

---

## REVISTA CIENTÍFICA JOPEF

Vol.13 – nº 2 Ano 9 / 2012

---

### Sumário

A PRODUÇÃO DE CONHECIMENTO SOBRE O CIRCO EM PROGRAMAS DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA	02
ATIVIDADE FÍSICA NAS ACADEMIAS DA TERCEIRA IDADE NA CIDADE DE MARINGÁ, PARANÁ: IMPACTO SOBRE A CAPACIDADE COGNITIVA	12
AVALIAÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA: VALIDAÇÃO DE INSTRUMENTO BASEADO EM INDICADORES BIOPSISSOCIAIS	21
INICIAÇÃO E ESPECIALIZAÇÃO ESPORTIVA NAS REGIÕES CENTRO SUL E DOS CAMPOS GERAIS DO PARANÁ	36
A QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO DE PEDAGOGOS ATUANTES EM AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NOS ANOS INICIAIS	51
MOTIVAÇÃO PARA A PRÁTICA DESPORTIVA: UM ESTUDO DE CASO NO BASQUETEBOL	65
INICIAÇÃO ESPORTIVA E A INSERÇÃO EM COMPETIÇÕES NAS REGIÕES CENTRO SUL E DOS CAMPOS GERAIS DO PARANÁ	77

---

**A PRODUÇÃO DE CONHECIMENTO SOBRE O CIRCO EM PROGRAMAS  
DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

Maxsuelly da Silva  
Gláucia Andreza Kronbauer  
Universidade Estadual do Centro-Oeste, UNICENTRO  
gkglau@yahoo.com.br

**RESUMO**

O presente estudo compreende a Educação Física como área de conhecimento que aborda as diversas manifestações da cultura corporal. Considerando as artes circenses como manifestações culturais que apresentam o corpo como maior artista, entendemos que elas também são objetos de estudo da área. Nesse sentido, o estudo objetivou analisar a produção de teses e dissertações sobre o tema circense em Programas de Pós Graduação (PPGs) em Educação Física (mestrado e doutorado). Este estudo caracteriza-se como uma pesquisa documental de caráter exploratório, com análise qualitativa das informações. Primeiramente, foram verificados os PPGs recomendados pela Capes na área de Educação Física. Após foram selecionadas as produções desses PPGs a partir do ano 2000 que tinham o circo e/ou as atividades circenses como tema; os resumos foram analisados para a identificação das perspectivas teóricas dos trabalhos utilizando a técnica de análise de conteúdo. Foram encontradas apenas cinco dissertações de mestrado sobre o tema: uma concluída em 2006, duas concluídas em 2007, uma em 2009 e finalizando uma em 2012. Dessas obras, três abordam as atividades circenses como conteúdo da Educação Física na escola, uma discute os processos de ensino-aprendizagem das técnicas circenses em uma escola de circo e uma descreve os resultados da utilização de uma técnica circense – o tecido acrobático – como instrumento para desenvolver capacidades motoras. Parte-se do entendimento se que a arte circense deve ser tratada pela Educação Física como um saber concernente à cultura corporal e ser vivenciada e estudada com nossos alunos, de maneira que possamos promover a inclusão, valorização e assimilação desta manifestação artística, por meio de uma abordagem que permita a cada aluno explorar e descobrir suas possibilidades.

**Palavras-chave:** Atividades Circenses, Educação Física, Produção Acadêmica.

## **ABSTRACT**

This study comprehends the Physical Education as an area of knowledge that addresses the various manifestations of body culture. Considering the circus arts as cultural events that present the body as greatest artist, we understand that they are also objects of study for the area. In this sense, the study aimed to analyze the production of theses and dissertations about circus in Post-Graduation Programs (PPGs) in Physical Education (masters and doctorate). This study is characterized as an exploratory documentary research with qualitative analysis of the information. First, we checked the PPGs recommended by Capes in the area of Physical Education. After these, productions since 2000 that had the circus and / or circus activities like theme were selected; summaries were analyzed to identify the theoretical perspectives using content analysis technique. We found only five dissertations about the theme: one completed in 2006, two completed in 2007, one in 2009 and one ending in 2012. Three of them address circus activities as contents of Physical Education in school, one of them discusses the processes of teaching and learning techniques in a circus school and another one describes the results of the use of a circus technique as an instrument to develop motor skills. We understand that the circus should be treated by physical education as knowledge concerning the body culture and it should be experienced and studied with our students, so that we can promote inclusion, appreciation and assimilation of this artistic manifestation, through an approach that allows each student to explore and discover their possibilities.

**Keywords:** Circus Activities, Physical Education, Academic Production

## **INTRODUÇÃO**

A Educação Física como uma área de estudo, aborda o elemento educacional e campo profissional caracterizado pela análise, ensino e aplicação do conjunto de conhecimentos sobre o movimento humano intencional e consciente, nas suas dimensões biológica, comportamental, sociocultural e corporeidade. É também considerada como um campo de intervenção profissional que, por meio de diferentes manifestações e expressões da atividade física/ movimento humano/ motricidade humana (tematizadas na ginástica, no esporte, no jogo, na dança, na luta, nas artes marciais, no exercício físico, na musculação, na mímica, na brincadeira popular

bem como em outras manifestações da expressão corporal) presta serviços à sociedade (COLETIVO DE AUTORES, 1992; BRACHT, 1999; NUNES; RUBIO, 2009). Caracteriza-se pela disseminação e aplicação de conhecimentos as praticas corporais buscando viabilizar aos usuários ou beneficiários o desenvolvimento da consciência corporal, possibilidades e potencialidades de movimento com objetivos educacionais, de saúde, de prática esportiva e expressão corporal.

Como uma proposta de Educação crítica, o grande desafio talvez esteja em elaborar os conteúdos contextualizados com a realidade social dos educandos (FREIRE, 1996). Compreender o corpo e o movimento humano como expressão de existência, possibilita também o reconhecimento do educando como um ser complexo em suas diversas dimensões (social, histórica, cultural, biológica).

Nesse sentido a atividade circense inserida no espaço escolar contribui para a formação do indivíduo, pois oportuniza momentos para conhecer o movimento do seu corpo extrapolando os seus próprios limites. Bortoleto e Machado (2007) ressalta que as atividades circenses, promovem as práticas interdisciplinares, despertam sensações e estimula a motricidade que propicia a ampliação de vários aspectos da conduta humana, o que contribui de forma especial na formação humana.

Entre várias possibilidades a arte circense foi escolhida como tema deste trabalho por ser um conteúdo pouco abordado e estudado, sendo uma área a ser descoberta e explorada pelos professores de Educação Física e alunos. Daolio (2004) considera a Educação Física como uma disciplina escolar e a escola como espaço e tempo para desenvolver cultura, entendendo como sua tarefa essencial garantir ao aluno a apreensão de conteúdos culturais. Deste modo, o professor compromissado também se dedica ao aprendizado cultural como um elemento significante para um projeto maior de ser humano e de sociedade. Desta forma, assumindo essa tarefa os docentes proporcionam a inclusão das práticas circenses dentro/com/na escola através da apreciação da cultura corporal.

As técnicas circenses em pouco tempo transitaram das praças e ruas para os ginásios, sendo incorporado principalmente pelo método ginástico

francês, um dos grandes influenciadores da Educação Física Brasileira no final do século XIX e início do século XX. (SOARES, 2002).

Segundo Torres (1998) a história da arte circense desponta ao que tudo indica, desde a Índia, com contorcionistas que participavam de rituais sagrados; da Grécia onde provas de equilíbrio e os números de força eram modalidades olímpicas e os libertinos faziam o povo rir com suas verdades, dando início à linhagem dos palhaços. Já na Idade Média as práticas corporais de exibição artística se tornaram severamente discriminadas por acordarem sentimentos mistos de prazer, medo e maravilhamento da plateia.

No renascimento as apresentações circenses passaram a ser frequentemente assistidas nas ruas, praças, feiras e portas de igrejas, onde os artistas improvisavam truques de mágica, malabarismos e habilidades incomuns desta maneira as habilidades circenses se espalharam pela Europa e pelo mundo. Os espetáculos e os artistas foram banidos das ruas por representarem bagunça e desordem, mas as diversas técnicas apresentadas foram incorporadas e regradas nos métodos ginásticos.

O primeiro circo com lona e picadeiro chegou ao Brasil por volta de 1830, e assumiu um papel de extrema importância na divulgação da cultura popular brasileira. Por volta de 1900, surgiu um movimento do circo, chamado de circo-teatro; sua autoria é atribuída ao palhaço Benjamim de Oliveira, que, por meio do circo Spinelli, apresentava no Rio de Janeiro espetáculos de dramas românticos e melodramas. As apresentações eram estruturadas em duas partes: no primeiro momento uma apresentação variada, com trapézio corda e acrobacia; já na segunda parte faziam-se apresentações teatrais, nas quais se destacavam as farsas, as comédias, dramas e pantomima, que também fazem parte da base do circo de rua (SILVA; ABREU, 2009).

Depois desse período, em meados de 1970, o circo passou a perder espaço em virtude da expansão dos meios de comunicação em massa e da indústria cultural. Na tentativa de validar e formalizar os saberes circenses para a qualificação da sua força de trabalho surgem as escolas de circo no Brasil. A primeira delas foi a Academia Piolin (1978, São Paulo), seguida pela Escola Nacional do Circo, criada pelo Governo Federal (1982, Rio de Janeiro), o Circo Escola Picadeiro (São Paulo, 1984) e a Escola Picolino de Circo (Salvador, 1985). Esse processo de formalização e institucionalização dos saberes

circenses possibilitou a relação de profissionais de diversas especialidades como a dança, o teatro, a ginástica acrobática, as artes visuais e a música com descendentes de famílias tradicionais do circo e iniciou um processo de legitimação desse conhecimento a partir do discurso científico. Ao mesmo tempo, outras pessoas que não eram descendentes dessas famílias tiveram acesso a esse conhecimento.

Para Bortoleto e Machado (2007) o circo deixou de ser um saber apenas transmitido no interior das famílias, dos reduzidos grupos de artistas, e passa a ser um conhecimento a ser tratado e desenvolvido nas escolas especializadas, despertando o interesse de mais pessoas e ampliando as possibilidades de ação (expressão artística) dessa arte.

Como já aconteceu com outras atividades, como o esporte, a pintura e a dança, o circo deixou de ser uma atividade unicamente profissional (corpo espetáculo – um meio de trabalho). Atualmente observa-se muitas pessoas praticando as atividades circenses como forma de lazer-recreação, com fins educativos e sociais. (BORTOLETO, 2006 apud BORTOLETO; MACHADO, 2007).

Dessa forma, aponta-se a relação existente entre o circo e as práticas corporais consideradas objeto de estudo e atuação da Educação Física. Nessa perspectiva, busca-se

desenvolver uma reflexão pedagógica sobre o acervo de formas de representação do mundo que o homem tem produzido no decorrer da história, exteriorizadas pela expressão corporal: jogos, danças, lutas, exercícios ginásticos, esporte, malabarismo, contorcionismo, mímica e outros, que podem ser identificados como formas de representação simbólica de realidades vividas pelo homem, historicamente criadas e culturalmente desenvolvidas (COLETIVO DE AUTORES, 1992, p. 38).

Desta maneira, compreendendo o circo como produção cultural presente nos conteúdos da Educação Física, o objetivo do presente estudo é analisar a produção de teses e dissertações sobre o tema circense em Programas de Pós Graduação (PPG) em Educação Física (mestrado e doutorado). Pretende-se,

especificamente, investigar essas produções, localizando-as geográfica e temporalmente, além de relatar a perspectiva teórica que as contemplem.

## **METODOLOGIA**

Este estudo caracteriza-se como uma pesquisa documental de caráter investigativo com análise quantitativa e qualitativa das informações. Foram analisadas as teses e dissertações produzidas nos Programas de Pós-Graduação – Mestrado e Doutorado – em Educação Física no Brasil.

Primeiramente, foram verificados os programas recomendados pela Capes na área de Educação Física (Tabela 1). Foram pesquisadas as bases de teses e dissertações desses programas, bem como o acervo geral das bibliotecas das instituições correspondentes, e consideradas as produções que possuíam como temática: o circo e suas diferentes técnicas, ou as atividades circenses, em seu título ou nas palavras-chave, a partir do ano 2000. Entendendo circo como espetáculo, e as atividades circenses como a utilização das técnicas circenses para fins diversos.

Após a seleção dos textos, os resumos foram analisados para a identificação das perspectivas teóricas dos trabalhos, que foram classificadas utilizando a técnica de análise de conteúdo. Esta técnica prevê a identificação dos chamados “núcleos de sentido” – ideias semelhantes contidas em diferentes expressões verbais, a organização e agrupação dos núcleos de sentido e a discussão (GOMES, 2010). Em seguida, analisou-se a divisão geográfica e temporal destes estudos utilizando-se de frequência absoluta para transcrição dos resultados.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A Tabela 1 apresenta a distribuição dos PPGs em Educação Física nas diferentes regiões brasileiras. A partir da situação encontrada pode-se observar a desigualdade dessa distribuição quando, de um total de 30 cursos de mestrado, 24 estão localizados nas regiões Sul e Sudeste.

**Tabela 1. Distribuição Geográfica dos Programas de Pós Graduação em Educação Física, por Região.**

Região	Nível	
	Mestrado	Doutorado
Nordeste	3	0
Centro-Oeste	3	1
Sudeste	16	8
Sul	8	5
<b>TOTAL</b>	<b>30</b>	<b>14</b>

Foram encontradas apenas cinco dissertações de mestrado sobre o tema “Circo” nos PPGs analisados. Assim, observou que as produções existentes nos acervos investigados são recentes: uma concluída em 2006, duas concluídas em 2007, uma em 2009 e, finalizando, uma em 2012. Esse fato, atenta para para o fato de que uma vez que os saberes circenses iniciaram seu processo de institucionalização a partir da década de 1970 e, aparentemente, apenas na década de 2000 a Educação Física começou a apresentar atenção nessa manifestação cultural tão rica em experiências corporais.

Em relação à localização geográfica, uma produção é oriunda de Instituição de Ensino Superior (IES) da região Sudeste e três da região Sul do Brasil, todas elas realizadas em IES públicas. Esses resultados parece apenas refletir a desigualdade de distribuição das IES com PPGs nas diferentes regiões brasileiras, conforme apontado na Tabela 1. Destaca-se que o circo surge no Brasil como manifestação artística presente em feiras e praças públicas frequentadas, quase que exclusivamente, pelas classes populares. Os pequenos circos percorreram e ainda percorrem a periferia dos grandes centros urbanos e as regiões rurais (MAGNANI, 2003). Muitos são os relatos do povo do circo que se manteve por grandes períodos nas regiões Nordeste, Norte e Centro-Oeste (BARTHOLLO, 1999), o que indica uma contradição entre a academia e a realidade social.

Em relação à temática abordada, Duprat (2007) e Rodrigues (2007) descrevem as possibilidades pedagógicas das atividades circenses como conteúdo nas aulas de Educação Física. A partir da perspectiva apresentada pelo Coletivo de Autores, em 1992, e por diversos autores como Soares (1996),

Bracht (1999), Daolio (2004), entre outros, que compreendem a Educação Física como disciplina escolar que contempla o estudo das diversas manifestações da cultura corporal, os trabalhos encontrados abordam o circo como uma manifestação artística na qual o corpo é o centro do espetáculo. Assim, propõem que as diferentes técnicas utilizadas nos espetáculos circenses devem ser abordadas nas aulas de Educação Física por fazerem parte das diversas manifestações da cultura corporal e apresentam possibilidades pedagógicas para esse conteúdo: vivências das técnicas circenses, filmes sobre o tema, discussões e abordagem de aspectos históricos, etc.

Uma das dissertações encontrada analisa o processo de ensino-aprendizagem e a formação do artista em uma escola de Circo na Região Sul (SILVEIRA, 2006). O autor utiliza bases teóricas semelhantes aos trabalhos citados anteriormente, nas quais a construção dos conhecimentos acerca das manifestações da cultura corporal acontece a partir da reflexão sobre suas diversas dimensões: social, histórica, cultural, fisiológica, biomecânica, entre outras. Os resultados do trabalho apontam que o processo ensino-aprendizagem na escola de circo analisada acontece a partir da repetição mecânica de gestos técnicos, sem a compreensão da totalidade do corpo e de suas possibilidades.

Entretanto, o quarto trabalho encontrado assume uma perspectiva distinta dos demais, a partir do discurso do desenvolvimento motor. A autora propõe que o tecido circense, umas das técnicas de acrobacia aérea, seja utilizado como ferramenta para desenvolver as capacidades motoras e colaborar na diminuição da ansiedade e no aumento da autoconfiança de crianças em idade escolar (MARRONI, 2009). Nesse caso, como questiona Soares (1996), a Educação Física assume um papel utilitarista e se descaracteriza enquanto área de conhecimento com um objeto de estudo definido.

No quinto e último trabalho produzido no ano atual a autora realiza um estudo de campo descritivo sobre como a prática do Circo vem sendo abordada em duas escolas: uma no Brasil e outra na Espanha (BARRAGAN, 2012). Os resultados que a mesma encontra apontam que as atividades circenses estão cada vez mais presentes nas aulas de Educação Física na

escola e que existe um incremento da produção acadêmica sobre este assunto, embora a maior parte dos estudos ainda trate sobre relatos de experiência, e não necessariamente sobre uma reflexão mais aprofundada do tema.

