado competitiva. Segundo estes autores a ansiedade-traço competitiva é uma tendência de perceber situações competitivas como ameaçadoras e responder a estas situações com ansiedade-estado. E a ansiedade-estado competitiva é um estado emocional que responde as situações competitivas consideradas ameaçadoras ou de perigo.

A ansiedade de traço está relacionada com a ansiedade de estado, pois se uma pessoa apresenta elevado nível de ansiedade de traço ela também irá apresentar um alto nível de ansiedade de estado em um número muito maior de situações do que uma pessoa com um baixo nível de ansiedade de traço. Assim, se um atleta apresenta elevado nível de ansiedade de traço ele tenderá a encarar as situações competitivas como mais ameaçadoras e experienciar níveis mais elevados de ansiedade-estado do que aquele com ansiedade traço mais baixo (Magill, 1984).

Mas isto não significa que uma pessoa com um baixo nível de ansiedade-traço nunca terá aumentado o seu nível de ansiedade-estado. O que se deve entender é que o número de situações que resultam em um nível elevado de ansiedade de estado é maior para a pessoa com alto nível de ansiedade de traço. Quando nos ocupamos da ansiedade em relação a uma situação, o foco central é o nível de ansiedade de estado (ibid.). Desta forma, quando se fala em atletas e em competições, é preciso conhecer os seus níveis de ansiedade de traço para, só assim, poder focalizar o nível de ansiedade estado de cada atleta antes de uma competição.

## Metodologia

### Cuidados Éticos:

Este estudo respeitou todas as normas estabelecidas

pelo Conselho Nacional em Saúde (1997) envolvendo pesquisas com seres humanos. Antes de iniciarem a participação neste projeto, os voluntários receberam todas as informações quanto aos objetivos da pesquisa e a sua forma de participação, deram o seu consentimento por escrito e ficaram cientes de que a qualquer momento poderiam deixar de participar da pesquisa. Foram tomadas todas as precauções no intuito de preservar a privacidade dos voluntários, sendo que a saúde e o bem estar destes ficaram sempre acima de qualquer outro interesse. Os voluntários tinham o pleno direito de abandonar a pesquisa a qualquer momento, sem a necessidade de se justificar.

### Amostra

A amostra foi composta por duas equipes de basquetebol do sexo masculino e duas equipes do sexo feminino totalizando 43 atletas, da categoria cadete, faixa etária de 16 a 18 anos, que disputaram o Campeonato Regional Paranaense de Basquetebol, em maio de 2002.

### Instrumento

Foi utilizado o IDATE (Inventário de ansiedade traço-estado de Spielberger, Gorsuch e Lushene, 1970, 1979). O IDATE é composto de duas escalas distintas de auto-relatório, elaborada para medir dois conceitos de ansiedade: estado de ansiedade (A-estado) e traço de ansiedade (A-traço). A escala de traço de ansiedade consiste de 20 afirmações que requerem que os sujeitos descrevam como geralmente se sentem. A escala de estado de ansiedade consiste também de 20 afirmações, mas as instruções requerem dos indivíduos indicar como se sentem num determinado momento. Quanto à consistência interna do IDATE, os coeficiente alpha para as escalas de A-estado e A-traço são bastante altos: A-estado: masc. 0,93 e fem. 0,88 e A-traço: masc. 0,93 e fem. 0,87, oferecendo vantagens de solidez psicométrica, fidedignidade e confiabilidade.

O inventário foi aplicado momentos antes da competição a fim de caracterizar a ansiedade-estado dos atletas

### Tratamento Estatístico

Para a análise dos dados coletados foram utilizadas as seguintes técnicas estatísticas:

- estatística descritiva: médias e desvios-padrão para determinação dos perfis grupais;
- teste de normalidade (Anderson-Darling) para posterior aplicação do teste paramétrico t-Student;
- teste paramétrico t-Student para a verificação da existência da diferença ou não entre as médias.

### Resultados

A partir das respostas dos atletas ao IDATE foram obtidos os resultados, mostrados na Tabela 1 a seguir em função da variável sexo.

Os dados foram analisados através do programa Minitab 12, chegando-se aos seguintes resultados quanto a estatística descritiva. A média da ansiedade-estado das atletas do sexo feminino e masculino obtidas foi de 2,07 e 1,81 com desvio padrão de 0,37 e 0,26 respectivamente, mostrando

que a equipe feminina apresenta maior variabilidade (CV=17,87%). O teste de normalidade apresentou-se significativo para ansiedade de estado masculina (AE-M) e ansiedade de estado feminina (AE-F). Realizado o teste t-Student para a diferença entre as médias, foi encontrado p-value = 0,008 com grau de liberdade igual a 41, mostrando que é significativa a diferença entre as médias, ou seja, as atletas das equipes femininas apresentaram maior ansiedade de estado que os atletas das equipes masculinas.