## CONCLUSÃO

A partir desse estudo, observamos que o Circo enquanto temática de produções acadêmicas na área da Educação Física está caminhando para um processo de reconhecimento, mas ainda é pouco abordado por grande parte dos professores de Educação Física na escola. Os resultados apontam para uma necessidade de expansão das temáticas desenvolvidas nas produções dos programas de Pós-Graduação em Educação Física. Destaca-se na investigação realizada a ausência de Teses de Doutorado sobre o Circo.

Compreende-se que a arte circense deve ser tratada pela Educação Física como um saber concernente à cultura corporal e ser vivenciada e estudada com nossos alunos, de maneira que possamos promover a inclusão, valorização e assimilação desta manifestação artística, por meio de uma abordagem que permita a cada aluno explorar e descobrir suas possibilidades.

## REFERÊNCIAS

- BARRAGAN, T.O. **Atividades Circenses na Educação Física Escolar: Equilíbrios e desequilíbrios pedagógicos**. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Universidade Estadual de Campinas. Campinas, 2012.
- BRACHT, V. **A constituição das Teorias Pedagógicas da Educação Física**. Cadernos Cedes, 1999.
- BORTOLETO, M.A.C.; MACHADO, G.A. **Reflexões sobre o Circo e a Educação Física**. Revista Corpoconsciência, Santo André, n. 12, jul-dez. 2007.
- BARTHOLO, R. **Respeitável Público: os bastidores do fascinante mundo do circo**. Rio de Janeiro: Letras e Expressões; São Paulo: Elevação, 1999.
- COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia de ensino de educação física**. São Paulo: Cortez, 1992.
- DAOLIO, J. **Educação física e conceito de cultura**. Campinas: Autores Associados, 2004

- DUPRAT, R.M. **Atividades circenses: possibilidades e perspectivas para a Educação Física Escolar**. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Universidade Estadual de Campinas. Campinas, 2007.
- DUPRAT, R.M; CALÇA, D.H; BORTOLETO, M.A.C.; **Educação Física: Pedagogia e Didática das Atividades Circenses**. Revista Brasileira de Ciências do Esporte. 28(2): 171-190, 2007.
- FREIRE, P. **Pedagogia da autonomia: Saberes necessários à prática educativa**. São Paulo: Paz e Terra, 1996.
- GOMES, R. **Análise e interpretação de dados de pesquisa qualitativa**. In.: MINAYO, M.C.S. (org). Pesquisa Social: teoria, método e criatividade. Petrópolis, RJ: Vozes, 2010.
- MAGNANI, J.G.C. **Festa no Pedaco: cultura popular e lazer na cidade**. São Paulo: EDUNESP/HUCITEC, 2003.
- MARRONI, P.C.T. **Tecido Circense: a influência de um programa de intervenção motora no desenvolvimento motor, percepção de competência e ansiedade em crianças**. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Universidade Estadual de Maringá. Maringá, 2009.
- NUNES, M.L.F.; RUBIO, K. **O(s) currículo(s) da educação física e a constituição da identidade de seus sujeitos**. Currículo Sem Fronteiras, v. 9, n. 1, 2009;
- RODRIGUES, L.H. **Representação das Atividades Circenses na Escola**. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Universidade Estadual de Santa Catarina, Florianópolis, 2007.
- SOARES, C.L. **Imagens da Educação no Corpo**. Campinas, SP: Autores Associados, 2002.
- SOARES, C.L. Educação Física Escolar: conhecimento e especificidade. **Revista Paulista de Educação Física**, supl. 2, p. 6-12, 1996.
- SILVA, E.; ABREU, L.A. **Respeitável público: o circo em cena**. Funarte: Rio de Janeiro: 2009.
- SILVEIRA, J.F.B. **Circo Girassol: o saber circense incorporado e compartilhado**. Dissertação (Mestrado em Educação Física). Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, 2006.
- TORRES, A. **O Circo no Brasil**. Rio de Janeiro: FUNARTE, 1998.

**ATIVIDADE FÍSICA NAS ACADEMIAS DA TERCEIRA IDADE NA CIDADE DE MARINGÁ, PARANÁ: IMPACTO SOBRE A CAPACIDADE COGNITIVA**

Susyane Dianin Gozzi;

Diego de Faria Sato;

Sônia Maria Marques Gomes Bertolin;

Centro Universitário de Maringá, Maringá, PR/Brasil

Susyanegozzi@hotmail.com

**RESUMO**

Este estudo teve como objetivo analisar a capacidade cognitiva dos idosos praticantes de atividade física nas academias da terceira idade (ATIs), bem como seu impacto na promoção da saúde. A amostra foi composta de 63 idosos de ambos os gêneros, sendo 32 usuários de ATIs e 31 não usuários. Foram utilizados questionários de características sócias demográficas, condições de saúde e hábitos de vida e um teste de déficit cognitivo conhecido como Mini Exame do Estado Mental (MEEM). Para as análises dos resultados foi utilizado o Software *Statística 8.0*, o teste de correlação de *Pearson* e o teste *t*. O nível de significância estatística adotado foi de 5%. Foi possível verificar associação entre a atividade física e o MEEM, ou seja, os resultados mostraram que os idosos praticantes de atividades físicas apresentam melhor capacidade cognitiva que os não praticantes. Estes resultados indicam que a prática da atividade física na ATIs tem influência positiva no desempenho cognitivo.

**Palavras-Chave:** Atividade Física, Capacidade Cognitiva, idosos.

**Abstract**

This research aims to analyze the cognitive ability of older physically active academies in the elderly (ATIs) as well as it is impact on health promotion. The sample consisted of 63 and elderly of both genders, 32 ATIs users and 31 nonusers questionnaires were used for sociodemographic characteristics, health status and lifestyle habits and cognitive test the Mini Mental State Examination (MMSE ). For the analyzes we used the software *Statística 8.0*,

Pearson correlation test and t-test. The level of significance was 5%. Was possible to observe a significant association between physical activity and MMSE. Concluding that the physical activity in ATIs has positive impact on cognitive ability.

**Keywords:** Elderly, Physically Active, Cognitive Ability.

## INTRODUÇÃO

O envelhecimento pode ser entendido como a perda progressiva da adaptabilidade fisiológica com modificações funcionais, morfológicas, psicológicas e sociais sendo estas responsáveis pela perda progressiva da auto-estima (FORTI et al., 2004). Schunk (2002) relata que a memória é um dos domínios do desempenho cognitivo mais afetado na velhice e as alterações cognitivas na velhice é referida como declínio cognitivo associado ao envelhecimento, caracterizado por pessoas que ficam abaixo do nível de demência, sendo os domínios do desempenho cognitivo a memória, o aprendizado, a atenção, a concentração, o raciocínio e a linguagem.

A memória pode ser determinada como um processo cognitivo estruturado por um conjunto de operações que respondem a regra de interação do meio ambiente com substratos neurais específicos. Este processo resulta no registro permanente, que permite a continuidade do indivíduo, preservando sua identidade ao longo das variações que compõem as experiências do cotidiano (FRANK E LANDEIRA-FERNANDEZ, 2006).

Segundo Benedetti, (2008) não se pode afirmar que atividade física evita a demência, mais idosos não sedentários apresentam menos indicativos de demência. Destaca-se que um programa de atividade física realizado durante seis meses proporcionou uma melhora modesta na cognição (LAUTENSCHLAGER et al., 2008).

Com o intuito de promover a diminuição da inatividade e o aumento da prática regular de atividade física foram implantadas em várias cidades as academias da terceira idade (ATIs), que procurou ainda incentivar a inclusão social, a melhora da autoestima e da saúde em geral (MARQUIOTO, 2009).

Este trabalho tem como objetivo analisar a capacidade cognitiva dos idosos praticantes de atividades físicas nas ATIs, bem como seu impacto na promoção da saúde.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo transversal de caráter analítico. A amostra foi constituída por 63 idosos de ambos os gêneros, sendo dividida em 32 idosos no grupo teste (usuários das ATIs) e 31 idosos, no grupo controle (não usuários).

Foram utilizados questionários de características sócio demográficas, condições de saúde e hábitos de vida e teste de déficit cognitivo. Para a avaliação do déficit cognitivo foi aplicado o Mini Exame do Estado Mental – MEEM, proposto por Folstein et al. (1975), composto por questões agrupadas como orientação, temporal, orientação espacial, registro de três palavras, atenção e cálculo, recordação das três palavras, linguagem e capacidade visuoespacial. O escore do teste varia de 0 a 30 pontos, sendo que valores mais baixos apontam possível déficit cognitivo. O MEEM sofre influência da escolaridade, sendo propostos valores referenciais para distinguir melhor os sujeitos com déficit cognitivo, através de uma análise brasileira sugeriram os seguintes valores: analfabetos=20 pontos, de 1 a 4 anos de escolaridade=25 pontos, de 5 a 8 anos =26,5 pontos de 9 a 11 anos=28 pontos, e indivíduos com escolaridade superior a 11 anos=29 pontos (BRUCKI et al., 2003).

Os dados obtidos por meio dos questionários foram analisados no Software *Statística 8.0*. Foi utilizado o teste de correlação de *Pearson* e o teste *t*. O nível de significância estatística adotado foi de 5%.

## **RESULTADOS**

Na tabela 1 e figura 1, verifica-se que mesmo havendo uma correlação fraca negativa entre a idade e o MEEM, não houve significância estatística.

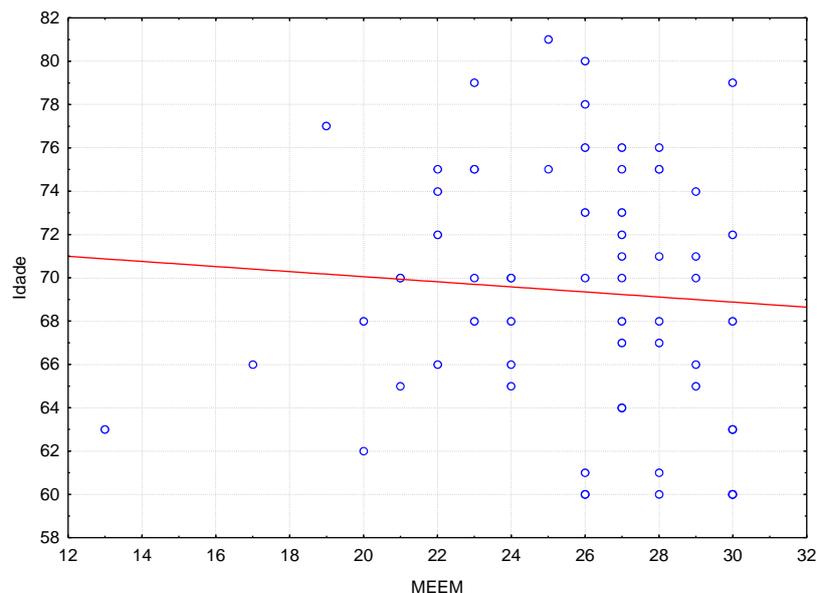
**Tabela 1.** Valor da correlação entre a idade e o MEEM, a atividade física e o MEEM e a atividade física e a idade.

Variáveis	Valor de r ( correlação)
Idade X MEEM	- 0,07
Atividade Física X MEEM	- 0,26*
Atividade Física X Idade	0,34*

\*Correlação  $p < 0,05$

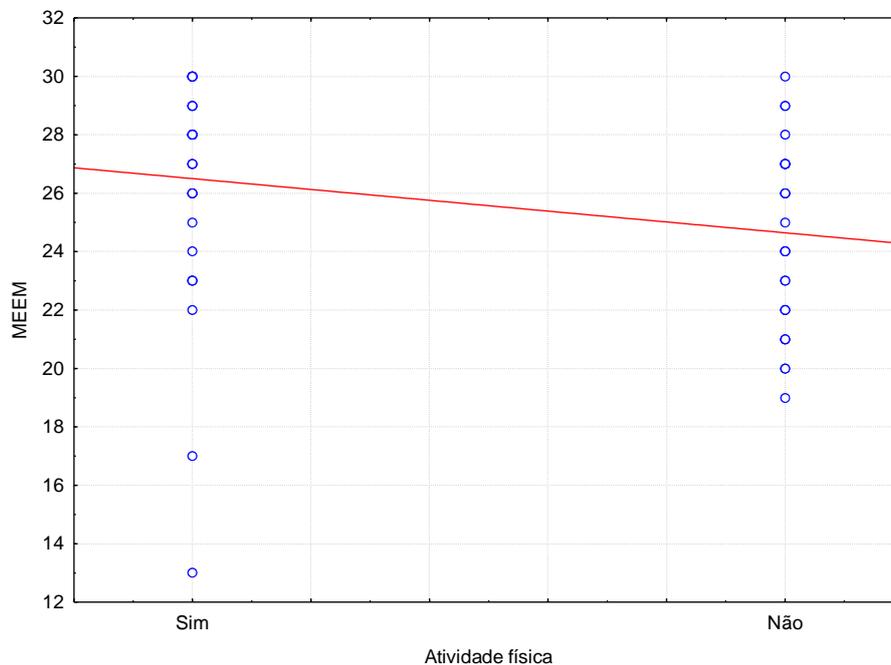
Na figura 1 nota-se que não existe nenhuma tendência ou relação entre a Idade e MEEM considerando toda a amostra. Um estudo realizado por Hernandez et al.(2010) com idosos que tinham a doença de Alzheimer mostrou que um programa de atividade física realizado durante seis meses teve uma influência positiva na manutenção das funções cognitivas, agilidade e equilíbrio. A não correlação entre idade e o MEEM d presente pesquisa, pode ser explicada pelo fato dos idosos praticarem atividades física, sendo assim, na amostra estudada este dado pode ter alterado os resultados referentes à idade e o MEEM, reforçando os achados de Mota et al. (2006) de que a atividade física melhora diversos aspectos do organismo senil.

**Figura 1.** Correlação entre a idade e o MEEM dos idosos praticantes e não praticantes de atividades físicas.



Os resultados do teste de correlação mostram que existe uma tendência ou uma relação entre a atividade física e MEEM (Figura 2) e que embora não seja muito evidente ela é estatisticamente significativa. Mota et. al (2006) encontrou no seu estudo significância do HRQL, mostrando que os idosos que praticam atividade física possuem um escore maior do que os que não praticam. Como apresentado por Esteves et. al (2012) e Silva et. al (2008), a atividade física influencia nos parâmetros antropométricos dos idosos, e também no equilíbrio, sendo assim a atividade física pode ter a influência sobre o estado mental dos idosos.

**Figura 2.** Correlação entre atividade física e MEEM dos idosos praticantes e não praticantes.

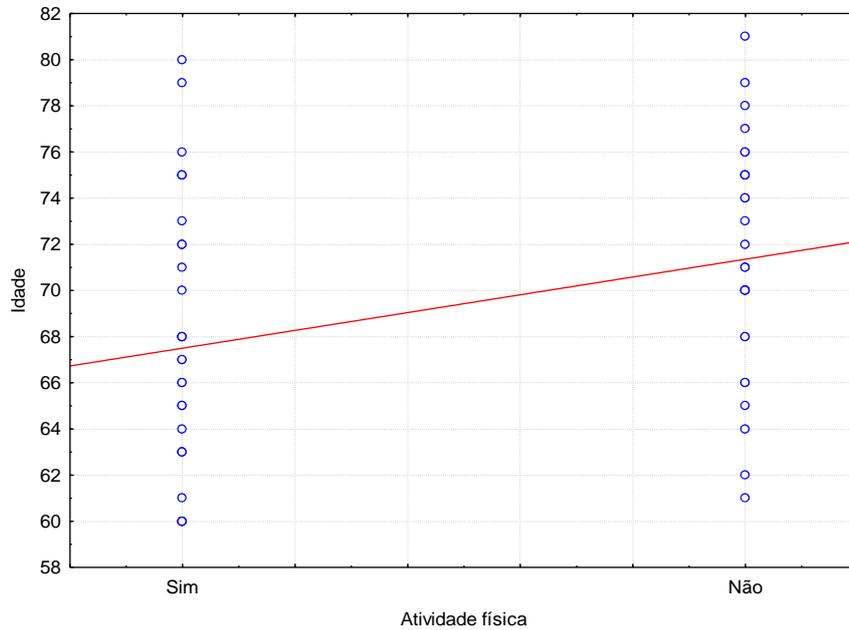


Com relação a idade e a prática das atividades físicas, verificou-se que existe uma tendência ou relação entre a atividade física e Idade (figura 3) embora ela não seja muito evidente ela é estatisticamente significativa.

Conforme a idade dos indivíduos aumenta, menor é o número de praticantes de atividade física. Como demonstrado por Mota et. al (2006) a atividade física é um fator importante na melhora da qualidade de vida destes indivíduos, como também é um fator importante na prevenção de quedas e melhora do equilíbrio. Reforçando esses achados Mazo et al. (2007) e Silva et.

al (2008) concluem que a atividade física praticada pelos idosos melhora do controle postural e auxilia nos aspectos preventivos de quedas.

**Figura 3.** Correlação entre atividade física e a idade dos idosos praticantes e não praticantes.



Como mostrado na tabela 2, os resultados mostraram existir significância estatística entre a escolaridade e a prática de atividade física ( $p=0,017$ ). Quando comparadas as médias obtidas do MEEM, do grupo controle (24,6) e grupo teste (26,5) os resultados também revelaram significância estatística ( $p=0,034$ ), indicando que a prática da atividade física tem influência no desempenho cognitivo\*. Quanto as variáveis presenças de patologia, consumo de bebida alcoólica, atividade ocupacional, idade e sexo, quando comparadas a médias dos grupos estudados, estas não revelaram diferenças estatisticamente significantes.

**Tabela 2.** Média dos escores de diferentes variáveis, desvio padrão e valor de p, obtidos dos idosos praticantes e não praticantes de atividades físicas.

Variáveis		Media	DP	n	p
Escolaridade	Até 4 anos de estudo	25,0	3,7	51	0,01710*
	Mais de 5 anos de estudo	27,9	3,6	12	
Patologia	Não	26,5	2,9	4	0,58961
	Sim	25,5	3,6	59	
Consumo de bebida alcoólica	Não	25,6	3,5	57	0,84241
	Sim	25,3	3,5	6	
Ocupação	Ativo	26,1	2,8	8	0,66191
	Inativo	25,5	3,7	55	
Atividade física	Sim	26,5	3,9	32	0,03451*
	Não	24,6	3,0	31	
Idade	60 a 70 anos	25,4	4,0	37	0,58491
	71 a 81 anos	25,9	2,8	26	
Sexo	Feminino	25,1	3,8	44	0,10211
	Masculino	26,7	2,7	19	

## CONCLUSÃO

Conclui-se que a prática das atividades físicas nas academias da terceira idade tem influência positiva no desempenho cognitivo dos idosos, e sendo assim, estes espaços podem contribuir para promoção da saúde dos idosos ao um estilo de vida mais saudável.

## REFERÊNCIAS

BENEDETTI, T.R.B.; BORGES L.J.; PETROSKI E.L.; GONÇALVES H.T. Atividade Física e Estado de Saúde Mental de Idosos. **Revista Saúde Pública**. v. 42, n.2, p. 302-307, 2008.

BRUCKI, S.M.D.; NITRINI, R.; CARAMELLI, P.; BERTOLUCCI, P.H.P.; OKAMOTO, I.H. Sugestões para uso do Mini Exame de Estado Mental no Brasil. **Arq Neuropsiquiatr.** v. 61, n.3, p. 777-781, 2003.

ESTEVES, J.V.D.C.; ANDREATO, L.V.; PASTÓRIO, J.J.; VERSUTI, K.B.; ALMEIDA, H.D.C.; MORAES, S.M.F. O uso de academias da terceira idade por idosos modifica parâmetros morfofuncionais? **Acta Scientiarum. Health Sciences.**

v. 34, n. 1, p. 31-38, 2012.

FOLSTEIN, M.F.; FOLSTEIN, S.G.; MCHUGH. Minimental State: a practical method for grading the cognitive state of patients for clinician, **J Psychiath. Res.** v. 12, p. 189-198, 1975.

FORTI, N.A.M.; CHACON-MIKAHIL, M.P.T. Qualidade de Vida e Atividade Física na Terceira Idade. In: Gonçalves, A.; Vilarta, R. Organizadores. **Qualidade de Vida e Atividade Física: Explorando Teorias e Práticas.** Barueri. SP: Editora Manole, p. 227-256, 2004.

FRANK, J.; LANDEIRA-FERNANDEZ J. Rememoração; Subjetividade e as bases neurais da memória autobiográfico. **Psic. Clin.** v.18, n.1, p. 35-47, 2006.

HERNANDEZ, S.S.S.; COELHO, F.G.M.; GOBBI, S.; STELLA, F. Efeitos de um programa de atividade física nas funções cognitivas, equilíbrio e risco de quedas em idosos com demência de Alzheimer. **Rev. Bras. Fisioter.**v. 14, n.1, p. 68-74, 2010.

LAUTENSCHLAGER, N.T.; COSC, K.L.; FLICKER, L. et al. Effect of Physical Activity on Cognitive function in Older Adults at Risk for Alzheimer Disease: a Randomized Trial. **Jama.** v. 300, n. 9, p. 1027-1037, 2008.

MARQUIOTO, A.S.P. Diagnóstico dos Fatores Ambientais nas Academias da Terceira Idade de Maringá-Pr. **Monografia de Graduação em Educação Física-Maringá:** Universidade Estadual de Maringá, 2009.

MAZO, G.Z.; LIPOSCKI, D.B.; ANANDA, C.; PREVÊ, D. Condições de saúde , incidência de queda e nível de atividade física dos idosos. **Rev. Brasi. Fisioter.** v. 11, n.6, p. 437-442, 2007.

MOTA, J.; RIBEIRO, J.L.; CARVALHO, J.; MATOS, M.G. Atividade física e qualidade de vida associada à saúde em idosos participantes e não praticantes

em programas regulares de atividade física. **Rev. Bras Educ. Fís. Esp.** v. 20, n. 3, p. 219-225, 2006.

SCHUNK, C. Deficiência Cognitiva. In: Guccione, A.A., Organizador. **Fisioterapia Geriátrica**. Rio de Janeiro: Editora Guanabara Koogan, p.141-150, 2002.

SILVA, A.; ALMEIDA, G.J.M.; CASSILAS, R.C.; COHEN, M.; PECCIN, M.S.; TUFIK, S.; MELLO, M.T. Equilíbrio coordenação e agilidade de idosos submetidos a prática de exercícios físicos resistidos. **Rev. Bras. Med. Esporte.** v. 14, n. 2, p. 88-93, 2008.

**AVALIAÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA: VALIDAÇÃO DE INSTRUMENTO  
BASEADO EM INDICADORES BIOPSISSOCIAIS**

Maria Aparecida da Cruz Constantino<sup>1</sup>;

Ana Cristina Limongi-França<sup>2</sup>;

Denise Cavallini Cyrillo<sup>3</sup>;

Antonio Carlos Coelho Campino<sup>4</sup>.

PRONUT/USP<sup>1</sup> - FEA/USP<sup>2</sup> - FEA/USP<sup>3</sup> - FEA/USP<sup>4</sup>

Universidade de São Paulo (FEA/FCF/FSP) – PRONUT / USP

[constans@uol.com.br](mailto:constans@uol.com.br)

**RESUMO**

O estudo apresenta o desenvolvimento e validação de um instrumento de avaliação de Qualidade de Vida, baseado em indicadores biopsicossociais. Por ter grande profusão teórica, optou-se por definir Qualidade de Vida como a percepção individual de bem-estar, sustentada pelo equilíbrio do tripé biopsicossocial; entendendo, portanto, que o homem é um ser integrado nessas três dimensões. Adotou-se como ponto de partida para o desenvolvimento do instrumento, o modelo apresentado por Kertesz e Kerman (1985), tendo como base a teoria do conceito de investigação dos aspectos biológico, psicológico e social. A metodologia fundamenta-se em análises estatísticas pertinentes à psicometria realizadas por meio da confiabilidade, validade e fidedignidade. Amostra foi composta por 947 pessoas da comunidade da Universidade de São Paulo, ambos os sexos e maiores de 18 anos. Foram investigados aspectos demográficos e socioeconômicos para obtenção do perfil dos participantes, utilizando-se questão fechada e de múltipla escolha. Após o pré-teste, foram realizados os procedimentos analíticos: análise de confiabilidade, validade e fidedignidade. O instrumento desenvolvido foi composto por 43 itens, agregados nos domínios: Hábitos Alimentares, Atividade Física, Sono e Repouso, Bem-Estar Pessoal, Lazer e Diversão, Inserção Social e Ocupação Principal. A validade (Análise Fatorial definiu nove fatores, todos com autovalores maiores do que um). A confiabilidade (Alfa de Cronbach Total 0,8913, variando de 0,7032 a 0,9255) e a fidedignidade (igualdade das médias geradas pelo teste e reteste – teste “t”

pareado), foram estatisticamente significantes. Concluindo-se no desenvolvimento de um instrumento confiável, fidedigno e validado para captar a percepção da Qualidade de Vida de pessoas adultas.

**Palavras-chave:** Indicadores Biopsicossociais; Qualidade de Vida; Validação.

## **ABSTRACT**

The study presents the development and validation of an instrument for quality of life based on biopsychosocial indicators. The methodology is based on statistical analysis relevant to psychometrics performed by means of reliability, validity and reliability. Sample of 947 people in the community at the University of São Paulo, and both genders older than 18 years. It was used Kertesz and Kerman's (1985) instrument as a model, based on the concept of investigation of biopsychosocial aspects. After the pre-test, the analytic procedures were done: analysis of faithfulness, validity and reliability. The instrument was developed consisting of 43 items, grouped into the areas: Eating Habits, Physical Activity, Sleep and Rest, Personal Wellness, Leisure and Entertainment, Social and Main Occupation. The validity (factor analysis defined nine factors, all with eigenvalues greater than one). The trustworthiness (Cronbach's Alpha 0.8913 Total, ranging from 0.7032 to 0.9255) and reliability (equality of averages generated by the test and retest - paired t-test) were statistically significant. The result was the development of a reliable, trustworthy and validated instrument to capture the perception of quality of life of adult people.

**Keywords:** Biopsychosocial Indicators; Quality of Life; Validation.

## **INTRODUÇÃO**

O constructo Qualidade de Vida é um fenômeno abstrato, complexo e multidimensional para o qual não se encontrou um consenso, havendo muitas tendências de pesquisas, todas complementares entre si. Ressalta-se, que a expressão Qualidade de Vida quando citada isoladamente, desprovida de atributos, deve ser entendida como a condição de que um indivíduo, ou um país ou uma região esteja desfrutando. Desta forma, também dir-se-ia que a

Qualidade de Vida um é caldeirão em que várias ciências e modismos se misturam. Dentre elas a Sociologia, a Economia e a Educação, que buscam indicadores capazes de refletir melhor o bem-estar social. As últimas décadas foram pródigas no surgimento de um grande número de modelos para classificar e diagnosticar a Qualidade de Vida, o que implicou o aprofundamento da análise para a seleção dos componentes dos constructos (LIMONGI-FRANÇA, RODRIGUES, 1999; FLECK, LOUZADA, XAVIER, 2000).

Em decorrência da pluralidade conceitual que abrange o constructo Qualidade de Vida, a adoção de um único paradigma fez-se necessária. Assim, embasado na teoria de Kertesz e Kerman (1985), definiu-se Qualidade de Vida como a percepção individual de bem-estar, sustentada pelo equilíbrio do tripé biopsicossocial, entendendo, portanto, que os comportamentos e hábitos individuais traduzem necessidades biológicas, psicológicas e sociais. Daí advém o impulso inicial para a elaboração deste estudo: o reconhecimento, por inúmeras áreas, da importância de se aferir a Qualidade de Vida, mediante o uso de instrumentos adequados.

O estudo da Qualidade de Vida é fundamental na área da saúde por contribuir para a definição e a avaliação da eficiência de tratamentos (FAYERS, 2000; POLIT e HUNGLER, 1995). No entanto, outras dimensões do cotidiano influenciam o bem-estar das pessoas, além dos problemas de saúde específicos (MINAYO, HARTZ, BUSS, 2000; PASCOAL, 2004), também aspectos econômicos, psíquicos e sociais são elementos determinantes da Qualidade de Vida (KERTSZ e KERMAN, 1985). Assim, para sua avaliação, são necessários instrumentos que captem, de forma mais objetiva, a valoração positiva ou negativa que as pessoas atribuem a suas vidas (FAYERS, 2000; FLECK et al. 1999).

Considerando os altos custos envolvidos no desenvolvimento e na validação de instrumentos para a avaliação da Qualidade de Vida em enfermidades específicas, acredita-se que um instrumento, não focado para a doença, possa ser de grande utilidade no contexto social atual, em que a concorrência no ambiente econômico ultrapassa os muros da vida profissional e invade os relacionamentos familiares e sociais, reduz o tempo para uma

alimentação saudável, para a prática de uma atividade física e para o repouso, gerando as condições para stress excessivo e desenvolvimento de doenças (SPITZER, 1987; LIPP, 2000).

O instrumento de Qualidade de Vida, desenvolvido por Kertz e Kerman (1985), enfatiza as dimensões biopsicossociais da vida, fora do contexto médico-sanitário. Limongi-França e Rodrigues (1999) publicaram o modelo em 1994, integrando as discussões de avaliação da qualidade de vida. O presente estudo unificou e ampliou o modelo visando à validação de uma ferramenta que pudesse avaliar a qualidade de vida para a população adulta saudável, validação esta objeto do presente artigo, por meio de um conjunto de etapas que seguiu as diretrizes metodológicas recomendadas por Pasquali (1997). No que tange à validação, testou-se a confiabilidade, a validade e a fidedignidade do instrumento.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo de validação que visou à correlação entre o fenômeno de Qualidade de Vida e indicadores para a população adulta (VOLPATO, 2006). O instrumento foi autenticado na população da comunidade USP, campus São Paulo, constituindo uma amostra de 947 pessoas, de ambos os sexos, em faixas etárias a partir de 18 anos. A amostra foi definida pela técnica não probabilística de conveniência (PEREIRA, 1999).

A coleta de dados compreendeu o período de 2004 a 2006 e foi realizada em oito encontros. Sua operacionalização deu-se a partir do convite e a concordância das pessoas para participação na pesquisa, confirmada por meio da assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (aprovado pelo Comitê de Ética da Faculdade de Ciências Farmacêuticas, da USP, sob o registro de nº 259), respeitando-se todas as exigências éticas que envolvem a pesquisa.

Cada participante foi orientado sobre os objetivos da pesquisa, o sigilo das informações e a forma de preenchimento do instrumento, o qual é composto por questões de autopreenchimento, estruturado, em sequência lógica, com questões fechadas referentes a aspectos demográficos,

socioeconômicos e de Qualidade de Vida, na forma de Escala de frequência *Likert*, com uma variação de cinco categorias de resposta: 1.nunca; 2.raramente; 3.algumas vezes; 4.frequentemente; 5.sempre.

Com base no inquérito socioeconômico, buscou-se o perfil dos participantes, no tocante a idade, sexo, estado civil, raça, escolaridade e renda mensal familiar declarada. O banco de dados constituído, com todas as informações coletadas, foi submetido às seguintes análises estatísticas.

Para a análise da confiabilidade, ou seja, da consistência interna dos itens, utilizou-se o Coeficiente Alfa de Cronbach, que traduz o grau de covariância dos itens entre si (PASQUALI, 1997). Por meio dessa análise, é possível verificar a congruência de cada item com os demais itens do instrumento. Essa análise também foi realizada em quatro subamostras da amostra total, correspondentes a 25% desta, aumentando assim o imperativo da avaliação da confiabilidade. Este coeficiente varia de zero a um, sendo zero a ausência total de consistência interna dos itens e um, presença de consistência de 100%. Quanto maior o valor de Alfa, maior a sua consistência interna, considerando-se, assim, um bom indicador. O nível aceitável para o valor de Alfa deve ser definido pelo investigador. Considerou-se 0,40 como um valor aceitável para Coeficiente Alfa de Cronbach, levando-se em conta a complexidade do fenômeno, conforme as orientações de Pereira (1999).

Para a análise da validade do instrumento, que visa medir quantos itens comuns são necessários para explicar as covariâncias, ou seja, constatar se os mesmos estão medindo as mesmas coisas, utilizou-se a Análise Fatorial. Por meio desse método, realiza-se a interpretação da grandeza das cargas fatoriais (correlações que variam de -1 a +1), das variáveis no fator e, na análise dos fatores, extraem-se os de autovalores maiores que um. Dessa forma, constitui-se um método para identificação de grupamentos de variáveis relacionadas em uma escala (PASQUALI, 1998).

A análise da fidedignidade do instrumento, ou de sua precisão, implica verificar se o instrumento mensura o que pretende, sem erro. No presente estudo, adotou-se a técnica do teste-reteste, ou seja, a aplicação do instrumento aos mesmos indivíduos em dois momentos, com intervalos de 15 a

20 dias (KIMURA, 1999). O teste dessa propriedade envolve calcular o coeficiente de correlação entre os resultados obtidos nesses dois momentos. Quanto mais alta for a correlação entre essas duas medidas, menor o erro. Essa análise foi feita por meio do reteste em uma subamostra de 72 pessoas, que fizeram parte da amostra original duas semanas depois da primeira aplicação, e pelo teste “t” de *student, pareado* para cada item do instrumento.

No que tange à caracterização da amostra de indivíduos estudados, as análises das variáveis classificadas como qualitativas (em nível nominal ou ordinal) foram tratadas de acordo com tabelas de frequência absoluta e relativa (porcentagens). Para tabulação dos dados, foram utilizados os programas MS Excel 2000® e MS Access 2000® e, para sua análise e processamento, foi utilizado o SPSS for Windows®, versão 12.0.

## RESULTADOS

O instrumento foi aplicado em 947 pessoas da comunidade USP, *campus* São Paulo, em distintas unidades. Dos dados demográficos respondidos, 42,7% eram do sexo masculino e 57,3%, do sexo feminino. Quanto à faixa etária, a distribuição apresentou-se de maneira homogênea: em torno de 20% entre as faixas até os 45 anos. Com relação ao estado civil, observou-se uma grande porcentagem de indivíduos nas categorias casado (a) ou união consensual – totalizando 53%, enquanto as categorias solteiro (a), separado (a) / divorciado (a) e viúvo (a) representaram 47%. Na amostra, a quantidade de pessoas que declararam ser da raça branca (71,7%) predominou sobre as que se afirmaram da raça negra (15,1%). As demais raças totalizaram 13,2%.