**Tabela 1 - Estatística Descritiva**

	AE - Masculino	AE - Feminino
N	20	23
Mínimo	1,45	1,55
Máximo	2,45	2,80
Média	1,81	2,07
Mediana	1,80	2,00
Desvio padrão	0,26	0,37
Coeficiente de variação (%)	14,36	17,87
Teste Normalidade (Anderson-Darling)	0,32	0,30

### Discussão

Vários estudos comprovam a tendência do maior nível de ansiedade estado no sexo feminino, não só no basquetebol, mas em outros esportes como o atletismo, voleibol, lutas e outros. (Brustad, 1988; Finkenberg, Dinucci, McCune & McCune, 1992; Stefanello, 1990, De Rose Junior e Vasconcellos, 1997).

Estes autores atribuem esta tendência ao fato da competição ainda ser muito enfatizada para atletas do sexo masculino e a mulher ser muito cobrada quando compete, além de ser constantemente comparada aos homens. Ainda hoje, também, existe um certo preconceito quanto à participação da mulher no esporte competitivo.

Há também, além dos fatores citados anteriormente, a possibilidade da mulher ser mais sincera em suas respostas do que os homens, pois estes, devido à pressão social, tendem a esconder ou camuflar seus sentimentos.

### Conclusões

Através deste estudo pôde-se chegar à conclusão de que as mulheres são mais ansiosas do que os homens.

É interessante que outros trabalhos sejam realizados a fim de que se possa verificar se há diferenças entre vários tipos de esportes individuais, ou entre esportes coletivos, ou ainda, entre esportes individuais e esportes coletivos.

Além disso, quando se fala em ansiedade e desempenho é importante ressaltar a influência de três variáveis que devem ser consideradas; a importância da tarefa que será realizada, a certeza do resultado e a complexidade da tarefa.

Torna-se importante, também, estabelecer a relação de outras variáveis psicológicas que interferem no desempenho a fim de que se tenha um melhor entendimento

dos fatores que interferem no esporte.

### Referências bibliográficas

BRUSTAD, R. J. Affective outcomes in competitive youth sports: the influences of intrapersonal and socialization factors. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, v. 10, n. 3, p. 307-321, 1988.

ROSE JUNIOR, D. de.; VASCONCELLOS, E. G. Ansiedade-traço competitiva e atletismo: um estudo com atletas infanto-juvenis. *Revista Paulista Educação Física*, São Paulo, v. 11, n. 2, p.148-54, jul./dez. 1997.

FINKENBERG, M. E. et al. Analysis of the effect of competitive anxiety on performance on taekwondo competition. *Perceptual and Motor Skills*, v. 75, p. 239-243, 1992.

HACKFORT, D.; SCHWENKMEZGER, nome do autor. Anxiety. In: SINGER, R. et al. *Handbook of research on sport psychology*. New York: Macmillan Publishing, 1993. p. 328-364

HERNANDEZ, J. A. E. A correlação entre a ansiedade pré-competitiva e o comportamento de autocontrole em jogadores de futsal. *Sprint Magazine*, Rio de Janeiro, a. 19, n.111, p. 33-39, nov./dez. 2000.

MACHADO, A. A. (Org.). *Psicologia do esporte: temas emergentes I*. Jundiaí: Ápice, 1997.

MAGILL, R. A. *Aprendizagem motora: conceitos e aplicações*. São Paulo: E. Blücher, 1984.

MARQUEZ, S. (Col.). Adaptación española de los cuestionarios de antecedentes, manifestaciones y consecuencias de la ansiedad ante la competición deportiva estructura factorial. **Congreso Iberoamericano de Psicología**. Madrid, 1992. Ver com autor o número do congresso

MARTENS, R.; VEALEY, R. S.; BURTON, D. *Competitive anxiety in sport*. Champaign: Human Kinetics Books, 1990.

SAMULSKI, D. *Psicologia do esporte*. São Paulo: Manole, 2002.

SANCHEZ, M. J.; SERRA, E.; MONTANES, J. Ansiedad y variáveis psicologicas de personalidad em tareas de rendimento competicion. *Revista de Psicologia de la Educacion*, v.18, p. 73-93, 1995.

SINGER, R. N. *Psicologia dos esportes*. São Paulo: Harbra, 1986.

SPIELBERGER, C. D.; GORSUCH, R. L.; LAUSHENE, R. E. *Manual for the state-trait anxiety inventory*. Palo Alto: Counseling Psychologist, 1970.

\_\_\_\_\_. *Inventário de ansiedade traço-estado*. Rio de Janeiro: CEPA, 1979.

SPIELBERGER, C. D. Stress and anxiety in sports. In: HACKFORT, D.;

SPIELBERGER, C. *Anxiety in sports: na international perspective*. New York: Hemisphere Publishing, v. 3, p. 17, 1989.

STEFANELLO, J. M. F. Ansiedade competitiva e os fatores de personalidade de adolescentes que praticam voleibol: um estudo causal-comparativo. *Kinesis*, v. 6, n. 2, p. 203-224, 1990.

TENENBAUM, G.; BARRA-ELI, M. Personalidade e capacidades intelectuais em psicologia desportiva. In: SAKLOFSKE, D. H. M. Z. *Manual internacional de personalidade e inteligência, Local: Editora, 1995*.

Ver com autor

Recebido para publicação em: 10/11/2003

Received for publication on: 10/11/2003

Aceito para publicação em: 21/11/2004

Accepted for publication on: 21/11/2004