Analisando a caracterização socioeconômica da amostra quanto à escolaridade, predominaram os indivíduos (64%) com curso superior (47,8% graduação e 16,2% pós-graduação); 36% haviam cursado o primeiro e o segundo grau. Observa-se que 16,2% revelaram ter concluído pós-graduação, percentual que se contrapõe, para mais, aos padrões nacionais (PNAD, 2004). Considerando a renda mensal familiar, foi constatado que se trata de uma

população de remuneração relativamente alta, com prevalência da maioria na faixa de três a nove salários mínimos (SM)<sup>1</sup>, representando 38,5%, seguida da faixa de nove a 15,5 SM com 25,8%. Também aqui se verificou um padrão superior aos encontrados no cenário nacional (PNAD, 2004).

Os resultados do processo de validação implicaram na redução do número de itens. Inicialmente, o instrumento continha 56 itens distribuídos em sete domínios que, após as análises, foram reduzidos para 43, distribuídos em oito domínios, e, dessa maneira, obteve-se a exclusão de 13 itens. O Instrumento de Qualidade de Vida já validado apresenta-se no Apêndice 1.

### **Análise de Confiabilidade**

O instrumento demonstrou alta confiabilidade, analisada por meio da consistência interna dos itens e pelo Coeficiente Alfa de Cronbach. Todos os domínios apresentaram um resultado final de Alfa Total com bom nível (Alfa Total de 0,8913, variando de 0,7032 a 0,9255), com exceção da Dimensão Hábitos Alimentares (Alfa = 0,4993). Assim, a exclusão desse domínio poderia melhorar o Alfa Total do Instrumento, mas a sua permanência ainda fornece um indicador confiável (acima de 0,40), com o benefício de se manter a investigação de um campo importantíssimo quando se aborda indicadores de Qualidade de Vida. A avaliação de confiabilidade nas quatro subamostras também apresentou resultados satisfatórios, como pode ser visto na Tabela 1. Os Coeficientes de Alfa de Cronbach Total variaram entre 0,8189 e 0,8485.

Novamente, o domínio Hábitos Alimentares apresentou coeficiente baixo, como também o domínio Sono e Repouso (inferiores a 0,40). Valores desse porte sugerem uma interferência negativa, sobre a consistência interna do instrumento (PASQUALI, 1997; PEREIRA, 1999). Para eliminar essa dúvida, testou-se o efeito da exclusão dos itens desses dois domínios, verificando-se, contudo, não haver nenhum efeito estatisticamente significativo.

---

<sup>1</sup> No período de coleta de dados, o salário mínimo variou de R\$ 300,00 (Lei nº 11.164/2005) a R\$ 350,00 (MP nº 288/2006).

O Coeficiente Alfa de Cronbach continuou dentro dos limites aceitáveis para cada domínio (entre 0,8207 e 0,8348) e para o instrumento (0,8269).

**Tabela 1** - Coeficientes de Consistência Interna do Instrumento, segundo análise de Alfa de Cronbach.

Domínios	Alfa Amostra Aleatória	Alfa Amostra Aleatória	Alfa Amostra Aleatória	Alfa Amostra Aleatória
	25%	50%	75%	100%
<b>Hábitos Alimentares</b>	0,368	0,3287	0,3356	0,3265
<b>Atividade Física</b>	0,5785	0,6671	0,6281	0,6289
<b>Sono e Repouso</b>	0,3879	0,2281	0,2815	0,2635
<b>Bem-Estar Pessoal</b>	0,6662	0,6211	0,6321	0,6441
<b>Lazer e Diversão</b>	0,7494	0,759	0,7629	0,7554
<b>Inserção Social</b>	0,5065	0,6232	0,6392	0,6668
<b>Ocupação Principal</b>	0,6666	0,6711	0,6639	0,6627
<b>Alfa Total</b>	<b>0,8485</b>	<b>0,8295</b>	<b>0,8189</b>	<b>0,8269</b>

### Análise da Validade do Instrumento

Quando se está analisando uma série de itens, supõe-se que todos eles estejam medindo a mesma coisa (PASQUALI, 1997). Na prática, o que se deseja é confirmar se todos os itens são avaliados em função de um traço latente; assim, todos eles devem se referir a esse traço latente. A este problema chama-se unidimensionalidade, em que os itens estão medindo uma única e a mesma coisa. Dessa maneira, “[...] esta unidimensionalidade pode ser baseada pela Análise Fatorial, que consiste em verificar se uma série de itens pode ser reduzida idealmente a uma única dimensão, chamada de fator, com o qual todas as variáveis da série estão relacionadas. Assim, pode-se

dizer que os itens são unidimensionais, estão medindo a mesma coisa” (PASQUALI, 1997, p. 171).

Por meio da Análise Fatorial, a validade de constructo de um teste é determinada pela grandeza das cargas fatoriais (correlações que vão de -1 a +1) das variáveis no fator. A interpretação dos fatores e respectivas cargas fatoriais têm por finalidade verificar, por meio da Análise Fatorial, se os constructos podem ser reduzidos idealmente a uma única dimensão, com a qual todas as variáveis da série se relacionam, para concluir, então, se os itens são unidimensionais, isto é, estão medindo a mesma coisa. Para Pasquali (1997), carga alta significa um valor de pelo menos 0,30; em outras palavras, se ele satisfaz o critério da unidimensionalidade.

Neste estudo foram gerados 15 fatores com autovalores maiores do que um. Na Tabela 2 apresentam-se os fatores, seus respectivos valores absolutos e percentuais da variância.

**Tabela 2** - Análise da Validade do Instrumento: Análise Fatorial.

Fator	Autovalor	% da Variância	% da Variância Acumulada
1	9,732	0,174	17,379
2	3,908	0,070	24,358
3	2,862	0,051	29,468
4	2,608	0,047	34,126
5	1,943	0,035	37,595
6	1,708	0,030	40,645
7	1,402	0,025	43,148
8	1,337	0,024	45,536
9	1,300	0,023	47,857
10	1,256	0,022	50,100
11	1,149	0,021	52,152
12	1,119	0,020	54,150
13	1,075	0,019	56,070
14	1,053	0,019	57,950
15	1,001	0,018	59,737

Após as respectivas análises para a validação, considerando a interpretação da consistência interna dos itens, por meio do Coeficiente de Alfa de Cronbach, e a análise da validade do domínio, indicada na Análise Fatorial, foi considerado o resultado final. Essas ponderações seguiram critério avaliando cada domínio em questão, gerando assim o instrumento final.

### Análise de Fidedignidade

Como descrito na Metodologia, a fidedignidade, ou seja, a estabilidade do instrumento foi avaliada por meio do teste-reteste, apresentando um resultado satisfatório. O teste “t” de *student* apontou a igualdade de médias para a maioria dos itens, ao nível de significância de 5%. As exceções foram os itens 4.7 e 6.4, representando apenas 3,5% do total de constructos. Em outras palavras, o instrumento reproduziu os mesmos resultados nos dois momentos (Tabela 3).

**Tabela 3** - Comparação de Médias do Teste e Reteste do Instrumento.

	Média	Média	Teste t	Item	Média	Média	Teste t
	Teste	Reteste	Pareado (p)		Teste	Reteste	Pareado (p)
1.1	3,39	3,35	0,75225	4.5	4,11	4,1	0,87546
1.2	3,33	3,47	0,25986	4.6	2,36	2,38	0,89777
1.3	4,06	3,92	0,10950	4.7	4,36	4,08	0,00177
1.4	2,82	2,82	1,00000	4.8	4,25	4,1	0,12646
1.5	3,38	3,4	0,86625	5.1	4,68	4,58	0,33309
1.6	3,69	3,76	0,36620	5.2	3,75	3,6	0,19384
1.7	2,01	2,03	0,84685	5.3	3,32	3,17	0,33332
1.8	2,72	2,67	0,78072	5.4	2,88	2,65	0,07307
2.1	2,79	2,99	0,16144	5.5	3,46	3,61	0,21766
2.2	4,13	4,11	0,92046	5.6	3,22	3,03	0,10858
2.3	3,06	2,88	0,11323	5.7	4,29	4,36	0,52004
2.4	3,06	3,06	1,00000	5.8	4,22	4,07	0,25026

2.5	2,44	2,36	0,63383	6.1	3,75	3,74	0,92124
2.6	1,92	1,92	1,00000	6.2	3,67	3,6	0,59028
2.7	3,14	3,18	0,80768	6.3	3,81	3,67	0,27731
2.8	4,47	4,33	0,18502	6.4	4,56	4,35	0,02239
3.1	3,26	3,42	0,27009	6.5	3,9	3,85	0,70684
3.2	3,61	3,63	0,89237	6.6	4,03	3,99	0,69498
3.3	2,06	2,03	0,77201	6.7	3,97	3,85	0,22934
3.4	1,35	1,28	0,27162	6.8	4,53	4,39	0,06381
3.5	3,89	3,76	0,26060	7.1	4,03	4,13	0,23286
3.6	2,56	2,51	0,80255	7.2	3,9	3,79	0,20185
3.7	3,93	3,83	0,51549	7.3	3,64	3,6	0,74099
3.8	1,81	1,79	0,90095	7.4	3,63	3,64	0,91229
4.1	4,56	4,6	0,63801	7.5	2,78	2,69	0,59427
4.2	4,06	4,07	0,87234	7.6	3,38	3,31	0,62738
4.3	4,24	4,13	0,16584	7.7	4,08	3,9	0,08085
4.4	3,99	4,06	0,52004	7.8	3,86	3,86	1,00000

## DISCUSSÃO

A validação de questionários que buscam avaliar a percepção das pessoas sobre sua Qualidade de Vida é altamente relevante no mundo atual, na medida em que a contemporaneidade tornou o stress parte da vida diária e, em muitas circunstâncias, excessivo, reduzindo a produtividade e prejudicando a vida pessoal e a saúde (LIPP, 2000; BUSS, 2000).

Idealmente, um processo de validação implica a comparação de resultados obtidos no campo com medidas objetivas correspondentes ao padrão ouro, o que é de grande dificuldade quando se trata da percepção de Qualidade de Vida (LYNN, 1999; SLATER et al., 2003; HERCULANO, 1998).

No presente estudo, o instrumento de Qualidade de Vida, que enfatiza as dimensões biopsicossociais da vida, fora do contexto médico-sanitário, foi

validado sob os preceitos da psicometria, no que tange à análise de sua confiabilidade, de sua representação comportamental e de sua fidedignidade (PASQUALI, 1998).

A amostra de adultos sadios, base do processo de validação, apresentou características socioeconômicas diferenciadas da população brasileira, com nível de escolaridade e renda superiores à média nacional, mas com perfil semelhante em relação à distribuição quanto ao gênero, estado civil e distribuição etária (PNAD, 2004).

As análises de validade do instrumento de Qualidade de Vida demonstraram a sua confiabilidade, a sua fidedignidade e a sua capacidade de representação comportamental. A consistência interna, medida pelo Coeficiente de Cronbach, foi boa tanto em termos dos sete domínios, quanto em relação aos 56 itens que compunham o instrumento. No presente estudo, o Coeficiente de Cronbach de 0,8269 foi superior ao valor obtido em outros estudos semelhantes, como 0,77 no estudo apresentado por Fleck, Louzada e Xavier (2000). Dentre os domínios, o relativo a Hábitos Alimentares apresentou o menor Coeficiente de Cronbach (0,4993), mas ainda dentro do limite do aceitável. Inclusive o estudo da exclusão desse domínio não mostrou impacto significativo sobre a consistência interna do questionário, o que levou à sua manutenção, tendo em vista a relevância desse aspecto para a Qualidade de Vida das pessoas.

O estudo da representação comportamental foi realizado por meio da análise fatorial, que sugeriu a ampliação do número de domínios de sete para nove. Entretanto, essa nova estrutura do questionário (com nove domínios) não melhorava significativamente o alfa total de Cronbach, de modo que se optou em manter a estrutura originalmente desenvolvida por Kertesz e Kerman (1985). A análise fatorial em conjugação ao Coeficiente de Cronbach para cada item mostrou a possibilidade de redução do total de itens de 56 para 43. Conforme Nunnally e Bernstein (1994), a redução do número de itens, no instrumento final, tende a aumentar a praticidade e a facilidade para o seu entendimento, em aplicações futuras.

Em relação à fidedignidade, avaliada pelo método de teste-reteste, o resultado foi satisfatório, não houve diferença significativa entre as médias da primeira medida (teste) quando comparada com a segunda (reteste), indicando a sua utilidade para reavaliação da autopercepção de Qualidade de Vida dos mesmos indivíduos em diferentes ocasiões, como sugerido por Pasquali (1997).

Finalmente, as análises desenvolvidas permitem afirmar que o instrumento é satisfatório e sensível para captar a autopercepção de adultos saudáveis sobre sua Qualidade de Vida, por meio de um número adequado de itens que abrangem os domínios relevantes do contexto biopsicossocial.

## **CONCLUSÃO**

A análise gerou índices satisfatórios, demonstrando que o instrumento originado no presente estudo, desenvolvido para adultos saudáveis é sensível à variável investigada, com consistência interna adequada. Em síntese, o instrumento de avaliação da Qualidade de Vida pode ser considerado validado, para análise da autopercepção das pessoas considerando a concepção biopsicossocial de bem-estar. Nesse sentido, pode ser útil para avaliar o impacto de circunstâncias adversas, como processos de doença, ou de intervenções como aquelas relacionadas à promoção da saúde e à integração diferenciada dos desafios de registro das condições de vida nos aspectos biopsicossociais.

## **REFERÊNCIAS**

BUSS, Paulo Marchiori. **Promoção da saúde e qualidade de vida**. Ciência e Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, n.5, 2000. p. 163-177.

FAYERS PM, D. **Quality of life: assessment, analysis and interpretation**. Chichester: John Wiley, 2000.

FLECK, Marcelo P. de Almeida; LOUZADA, Sérgio; XAVIER, Marta *et al.* **Aplicação da versão em português do instrumento de avaliação de**

**qualidade de vida da Organização Mundial da Saúde (WHOQOL-100).**

Revista Saúde Pública, São Paulo, v.33, n.2, abr. 1999. p.198-205.

FLECK, Marcelo P. de Almeida; LOUZADA, Sérgio; XAVIER, Marta *et al.*

**Aplicação da versão em português do instrumento abreviado de avaliação da qualidade de vida (WHOQOL-bref).** Revista Saúde Pública, São Paulo,

v.34, n.2, abr. 2000. p.178-183.

HERCULANO, Selene C. **A qualidade de vida e seus indicadores.** Revista

Ambiente e Sociedade, Campinas, ano I, n. 2, p. 77-99, 1998.

IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa Nacional por**

**Amostra de Domicílios – PNAD 2002-2003.** Rio de Janeiro: IBGE, 2004.

KERTESZ, Roberto; KERMAN, Bernardo. **El manejo del stress.** Buenos Aires:

IPPEM, 1985. 442 p.

KIMURA, Miako. **Tradução para o português e validação do “Quality of Life**

**Index”, de Ferrans e Powers.** Tese (Livre Docência). Faculdade de Enfermagem, Universidade de São Paulo-USP. São Paulo, 1999.

LIMONGI-FRANÇA, Ana Cristina; RODRIGUES, Avelino Luiz. **Stress e**

**Trabalho: uma abordagem psicossomática.** 2ª ed. São Paulo: Atlas, 1999. 154p.

LIPP, Marilda Novaes. **Como enfrentar o stress.** 5. ed. Campinas: Ícone,

2000. 91p.

LYNN, Mary R. **Reliability estimates: use and disuse.** p. 236-238. In:

DOWNS, F. (edit.). *Readings in research methodology.* 2 ed. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins, 1999.

MINAYO, Maria Cecília de S.; HARTZ, Zulmira Maria de Araújo; BUSS, Paulo

Marchiori. **Qualidade de Vida e saúde: um debate necessário.** Revista Ciência & Saúde Coletiva, Manguinhos, v. 5, n. 1, p. 7-18, 2000.

NUNNALLY, Junn C.; BERNSTEIN, Ira H. **Psychometric theory.** New York:

McGraw Hill, 1994.

PASCHOAL, Sérgio Marcio P. **Qualidade de vida do idoso: construção de**

**um instrumento de avaliação através do método do impacto clínico.** Tese

(Doutorado), Faculdade de Medicina, Universidade de São Paulo-USP. São Paulo, 2004.

PASQUALI, Luiz. **Princípios de elaboração de escalas psicológicas**. Revista de Psiquiatria Clínica, v.25. n.5. 1998.

PASQUALI, Luiz. **Psicometria: teoria e aplicações**. Brasília: Editora da UnB, 1997.

PEREIRA, Júlio César R. **Análise de dados qualitativos: estratégias metodológicas para as ciências da saúde, humanas e sociais**. São Paulo: Edusp, 1999.

POLIT Denise F.; HUNGLER, Bernadette P. **Fundamentos de pesquisa em enfermagem**. Porto Alegre: ArtMed, 1995.

SLATER, Betzabeth; PHILIPPI, Sônia Tucunduva; MARCHIONI, *et al.* **Validação de Questionários de Frequência Alimentar - QFA: considerações metodológicas**. Revista Brasileira de Epidemiologia, vol.6, n.3. 2003. p. 200-208.

SPITZER ,WO. **State of science 1986: quality of life and functional status as target variables for research**. J Chronic Dis 1987; 40(6): 465-71.

VOLPATO, Gilberto. **Dicas para redação científica**. 2. ed. Vinhedo: Scripta, 2006.

## INICIAÇÃO E ESPECIALIZAÇÃO ESPORTIVA NAS REGIÕES CENTRO SUL E DOS CAMPOS GERAIS DO PARANÁ

Jorge William Pedroso Silveira

Michel Milistetd

Erivelton Fontana de Laat

Luiz Alberto Pilatti, Viviane Kich

Universidade Estadual do Centro Oeste

[jorge\\_basquete@hotmail.com](mailto:jorge_basquete@hotmail.com)

### RESUMO

O objetivo deste estudo consistiu em verificar as concepções dos treinadores que estão diretamente inseridos no contexto da iniciação esportiva, e suas opiniões sobre as idades ideal e real em que acontecem as inserções de crianças em suas modalidades, descrever o treinamento (fases, métodos e objetivos) assim como as causas e efeitos destes. Através de uma pesquisa de caráter descritivo foram coletadas as opiniões de 100 (cem) treinadores atuantes em 20 (vinte) municípios que compõem as regiões centro-sul e dos campos gerais do Paraná. Baseando-se nas opiniões destes treinadores, pode-se dizer que há indícios de Especialização Esportiva Precoce em algumas modalidades, nas questões de competição, objetivos e desenvolvimento do treinamento, porém estes indícios são justificados pelos entrevistados pela interferência de outros agentes sociais (pais, instituição, mídia).

**PALAVRAS CHAVE:** Iniciação Esportiva; Treinamento em Longo Prazo; Especialização Esportiva Precoce.

### ABSTRACT

The objective of this study was to determine the views of the coaches who are directly placed in the context of sports initiation, and their views on the ideal and real ages at which children place the inserts in their sports, describe the training (phases, methods and goals) well as the causes and effects of these. Through a descriptive study opinions were collected from 100 (one hundred) coaches

working twenty (20) municipalities in regions centre south and general fields of the Paraná. Based on the opinions of coaches, can say that there is evidence Early Sports Specialization in some modality, on questions of competition, goals and development of training, but these intimations are justified by the interviewees by interference from other social agents (parents, institution and media).

**KEY WORDS:** Sport Initiation. Long Term Training. Early Sport Specialization.

## INTRODUÇÃO

Comumente considera-se o esporte como agregador de valores educacionais, tais como disciplina, lealdade, respeito, responsabilidade, superação, entre outros. Porém, a inserção inadequada de crianças e adolescentes neste meio pode gerar falsas promessas, falsos talentos; o que também causa frustrações na vida destes praticantes ocasionando o êxodo esportivo e a perda não só de atletas em potencial como também de uma população fisicamente ativa; o que pode influenciar, adultos sedentários pouco propensos á pratica esportiva seja ela por lazer, saúde ou mesmo por profissão.

Segundo Oliveira e Paes (2004), nos dias atuais, para atingir resultados desportivos superiores, os atletas dedicam-se à atividade esportiva durante muitos anos de suas vidas. Por isso, torna-se necessária uma sub-divisão metodológica rigorosa em longo prazo, relacionada à preparação dos atletas, na qual as etapas e fases não têm prazos definidos de início e finalização, pois dependem não só da idade, mas também do potencial genético do esportista e do ambiente no qual ele está inserido, das particularidades de seu crescimento, maturação, desenvolvimento, da qualidade dos técnicos, entre outros, e também das características de cada modalidade escolhida. Santana *et al* (2006), aponta que parte dos professores preocupa-se em especializar crianças precocemente a fim de ganhar algumas medalhas, o que implica, muitas vezes, na infeliz idéia de seletividade, que nega a boa parte daquelas a oportunidade de participar dos jogos.

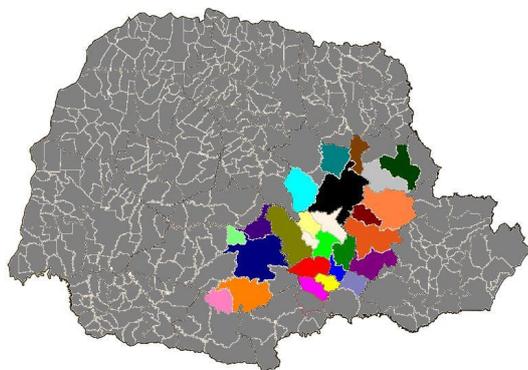
Ferreira (2001) aponta para alguns problemas que envolvem a Especialização Esportiva Precoce (EEP) como as pressões exercidas pelos pais e técnicos aos praticantes, a definição precoce do esporte a ser praticado; a competição exacerbada, a busca da plenitude atlética em crianças e adolescentes ainda em formação, a cobrança de resultados e a especialização precoce na formação tanto de atletas como de pessoas como indivíduos sociais. Para SANTANA *et al* (2006), a especialização precoce é definida como uma prática sistemática de um único tipo de esporte antes da puberdade, predominantemente competitiva, com elevada dedicação aos treinamentos e com o objetivo de se alcançar resultados em curto prazo.

Tani (2001) explica que a precocidade pode manifestar-se de diferentes formas. Em certas situações, ela ocorre no domínio fisiológico, ou seja, ao se submeter crianças a uma sobrecarga de treinamento físico, em termos de frequência, intensidade e duração, incompatível com o seu estágio de crescimento e desenvolvimento. É um problema mais observado em modalidades esportivas em que o aspecto energético é crucial. As conseqüências mais comuns são: o esgotamento físico, o comprometimento da estrutura ósteo-muscular e as lesões físicas agudas e até mesmo crônicas. Para Darido e Farinha (1995) na verdade, a questão da especialização precoce é mais complexa porque envolve além dos aspectos biológicos e ambientais, a questão do contexto sócio-cultural.

As respostas para os problemas supracitados talvez estejam na iniciação esportiva, no processo de formação desportiva em longo prazo ou nos influenciadores da especialização esportiva precoce, ou seja, o esporte fenômeno, a oferta de competições e a prática sistematizada. Para tanto, se faz necessária uma avaliação cada um destes fatores, para que se possa gerar uma proposta adequada de treinamento desportivo e formação de atletas. Com isso o objetivo deste estudo consistiu em verificar as concepções dos treinadores que estão diretamente inseridos no contexto da iniciação esportiva, e suas opiniões sobre as idades ideal e real em que acontecem as inserções de crianças em suas modalidades, assim como as causas e efeitos destas.

## METODOLOGIA

Esta pesquisa teve caráter descritivo buscando conhecer as opiniões de treinadores de categorias de base na temática que envolve a iniciação e especialização desportiva de crianças e jovens. Para tal foram coletadas opiniões de 100 (cem) treinadores atuantes 20 (vinte) municípios que compõem as regiões centro-sul e dos campos gerais do Paraná (figura 01) agrupados segundo as divisões impostas pela instituição proponente do esporte no estado: a Paraná Esporte. A média de idade da amostra foi de  $30,55 \pm 10,11$  anos e experiência de  $8,41 \pm 9,18$  anos. Treinadores respectivamente das modalidades: Atletismo (03), Basquete (19), Futebol (16), Futsal (23), Ginástica Olímpica (03), Handebol (11), Lutas (05), Natação (01), Tênis (01), Tênis de Mesa (02) e Voleibol (16); tendo em média  $30,55 \pm 10,11$  anos de idade com experiência equivalente á  $8,41 \pm 9,18$  anos, sendo 63 (sessenta e três) deles com curso superior em Educação Física e 37 (trinta e sete) não graduados.



**Figura 01** – Conjunto de municípios participantes do estudo

A coleta dos dados deu-se através do questionário adaptado de Silva *et al* (2001), próprio para treinadores; com 16 perguntas fechadas referentes as percepções destes sobre as idades em que ocorrem as fases do treinamento em longo prazo, as respostas foram coletadas na presença do responsável pela pesquisa, sendo que, só foi respondido após a assinatura do Termo de Consentimento Informado – TCI, onde os sujeitos da pesquisa tornaram-se conscientes dos efeitos da pesquisa e do completo sigilo de suas identidades,

não ocasionando dano ao entrevistado. Recorreu-se a estatística descritiva (média, desvio padrão, Freqüência Absoluta (FA) e Freqüência Relativa (FR), tratando os dados de forma qualitativa e quantitativa simultaneamente.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

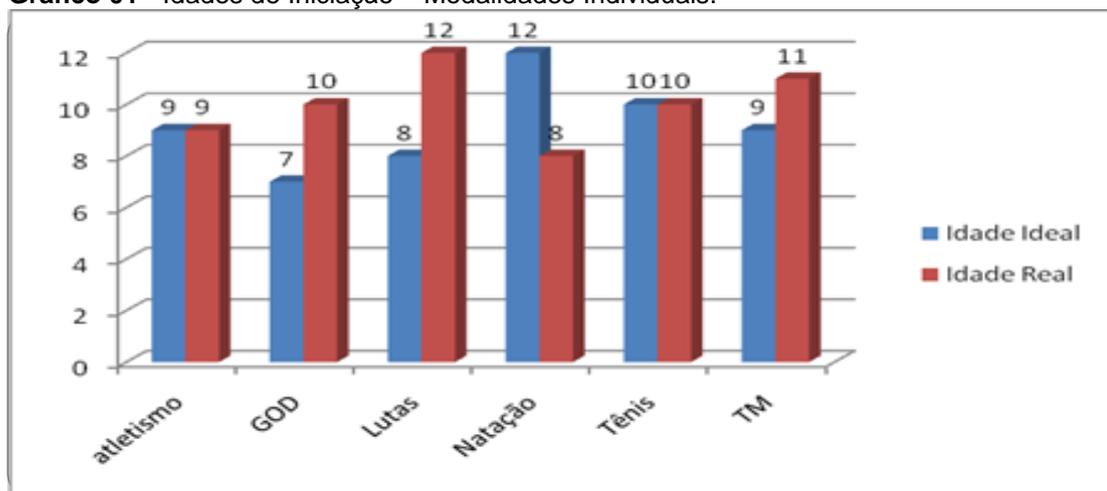
### INICIAÇÃO ESPORTIVA

Autores como Oliveira e Paes (2004) apontam o treinamento; como prática sistemática em busca do aprimoramento e de forma geral defendem a divisão da iniciação esportiva em três etapas: Transitiva, Participativa, Competitiva.

A iniciação esportiva precoce ocorre, na maioria das vezes, quando se inicia a prática sistemática tendo como meta o esporte rendimento (TANI, 2001). Porém, o problema é que muitas pessoas, especialmente pais e professores, por não fazerem as devidas distinções conceituais, acabam generalizando os princípios do esporte-rendimento para todas as situações.

Afim de, obter um desenvolvimento ideal do atleta, alguns autores concordam que a idade de início deve ser entre 8 e 13 anos de idade e que o desempenho será cerca de 20 a 30 anos na maioria dos esportes. Nesse sentido obteve-se para as modalidades individuais, o seguinte resultado:

**Gráfico 01** - Idades de Iniciação – Modalidades Individuais.



No Atletismo, Nascimento (2005) afirma que as crianças e jovens envolvem-se com o esporte iniciando a prática esportiva, tendo contato com as formas básicas do movimento: correr, saltar, arremessar, lançar, gestos que são considerados naturais e diretamente são utilizados na modalidade de Atletismo. Os entrevistados nesta modalidade mostram 66,6% (02) apontam como faixa etária ideal/real 07-08 anos, enquanto 33,3% (01) crêem, em 11-12 anos como faixa etária ideal e real da iniciação em sua modalidade, justificando suas opiniões através da afirmação entre o caráter lúdico inerente ao desporto e a faixa etária apresentada, indo ao encontro do que propõe a literatura apontando que uma possível divergência destas poderia acarretar em dificuldades na assimilação da técnica por parte dos alunos. A modalidade acarreta em média 6±2 horas semanais de treinamento, colocando-os acima do que é sugerido, não havendo treinamento físico específico.

Nota-se que a iniciação na GA na região se dá tardiamente nas opiniões dos entrevistados que afirmam em unanimidade (03) que se deve iniciar na GA antes dos 10 anos, levando ao ápice do treinamento com 14-16 anos, tendo 04 horas semanais de treinamento, não dispondo de especialização nesta faixa etária, isto se deve ao fato de que a promoção da modalidade se dá através de instituições públicas, com objetivo que segundo 100% (03) dos sujeitos: de lazer; não visando a participação em competições ofertadas pela federação estadual, que tem a iniciação antes dos 06 anos, chegando a fase adulta a partir dos 13 anos com séries extremamente difíceis, tendo vida esportiva de até 13 anos em média.

A Natação (01), o Tênis (01) e o Tênis de Mesa - TM (02) apresentam respectivamente 11-12, 9-10 e 9-10 anos considerados como ideais e concomitantemente reais dos treinamentos no que diz respeito á iniciação nas modalidades, tendo em 75% dos casos a afirmação de que nesta idade os meninos (as) encontram-se mais aptos para o desenvolvimento de habilidades motoras apresentando 01, 05 e 05 horas semanais de treinamento, havendo treinamento físico em 75% dos casos (03) sendo apenas 02 h/semana, ou seja, é leve não ocasionando especialização. Em se tratando da natação, em estudo feito por Darido e Farinha (1995) nos depoimentos dos ex-atletas, eles identificaram alguns aspectos favoráveis ao treinamento precoce da natação,

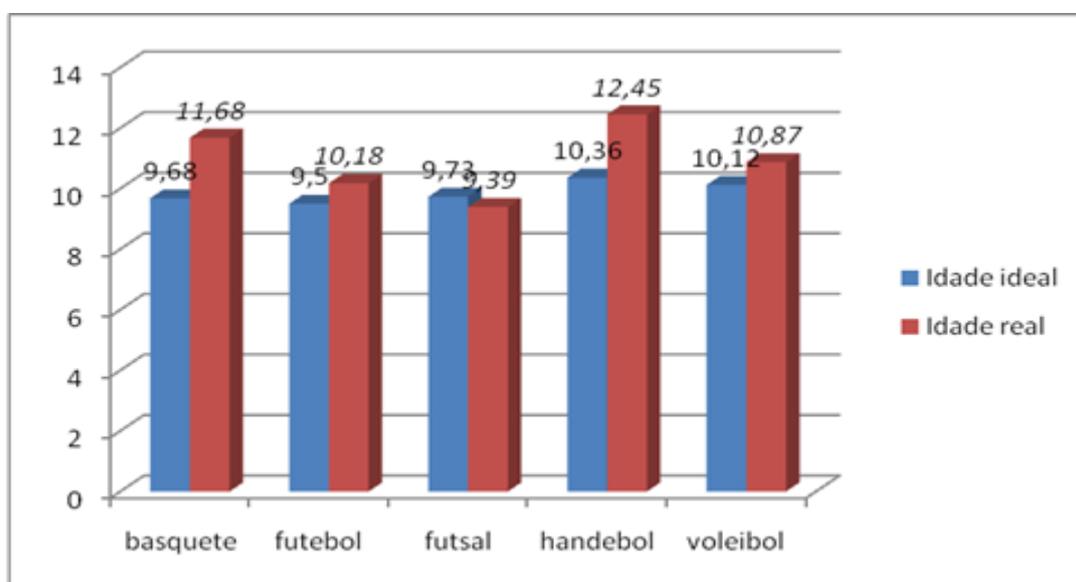
tais como: força de vontade, determinação e novos contatos sociais e outros desfavoráveis a ele, tais como: o imediatismo, o isolamento social, luxações, despreparo dos técnicos. Porém, a maioria dos indivíduos considerou bastante válida a experiência esportiva vivida e relataram que a repetiriam.

Em se tratando de lutas, os 05 entrevistados são mestres em artes marciais (judô, karate, tae kwondo, hap ki do e muay thai) e cada um segue a doutrina imposta pela sua prática, por isso não levam em consideração a idade cronológica ou maturacional de seus atletas e sim o nível de experiência destes. Considerando a idade considerada ideal, 80% (04) consideram 08 anos, considerando que nesta idade os meninos (as) encontram-se mais aptos para o desenvolvimento de habilidades motoras, contudo 60% deles afirmam que na realidade a iniciação em sua modalidade acontece após os 12 anos, apontando o preconceito e exigência dos pais como precursor desta divergência, ocasionando dificuldade na assimilação da técnica. De fato a prática esportiva individual acarreta esses fatores principalmente sociais, Moreira (2003), em estudo realizado com praticantes do karatê destaca que a necessidade da multidisciplinaridade na fase de iniciação (10 -12) e expõe que os praticantes apresentaram maior evolução a partir dos 15 anos com ápice aos 17, em contraposição, Greco e Viana (1997) mostra que no judô a prática diária no decorrer do processo de ensino/aprendizagem/treinamento, trabalha-se sem respeitar a idade evolutiva do aluno-atleta, colocando-se formas de pressão e cobrança de resultados inadequados às faixas etárias. Em média os treinamentos apresentam  $06 \pm 03$  horas semanais de treino, sendo  $3 \pm 1$  hora destinadas ao trabalho físico realizado a partir dos  $7,8 \pm 2,9$  anos, sendo a agilidade e a coordenação as valências físicas mais trabalhadas.

Os casos de compreensões a respeito da idealização de iniciação por parte dos treinadores com idades menores são os de Futebol com  $9,5 \pm 2,36$  anos e o Futsal com  $9,73 \pm 1,93$  anos (gráfico 02) dizendo que nessa idade os meninos (as) encontram-se mais aptos para o desenvolvimento de habilidades motoras; tendo como idades reais de iniciação  $10,18 \pm 2,88$  anos e  $9,39 \pm 2,51$  anos respectivamente, justificando a diferença a cobrança de resultados precoce dos pais, o que leva na opinião de 66,6% dos entrevistados, com isso o atleta deixa de conseguir bons resultados e acaba se desestimulando.

Bompa *apud* Santana e Reis (2003) clarifica que em esportes onde a velocidade e a potência predominam (como é o caso do futsal), os atletas podem se iniciar entre os 10 e 12 anos, mas devem se especializar apenas quando conseguirem lidar com a demanda de um treinamento de alta intensidade, o que acontece apenas no final do estirão de crescimento, isso entre os 14 e os 16 anos, ou seja, para o autor, o atleta pode especializar-se um pouco antes da idade adulta, porém ele acrescenta que os melhores resultados dar-se-ão entre 22 e 28 anos de idade.

**Gráfico 02** – Idades de Iniciação – Esportes Coletivos.



Para os treinadores de Handebol, a idade ideal de iniciação gira em torno de  $10,36 \pm 0,8$  anos, tendo como justificativa a identidade entre o caráter lúdico inerente ao desporto e a faixa etária apresentada, tendo na realidade sua iniciação aos  $12,45 \pm 1,63$  anos. Segundo eles, em 65% dos casos, (07 sujeitos) por causa da pouca oferta de opções e dificuldade de acesso das crianças/jovens a prática orientada e sistemática de uma atividade desportiva; o que para 85,6% dos casos (09) faz com que o atleta deixe de conseguir bons resultados.

Ainda Oliveira e Paes (2004) demonstram que a etapa de iniciação nos jogos desportivos coletivos é um período que abrange desde o momento em que as crianças iniciam-se nos esportes até a decisão por praticarem uma modalidade. Desta maneira os conteúdos devem ser ensinados respeitando-se

cada fase do desenvolvimento das crianças e dos pré-adolescentes. De acordo com Garganta da Silva (1994), os esportes coletivos são atividades ricas em situações de imprevisibilidade, portanto, necessitam de adaptabilidade por parte dos jogadores para resolver tais situações.

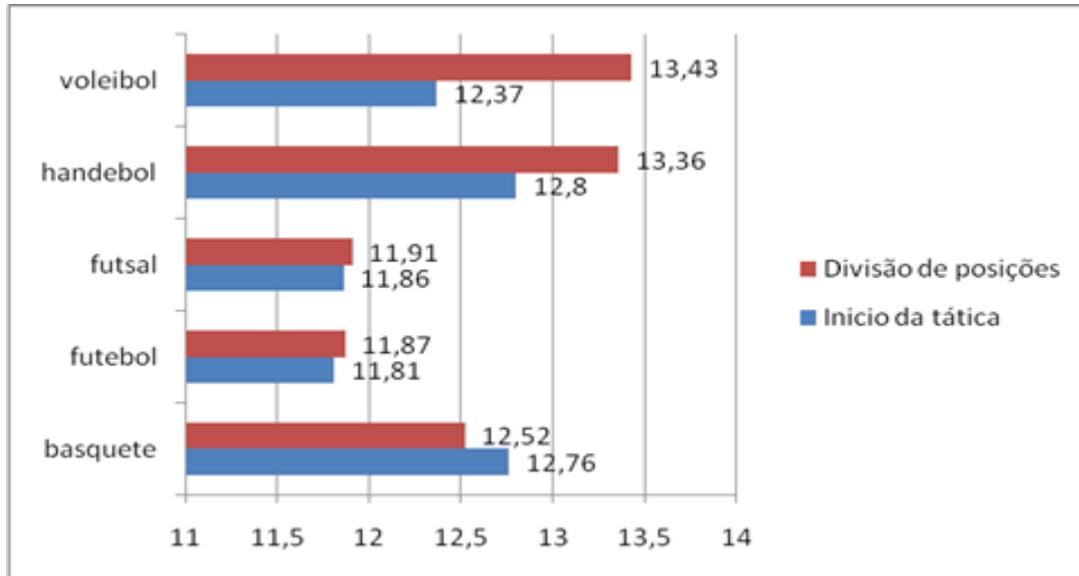
Nesse sentido, os entrevistados na modalidade basquetebol apresentaram a maior idade considerada idade para iniciação com  $9,68 \pm 2,13$  anos de idade, alegando em 13 casos, ser nesta idade em que os meninos (as) apresentam maior interesse pelos ensinamentos relacionados com a prática desportiva, tendo diferença em relação a idade real de iniciação na modalidade que é de  $11,68 \pm 1,66$  anos, considerando em 68,42% (13) dos casos a falta de estrutura do clube/instituição, para o trabalho na faixa etária considerada ideal resultando em pouca oferta de opções e dificuldade de acesso das crianças e jovens á prática orientada e sistemática de um atividade desportiva. O que gera dificuldade na assimilação da técnica, dificultando o desenvolvimento das habilidades motoras.

Silva *et al* (2004) pondera que aparentemente, o tipo de esporte não gera restrições de sua prática por crianças e adolescentes, mas a intensidade dos esforços deve ser orientada com fundamentação na treinabilidade já adquirida previamente, nas dimensões corporais, no nível maturacional do jovem e, principalmente, no objetivo a ser alcançado.

## ESPECIALIZAÇÃO ESPORTIVA

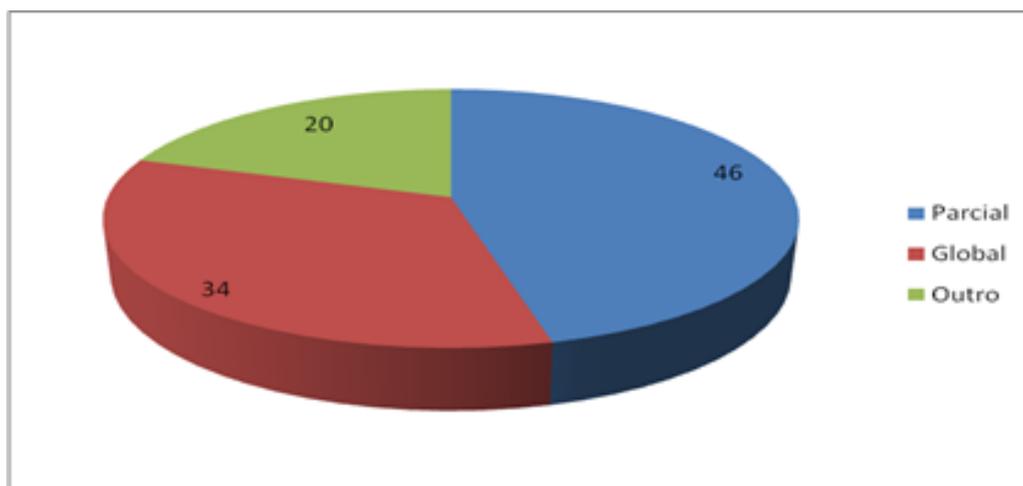
A especialização na modalidade escolhida é caracterizada pela dedicação exclusiva dos adolescentes em uma modalidade (gráfico 03). Busca-se, nos treinamentos e competições, o direcionamento visando à obtenção de resultados elevados. Gomes (2002) aponta que, nesse momento, a quantidade de horas de treinamento anual deve ser entre 600h e 1000h, nas quais 50% do tempo é destinado à preparação específica dos conteúdos do treinamento, ou seja, entre 11h e 19h semanais; considerando estas afirmações 60% tem carga horária menor que a estabelecida enquanto 40% estão dentro desta sugestão, e não há relato de trabalho físico excessivo.

**Gráfico 03** – Relação entre o início da compreensão tática e a divisão de posições.



É Um fenômeno muito observado no envolvimento da criança com o esporte é a sua precocidade. Este fenômeno dá-se a partir da midiatização do esporte, o que o torna um fenômeno cultural, surgindo como forma rápida de ascensão social, gerando práticas especializadas (treinamentos) para que se possa obter a excelência na modalidade escolhida. Esta excelência é posta á prova durante as competições, que é quando se diferenciam talentos e inaptos, ou, vitoriosos e fracassados. Um dos problemas na prática esportiva por parte de crianças e adolescentes tem sido a Especialização Esportiva Precoce (EEP), sob o pressuposto de que quanto antes a criança for inserida no esporte e nas competições, melhores serão os resultados obtidos por elas.

**Gráfico 04** – Incidência do emprego dos métodos de ensino nos treinamentos.



De maneira geral, observa-se quanto à metodologia empregada nos treinamentos que o método mais utilizado continua sendo o método parcial (46%), em segundo lugar aparece o método global com 34% dos entrevistados que optam por este método em seus treinamentos deixando outros métodos como o misto e a iniciação esportiva universal com 20% das indicações, refletindo assim uma perspectiva atrasada em relação aos modelos de ensino dos jogos. No que diz respeito aos desportos coletivos, para Pinto e Santana (2005) A criança que aprende a praticar as habilidades, possivelmente, ficará competente nisso, mas isso não é garantia de que ela possa jogar bem. A idéia analítica de que a soma das partes resultará no todo, isto é, de que se o aluno aprender a passar, a chutar, a conduzir se lhe garantirá jogar bem é, no mínimo, duvidosa, porque os esportes coletivos em geral são muito mais que isso.

No basquetebol o trabalho tático inicia com  $12,76 \pm 1,48$  anos, através de jogos que desenvolvam a noção de tática em 11 casos e treinamento tático específico nos outros 08 casos, a partir da divisão de posições que ocorre aos  $12,52 \pm 1,95$  anos, porém apenas o basquete tem a divisão de posições antes do início da compreensão tática, indo ao encontro da opinião de 57,89% que afirma optar por jogos como subterfúgio para o ensino da tática. As demais modalidades apontam que o início da tática ocorre antes da divisão de posições, com destaque para o voleibol que tem diferença de 1,06 anos entre

os dois fatos, já no futsal e futebol as ocorrências são quase que concomitantes.

Na modalidade voleibol, a idade inicial média citada é de  $10,12 \pm 1,7$  anos, defendendo que, nessa idade os meninos (as) encontram-se mais aptos para o desenvolvimento de habilidades motoras, apresentando maior interesse pelos ensinamentos relacionados com a prática desportiva para 86,66% dos entrevistados. Porém, na realidade a idade é bastante próxima ficando em média aos  $10,87 \pm 1,92$  anos sem divergência relevante. Logo em seguida dá-se início ao trabalho físico que ocorre aos  $11,85 \pm 1,56$  anos, seguido do trabalho tático aos  $12,37 \pm 1,4$  anos, junto á inserção em competições que ocorre aos  $12,3 \pm 1,54$  anos, onde em aproximadamente 80% dos casos todos participam.

O treinamento físico no futebol e no futsal dá-se aproximadamente aos 12 anos, sendo a coordenação e a agilidade as valências mais trabalhadas. A parte tática também é desenvolvida nesta faixa etária iniciando aos  $11,81 \pm 1,37$  anos no futebol sendo 86,6% dos sujeitos, favoráveis aos jogos que desenvolvam a noção tática, enquanto que no futsal este tipo de trabalho se desenvolve a partir dos  $11,86 \pm 1,36$  anos, 78,26% corroboram com a opinião dos treinadores de futebol, com a aplicação dos jogos pra a compreensão tática.

## **CONCLUSÃO**

Após expor e confrontar os dados junto á literatura já existente sobre o assunto, nota-se que há divergências no que diz respeito ás concepções de idades consideradas ideais pelos treinadores e aquelas em que realmente acontece a iniciação esportiva na região. Exceto nas modalidades atletismo e tênis que tem as idades “ideal” e real iguais, e do futsal e natação que tem sua inclusão real anterior á considerada ideal por seus treinadores; ao contrário do que se buscava esta inserção se dá após a idade considerada ideal pelos demais sujeitos, o que em alguns casos pode ser prejudicial ao rendimento, como é o caso da Ginástica Olímpica Desportiva (que tem seu ápice na adolescência, e a prática tardia acarreta resultados indesejáveis no que diz

respeito ao rendimento) e as Lutas (que desconsideram idade cronológica ou maturacional e priorizam a experiência dos praticantes para a execução dos movimentos propostos por suas modalidades).

Com isso, baseando-se nas opiniões destes treinadores envolvidos na iniciação esportiva nos municípios das regiões sul e dos campos gerias, pode-se dizer que há indícios de Especialização Esportiva Precoce em algumas modalidades. Porém estes indícios são justificados pelos entrevistados pela interferência de outros agentes sociais (pais, instituição, mídia).

O treinamento desportivo em longo prazo é uma instituição social favorável na formação do cidadão, porém, desde que bem planejado e com objetivos claros, concisos e convenientes, obedecendo as necessidades daqueles que nela se inserem. O que não se pode é confundir Iniciação Esportiva Precoce com Especialização Esportiva Precoce, já que a primeira até pode ser benéfica desde que bem orientada, enquanto a segunda retrata um trabalho específico antecipado às aquisições necessárias para um desenvolvimento adequado, através do trabalho físico exaustivo e de complexidade técnica.

Especula-se que estas divergências sejam decorrentes da pouca experiência de alguns deles, ou também do fato de que 37% dos sujeitos não possuem formação específica para o desenvolvimento desta função, estando inaptos para a mesma. Neste aspecto sugere-se uma pesquisa exploratória afim de, coletar dados que comprovem ou não estas ocorrências.

## REFERENCIAS

DARIDO, S.C.; FARINHA, F.K. Especialização precoce na natação e seus efeitos na idade adulta. **Motriz** – Volume 1, Número 1, 59-70, 1995.

FERREIRA, H.B. **Iniciação Esportiva: Uma abordagem pedagógica o processo de ensino-aprendizagem do basquetebol**. Monografia (Educação Física) - Universidade Estadual de Campinas. CAMPINAS, 2001.

GARGANTA DA SILVA, J. Para uma teoria dos jogos desportivos coletivos. In: GRAÇA, A.; OLIVEIRA, J. (Ed.). **O ensino dos jogos desportivos**. Porto:

Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Universidade do Porto, 1994.

GOMES, A.C. **Treinamento Desportivo: Estruturação e periodização.** Porto Alegre: Artmed, 2002.

GRECO, P.J.; VIANA, J.M. Os princípios do treinamento técnico aplicados ao judô e a inter-relação com as fases do treinamento. **Revista da educação física** v.8, p.37-43, 1997.

MOREIRA, S.M. **Pedagogia do Esporte e o Karatê-dô: Considerações acerca da iniciação e da especialização esportiva precoce.** Dissertação (Mestrado) – Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas. Campinas, 2003.

NASCIMENTO, A.C.S.L. **Pedagogia do esporte e o atletismo: considerações acerca da iniciação e da especialização esportiva precoce.** Dissertação de Mestrado, Universidade Estadual de Campinas – Unicamp, 2005.

OLIVEIRA, V.; PAES, R.R.. A pedagogia da iniciação esportiva: um estudo sobre o ensino dos jogos desportivos coletivos **Revista Efdeportes**– Buenos Aires – Año 10 – Nº 71 – 2004.

SANTANA, W.C. de; REIS, H.H.B. dos; RIBEIRO, D.A. A iniciação de jogadores de futsal com participação na Seleção Brasileira. **Revista Efdeportes**, Buenos Aires – Año 11 – Nº 96 – 2006.

SANTANA, W.C. de; REIS, H.H.B. dos. Futsal Feminino: perfil e implicações pedagógicas. **Revista Ciência e Movimento.** Brasília v. 11 n. 4 p. 45-50, 2003.

SILVA, C.C. da; GOLDBERG, T.B.L.; TEIXEIRA, A.S.; MARQUES, I. O exercício físico potencializa ou compromete o crescimento longitudinal de crianças e adolescentes? Mito ou verdade? **Revista Esporte;** Vol. 10, Nº 6, 2004.

SILVA F. M., FERNANDES L., CELANI F. O. Desporto de crianças e jovens um estudo sobre as idades de iniciação. **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, vol. 1, no 2 [45–55], 2001.

TANI, G. A criança no esporte: Implicações da iniciação esportiva precoce. In R.J. Krebs, F. Copetti, M.R. Roso, M.S. Kroeff & P.H. Souza (Orgs.), **Desenvolvimento infantil em contexto**. Sociedade Internacional para Estudos da Criança. Florianópolis: Editora da UDESC, p. 101-113. (2001).

**A QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO DE PEDAGOGOS ATUANTES EM  
AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NOS ANOS INICIAIS**

Jorge William Pedroso Silveira

Erivelton Fontana de Laat

Luiz Alberto Pilatti

Danile Miara

Viviane Kich

Universidade Estadual do Centro-Oeste – UNNICENTRO

Jorge\_basquete@hotmail.com

**RESUMO**

O objetivo do presente estudo foi avaliar as condições de qualidade de vida no ambiente de trabalho de pedagogos que desenvolvem as aulas de educação física na educação básica. Para tal, utilizou-se uma pesquisa exploratória baseada no questionário *whoqol-bref* composto por 26 perguntas fechadas, com 10 pedagogos contratados pela secretaria municipal de educação do município de Irati – PR. Os resultados mostraram que apesar dos professores afirmarem que sua qualidade de vida é boa, suas respostas divergiram mostrando que está em baixa em todos os domínios, com destaque para o ambiente extremamente estressante, assim como os aspectos físicos e psicológicos apresentaram déficit. A partir destes achados mostrou-se de suma importância o investimento em condições adequadas para que o desenvolvimento da educação de base no município.

**PALAVRAS-CHAVE:** Trabalho; Qualidade de vida; Professor de Educação Física; Educação Básica.

**ABSTRACT**

The aim of this study was to evaluate the conditions of quality of life in the workplace of teachers who develop the physical education classes in basic education. To this end, we used an exploratory research based on the WHOQOL-BREF questionnaire consists of 26 closed questions, with 10

teachers hired by the municipal council of education Irati - PR. The results showed that although the teachers claim that their quality of life is good, showing that their responses diverged is down in all areas, especially the extremely stressful environment, as well as the physical and psychological aspects presented deficit. From these findings proved to be very important investment in suitable conditions for the development of basic education in the city.

**KEYWORDS:** Work; Quality of life; Teachers of Physical Education Basic Education.

## INTRODUÇÃO

A profissão docente é uma atividade altamente estressante, já que, não obstante atualizar-se constantemente, é necessário muitas vezes acumular atribuições para complementar sua remuneração. Além disso, as condições de trabalho em escolas públicas é, adversa ao desenvolvimento do trabalho, sobretudo na educação básica onde pedagogos muitas vezes assumem o papel de professores de educação física, como é o caso do município de Irati no centro sul do Paraná, onde apenas uma escola tem o profissional para esta área.

A intervenção do profissional de Educação Física na escola tem sido afetada por diversos fatores, nos quais se destacam o impacto das modificações curriculares na formação inicial, que estabelecem novos perfis profissionais, e as estratégias de formação continuada, que auxiliam na melhoria da prática pedagógica e também facilitam a inserção neste espaço de atuação (BOTH et al, 2008).

O que remete ao fato de que “um professor sufocado pelas limitações materiais da escola, pelos baixos salários, pela desvalorização de sua profissão e de seu trabalho, mas sempre esperançoso em transformar sua prática, sedento de saber, inquieto por conhecer e suprir o que não lhe foi proporcionado no período de sua formação profissional” (COLETIVO DE AUTORES, 1992: 17).

Mas esse parece ser um professor idealizado por uma visão pueril de transformação social e tolhido por um quadro de destituição crônica das mínimas condições necessárias para o exercício docente, que não raro contribuem para o sofrimento mental e o “*burnout*”, a síndrome da desistência que Codo & Menezes (1999) definem como um sentimento crônico de desânimo, de apatia e de despersonalização, que afeta principalmente os trabalhadores encarregados de cuidar (*caregivers*).

A expressão “qualidade de vida” encontra-se de fato entre as mais mencionadas no campo da Educação Física e dos Esportes, causa espécie que uma outra dimensão sobre o tema seja surpreendentemente ignorada e, pode-se dizer, claramente desprezada pelos estudos acadêmicos do campo, que é a que se refere à qualidade de vida no trabalho do professor de Educação Física (NOGUEIRA, 2005).

Isso se torna mais complicado quando se consideram escolas municipais em Irati no sul do Paraná que não tem este profissional no quadro de funcionários, tendo esta função acumulada para os pedagogos destas escolas sobrecarregando-os tornando a labuta altamente estressante o que pode prejudicar a qualidade do trabalho desenvolvidos por eles. Pois, no caso dos professores, essa situação pode agravar-se ainda mais porque eles acumulam inúmeras funções – como as de amigo, confidente, pai e mãe – e necessitam, com isso, adequar-se e conhecer individualmente cada aluno (TRICOLLI, 1997).

É partindo desse pressuposto e considerando as afirmações supracitadas, que se faz necessário investigar o quão motivado, estão os professores de Educação Física das séries iniciais já que são eles os responsáveis pelo desenvolvimento do hábito de praticar atividades físicas já na infância. Para tal, o objetivo do presente estudo é verificar as condições de qualidade de vida no ambiente de trabalho dos pedagogos que acumulam o ensino da educação física nas séries iniciais de escolas municipais de Irati – PR.

## **METODOLOGIA**

A pesquisa foi de caráter exploratório, que possibilita a descoberta de práticas que precisam ser modificadas e a elaboração de alternativas substitutivas (OLIVEIRA, 2002). A população do estudo foi composta de 10 pedagogos da rede municipal de ensino do município de Irati – PR, que acumulam a função de educadores físicos na educação básica, selecionados por meio do método aleatório simples (THOMAS e NELSON, 2002).

A coleta de dados procedeu-se pela técnica de aplicação de questionário (MARCONI e LAKATOS, 2002). Para a análise da qualidade de vida recorreu-se ao questionário Whoqol-bref, criado pela Organização Mundial da Saúde – OMS, em 1998 (THE WHOQOL GROUP, 1998), traduzido e validado à realidade brasileira por Fleck et al. (2000). O Whoqol-bref é composto por 26 questões, sendo 24 referentes aos quatro domínios (físico, psicológico, social e meio ambiente) e duas sobre a qualidade de vida em geral (FLECK et al., 2000).

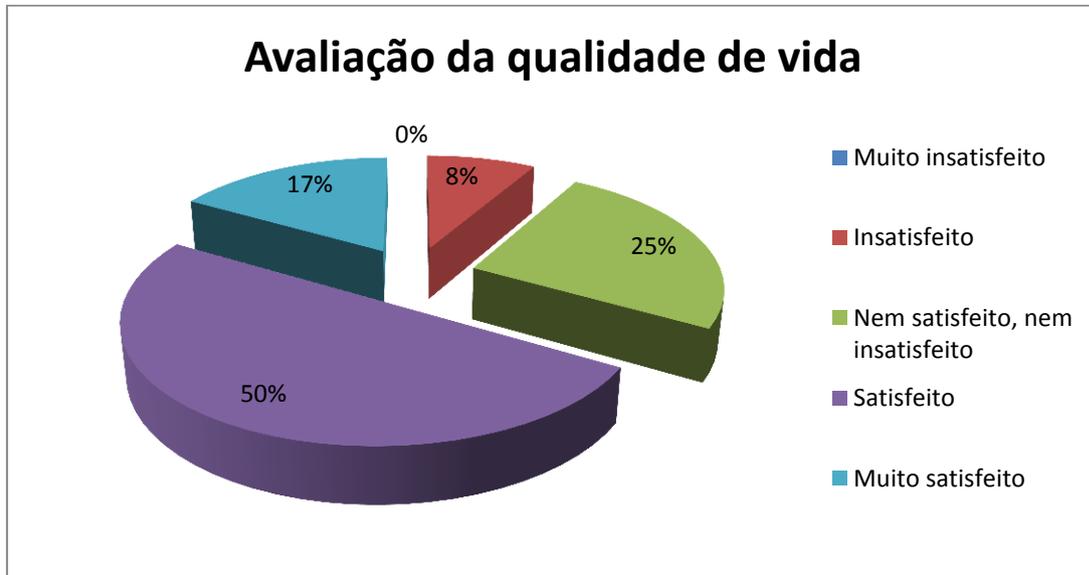
No tratamento dos dados recorreu-se à planilha do programa Excel, utilizando a análise de frequência e média para as variáveis referentes ao perfil profissional e à sintaxe proposta por The Whoqol Group (1998) para computar as pontuações para a qualidade de vida. A classificação dos escores segue o seguinte modelo: necessita melhorar (quando for 1 até 2,9); regular (3 até 3,9); boa (4 até 4,9) e muito boa (5).

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Em seu início o instrumento apresentou duas questões que resumiriam todo o trabalho: a avaliação de sua qualidade de vida e quão satisfeito está com a saúde. Dessa forma pode-se analisar de maneira subjetiva o que o entrevistado entende dos dois assuntos de forma panorâmica. Para tal as médias obtidas respectivamente foram 3,9 para a primeira e 3,7 para a segunda colocando os grupos no patamar regular; mas quando se analisa por incidência (gráfico 01 e gráfico 02) nota-se que em ambos os casos, mais de

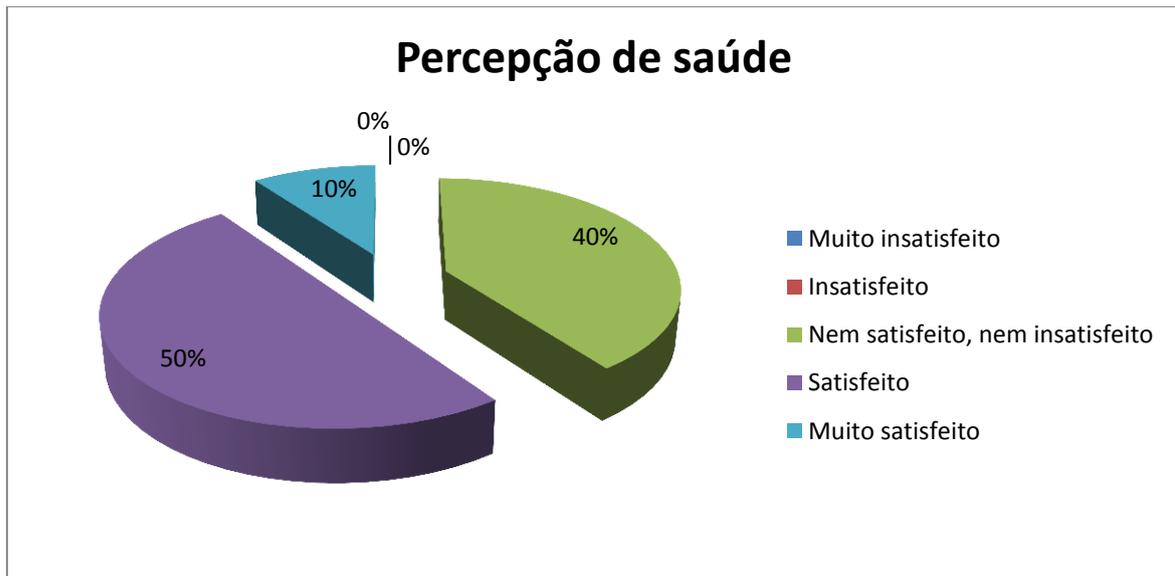
60% dos entrevistados consideram-se satisfeitos com sua qualidade de vida e saúde. Onde os índices de insatisfação não passam de 8%.

**Gráfico 01.** Percepção de qualidade de vida.



A colocação das respostas referentes a saúde (gráfico 02), que coloca os entrevistados no patamar regular com patamar limite de 3,9 é confirmada pela afirmativa de Molina (1996) de que além das adversidades como remuneração e formação, os professores não têm tempo para cuidarem de si próprios e são levados a enfrentar situações estressantes no seu cotidiano escolar, que podem, em longo prazo, interferir sobre a sua saúde geral.

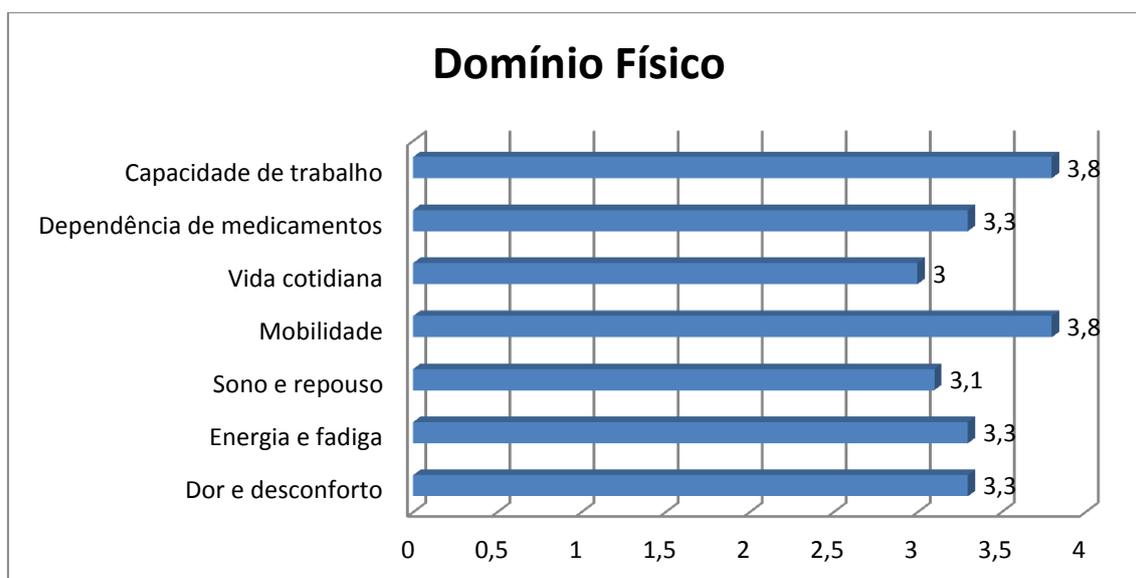
Gráfico 02. Avaliação da saúde.



Quanto a isso, Minayo et al. (2000) argumentam que o mínimo que se pode falar em qualidade de vida diz respeito à satisfação das necessidades mais elementares como: alimentação, água potável, habitação, trabalho, educação, saúde e lazer. A partir desses dados observa-se que a maioria dos professores sente-se bem com seu cotidiano, questões pessoais e de saúde. Porém, deve analisar a fundo as questões que levam a essa afirmação; para tal faz-se necessária a análise dos quatro campos que interferem em as situações.

O primeiro é domínio físico (gráfico 03) analisa aspectos relacionados às condições do entrevistado de realizar suas tarefas, dependendo de desconforto, energia, bem como este se sente a respeito do uso de medicamentos, vida cotidiana, sono e mobilidade.

**Gráfico 03.** Aspectos físicos.



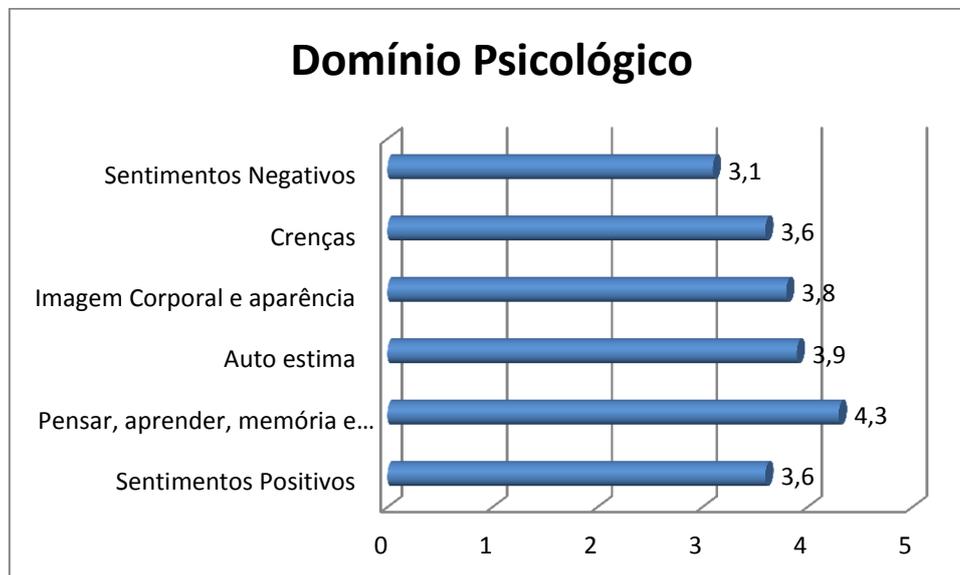
Nota-se que o patamar regular é admitido em todos os âmbitos para os aspectos físicos Meleiro (2002) de que a vida moderna e as exigências no âmbito do trabalho levam os indivíduos a, gradativamente, desenvolver algum tipo de distúrbio, uma vez que as atribuições diárias, a má alimentação, a falta de tempo para o lazer, o pouco tempo para o descanso e o sono, acabam resultando em má qualidade de vida e, 57 consequentemente, em estresse.

Para Souza e Figueiredo (2004) os profissionais que apresentaram as necessidades menos satisfeitas no domínio físico desempenhavam atividades de maior esforço físico e mobilidade. No caso dos professores de Educação Física, deve-se considerar, também, que o processo ensino/aprendizagem dos jogos, lutas, danças, ginásticas, esportes, atividades rítmicas e expressivas, entre outros, em sua maioria, necessita de demonstração por parte do professor. Conforme expõe Magill (2002), a forma mais popular de ensinar a execução de uma habilidade motora consiste na demonstração da habilidade e na instrução verbal, sendo a demonstração a forma de comunicação mais comum.

É preciso considerar, também, que, além de ficar em pé praticamente durante toda a aula e demonstrar os movimentos a serem realizados, o professor de Educação Física, ao se defrontar com a competição sonora, acaba elevando o tom de sua voz; sendo a comunicação oral um recurso importante na relação professor/aluno (PENTEADO, 2007), essa elevação do

tom da voz pode resultar em problemas, dentre eles o cansaço (DRAGONE, 2001). O que pode influenciar no domínio psicológico dos professores (gráfico 04), o que pode ser suprido pela relação professor aluno, ou segundo Silva e Nunes (2009), isso pode ocorrer pelo dinamismo e pelo potencial comunicativo característico do profissional de Educação Física e, ainda, pode ser decorrente da empatia dos alunos pela disciplina e, conseqüentemente, pelos professores, proporcionando, desse modo, uma relação amistosa entre professores e alunos no processo ensino/aprendizagem.

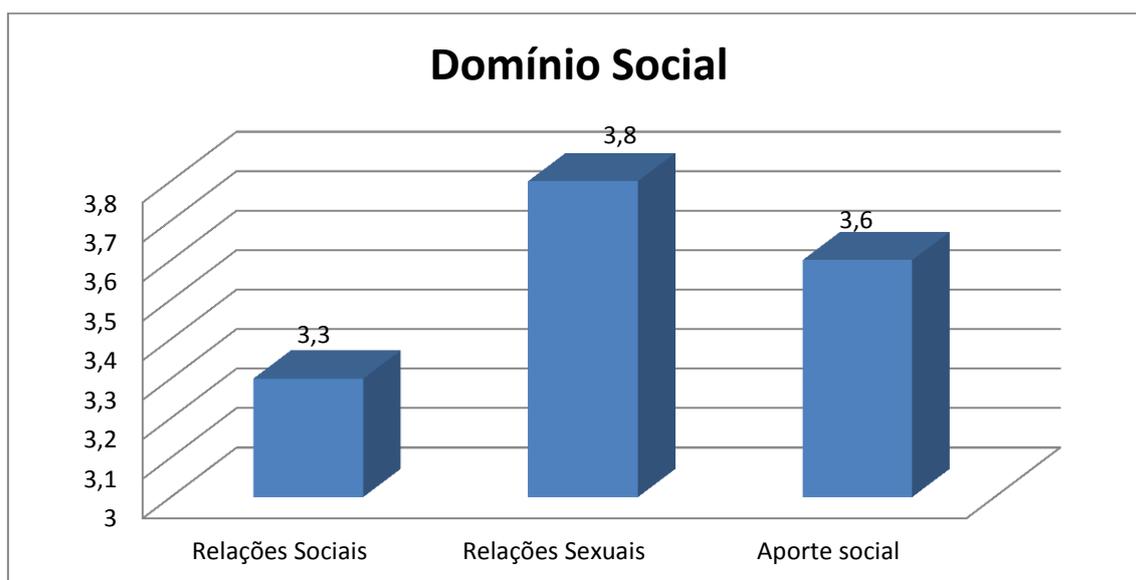
**Gráfico 04.** Aspectos psicológicos.



Os resultados acima estão associados as afirmações de Nunes e Sobrinho (2002) de que o professor em sua prática pedagógica ainda tem de se adequar a condições de ensino adversas, bem como a incompatibilidade entre os limites pessoais do professor diante da demanda da população infantil e do sistema educacional (comportamento do aluno, *design* do mobiliário escolar, iluminação das salas de aula, o nível de ruído, a temperatura ambiente, excesso de trabalho extraclasse, relacionamento entre professores, falta de capacitação, indisciplina dos alunos, falta de condições para exercer o magistério, má formação profissional e falta de apoio dos diretores). Para Salim (2004), capacitação, salário, tempo de docência, condições de trabalho (estrutura física e quantidade de alunos), são fatores que podem exercer grande influência no estado emocional desses profissionais.

É preciso considerar ainda que, na Sociedade Contemporânea, muitos trabalhadores buscam auxílio à renda com a realização de outras funções (JUNQUEIRA e MÜLLER, 2002), “vendendo”, assim, o tempo disponível que poderia ser usufruído com atividades de lazer.

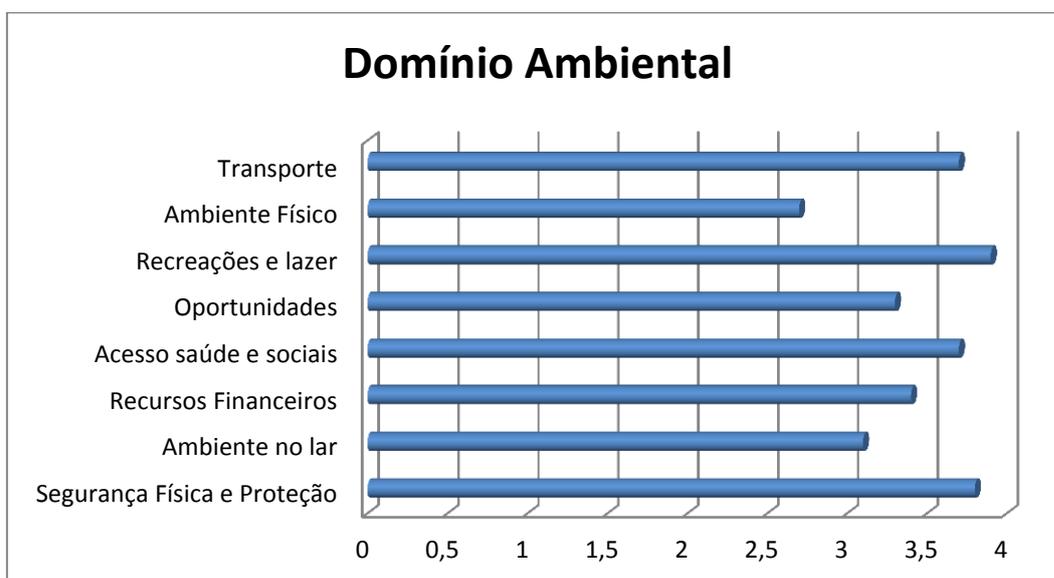
**Gráfico 05.** Aspectos Sociais.



Esses resultados mostram que o ambiente e as relações pessoais dos professores neste estudo interferem de forma negativa em sua qualidade de vida, já que os escores o colocam no patamar regular, com média 3,5 corroborando com Cantos (2005) que demonstra que devido ao estresse profissional, frequentemente encontramos professores que não se relacionam bem com seus colegas de trabalho.

Segundo Silva e Nunes (2009) no que se refere ao professor de Educação Física, há de se considerar, ainda, que, em sua maioria, ficam expostos a outras condições estressantes – tais como luz do sol, poeira e ruídos ambientais –, pois nem todas as escolas possuem, por exemplo, quadras cobertas. Davis e Newstrom (2004, p.146) dizem que: “a proposta básica da QVT é desenvolver ambientes de trabalho tão bons para as pessoas como para a saúde econômica da organização”. Isso corrobora com os dados obtidos através do questionário whoqol-bref que apresentou como média para o domínio ambiental de 3,45 alcançando o patamar regular, porém apontando para o ambiente físico como fator que menos motiva o trabalho dos docentes.

**Gráfico 06.** Aspectos Ambientais.



Segundo Maier et al (2011), a ideia da QVT é proporcionar um ambiente de trabalho saudável, clima organizacional agradável, propício ao bem estar, satisfação e a motivação dos colaboradores, fazendo com que se sintam valorizados. Além disso, estudos (CRUZ e LEMOS, 2005; LACAZ, 2005; LEMOS E CRUZ, 2005) mostram que o ambiente de trabalho no qual o professor está inserido, as condições efetivas de trabalho e as relações interpessoais com os demais membros da comunidade escolar proporcionam experiências que não estão nem entre as mais gratificantes e nem auxiliam na auto realização profissional.

Ou seja, a escola é uma ambiente cuja hierarquia exige muito do professor sem dá-lo em troca remuneração adequada. Isso corrobora com o achado de Andrews (1993) de que o baixo status profissional do professor, na maioria dos países da América Latina, constitui um dos fatores preponderantes ao não ingresso na carreira docente.

De maneira geral, os aspectos relacionados a qualidade de vida apresentaram os índices, 3,37 (regular) para o domínio físico; 3,71 (regular) na questão psicológica; 3,56 (regular) no domínio social e 3,45 (regular) nas questões ambientais, ou seja, em todos os âmbitos, a qualidade de vida dos

pedagogos deve receber atenção já que é nestes profissionais que se deposita a formação básica do indivíduo, quando este começa a desenvolver aptidões e costumes, e começa a gerar o perfil para se tornar um adulto apto a desempenhar seu papel na sociedade.

## **CONCLUSÃO**

O estudo mostra que a maioria dos professores entrevistados considera sua qualidade de vida como satisfatória, contudo os resultados obtidos nos quatro domínios não foram satisfatórios. Tais resultados devem ser vistos com preocupação por parte das autoridades municipais, pois além de provocar transtornos à saúde do professor, uma má qualidade de vida, pode afetar, ainda, a qualidade do ensino.

A sobrecarga de trabalho causada pelo acúmulo de funções sobre os pedagogos da rede municipal de ensino no município de Irati tem gerado profissionais com qualidade de vida inferior e com isso os mesmo tem dificuldades em desempenhar sua função de educadores. O ponto mais crítico segundo os entrevistados está no quesito ambiente de trabalho, onde as cobranças por resultados são exacerbadas e as condições adversas (tais como exposição ao sol, à poeira, aos locais abertos, a ruídos), torna-se importante tomar providências no sentido de disponibilizar locais de trabalhos mais apropriados para o exercício dessa função.

Investir na educação não pode ser considerado apenas o investimento em materiais, escolas e conteúdos, mas também é extremamente necessário investir em dar condições adequadas para que os profissionais que atuam nessa área possam desempenhar o seu papel com excelência exigida para obter os melhores resultados no ensino.

## **REFERENCIAS**

ANDREWS, J.C. **O stress nos professores de Educação Física dos nossos dias: uma perspectiva internacional.** Boletim SPEF 1993; 7/8:13-25.

BOSSARDI, L.A.; BECKER, R.E.; OLIVEIRA, P.O.; TOSO, P.T. **Qualidade de Vida no trabalho**.FAE.2003.

CRUZ, R.M.; LEMOS, J.C. **Atividade docente, condições de trabalho e processos de saúde**. Motrivivência, 59-80, 2005.

FLECK, M.P.A.; LOUZADA, S.; XAVIER, M.; CHACHAMOVICH, E.; VIEIRA, G.; SANTOS, L. **Aplicação da versão em português do instrumento abreviado de avaliação da qualidade de vida “WHOQOL – bref”**. Rev Saúde Pública, 2000.

LACAZ, F. **Trabalho e saúde do professor**. Plural 2005; Jun:14-19.

LEMOS, J.C.; CRUZ, R.M. **Condições e cargas de trabalho da atividade docente**. Plural, 20-27, 2005.

THE WHOQOL GROUP. **Development of the world**. Health Organization WHOQOL-bref. Quality of life assessment, 1998. *Psychol Med.*, v. 28, p. 551-558, may., 1998. Acesso em: 24 junho de 2012. Disponível em: <<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/9626712>>.

THOMAS, J. R.; NELSON, J. K. **Métodos de pesquisa em atividade física**. 3 ed. Porto Alegre: Artmed, 2002.

TRICOLLI, V.A.C. **Sintomas de stress em escolares de 1ª a 4ª série**. 1997. 123 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Departamento de pós-graduação em Psicologia Clínica, PUC, Campinas, 2007.

BOTH, J.; NASCIMENTO, J. V.; BORGATTO, A. F. **Percepção da qualidade de vida no trabalho e perfil do estilo de vida dos docentes de educação física do estado de Santa Catarina**. *Revista da Educação Física/UEM*, Maringá, v. 19, n. 3, p. 377-389, jul./set., 2008.

CANTOS, G. A. **Estresse e seu reflexo na saúde do professor**. *Revista Brasileira de Análises Clínicas*, Piracicaba, v. 7, n. 15, p. 15-20, 2005.

CODO, W. & MENEZES, V.I. **O que é burnout?** In Educação: Carinho e Trabalho. Petrópolis: Vozes, .1999.

COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia do Ensino de Educação Física**. São Paulo: Cortez Editora, 1992

DRAGONE, M.L.O.S. **Novos caminhos para os estudos sobre a voz do professor.** *Revista Fonoaudiologia Brasil*, v. 1, n. 1, p. 43-50, 2001.

JUNQUEIRA, D. M.; MÜLLER, A. **Atividades de lazer dos professores das escolas particulares:** um estudo de caso no município de Taquari – RS. *Cinergis*, Santa Cruz do Sul, v. 3, n. 2, p. 111-140, 2002.

MAGILL, R. A. **Aprendizagem motora:** conceitos e aplicações. 5 ed. São Paulo: Edgard Blücher Ltda, 2002.

MARCONI, M. A.; LAKATOS, E. M. **Técnicas de pesquisa.** 5 ed. São Paulo: Atlas, 2002.

MELEIRO, A. M. A. S. **O stress do professor.** In: LIPP, M. E. N. (Org.). *O stress do professor.* Campinas-SP: Papyrus, 2002. p. 11-27.

MINAYO, M.C.S., HARTZ, Z.M.A., e BUSS, P.M. **Qualidade de Vida e Saúde:** Um Debate Necessário. *Ciência & Saúde Coletiva*, 5(1) p.7-18. Rio de Janeiro: ABPGSC, 2000 MOLINA, O. F. *Estresse no cotidiano.* Santa Célia – SP: Pancast, 1996.

NUNES SOBRINHO, F. P. **O stress do professor do ensino fundamental:** o enfoque da ergonomia. In: LIPP, M. E. N. (Org.). *O stress do professor.* Campinas: Papyrus, 2002. p. 81-94.

NOGUEIRA, L. & PALMA, A. **Reflexões Acerca das Políticas de Promoção de Atividades Físicas e Saúde:** Uma Questão Histórica. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, v.24, n.3, p.103-119. Campinas, CBCE, 2003.

OLIVEIRA, S.L. **Tratado de metodologia científica.** 2 ed. São Paulo, SP: Pioneira, 2002.

PENTEADO, R. Z.; BICUDO-PEREIRA, I. M. T. **Qualidade de vida e saúde vocal de professores.** *Revista de Saúde Pública*, Rio Claro, v. 41, n. 2, p. 236-243, 2007.

SALIM, N. A. **O estresse relacionado aos professores de educação física escolar.** Monografia (Licenciatura em Educação Física) – Curso de Educação Física, UCDB, Campo Grande, 2004.

SILVA, J.V.P.; NUNEZ, P.R.M. **QUALIDADE DE VIDA, PERFIL DEMOGRÁFICO E PROFISSIONAL DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA.** *PENSAR A PRÁTICA* 12/2: 1-11, 2009.

SOUZA, L. B.; FIGUEIREDO, M. A. C. **Qualificação profissional e representações sobre trabalho e qualidade de vida.** *Paidéia: cadernos de psicologia e educação*, Ribeirão Preto, v. 14, n. 28, p. 221-232, 2004.

MAIER, R.C.; JUNIOR, G.S.; TIMOSSI, L.S. FRANCISCO, A.C. **Análise da influência entre a qualidade de vida e a qualidade de vida no trabalho:** estudo em colaboradores da indústria de laticínios. In anais: XXXI encontro nacional de engenharia de produção. Belo Horizonte, MG, Brasil, 04 a 07 de outubro de 2011.

DAVIS, K.; NEWSTRON, J.W. **Comportamento humano no trabalho: uma abordagem organizacional.** Tradução Eunice Lacava Kwasnicka. São Paulo, 2004. Editora Thomson Pioneira.

**MOTIVAÇÃO PARA A PRÁTICA DESPORTIVA: UM ESTUDO DE CASO NO  
BASQUETEBOL**

Leandro Coelho Lemos

Jorge William Pedroso Silveira

Erivelton Fontana de Laat

Luiz Alberto Pilatti

Viviane Kich

Universidade Estadual do Centro-Oeste (UNICENTRO)

[jorge\\_basquete@hotmail.com](mailto:jorge_basquete@hotmail.com)

**RESUMO**

O objetivo do presente estudo é apontar quais os principais motivos que influenciam a busca pela prática da modalidade basquetebol no município de Prudentópolis – PR. Para tal foram entrevistados 21 aprendizes de basquetebol, do sexo masculino com idade média de 14 anos e com menos de 06 meses de prática, utilizou-se a escala de motivação com 28 questões fechadas quantificando de não corresponde à corresponde exatamente. Os resultados mostraram que os aspectos voltados ao rendimento e as questões psicológicas são as que mais interferem na opção pela prática da modalidade, tendo o quesito: praticar o que gosta com o maior índice (18 respostas correspondentes) e o aprendizado tático com menor índice (16 respostas não correspondentes). Conclui-se, portanto, que para incentivar os alunos a prática há a necessidade de investir em conteúdos de aprendizado e especialização, além de fazê-lo sentir-se bem na prática para que a manutenção e o êxito sejam concomitantes.

**PALAVRAS-CHAVE:** Iniciação Esportiva; Motivação; Basquetebol.

**ABSTRACT**

The purpose of this study and point out what are the main reasons that influence the search for sport practice of the basketball in the city of Prudentópolis - PR. For that were interviewed 21 learners basketball, men with a mean age of 14 years and under 06 months of practice, we used the motivation scale with 28 closed questions of quantifying does not match exactly

matches. The results showed that the aspects related to income and the psychological issues that are the most practical option for interfering in the sport, having the issue: he likes to practice with the highest rate (18 responses thereto) and tactical learning with lower index (16 correspondents no answers). Conclude, therefore, that to encourage students to practice for the need to invest in content learning and specialization, and make it feel good in practice for the maintenance and success are concomitant.

**KEYWORDS:** Sport Initiation; Motivation; Basketball.

## INTRODUÇÃO

O aumento na busca pela prática esportiva nas categorias de base gera alguns questionamentos sobre quais os motivos que levam a essa prática, por crianças e adolescentes. Segundo Sobral (1993), esta participação iniciou-se de forma organizada após os Jogos Olímpicos de Roma, em 1960. Segundo dados apresentados por Thonsom (1996), a atividade esportiva organizada em idades infantis aumentou muito nos últimos 20 anos. Para Weinberg e Gould (1995) no mundo todo cerca de 25 milhões de crianças já estavam envolvidas na prática de uma modalidade esportiva.

No município de Prudentópolis na região sul do Paraná, a modalidade basquetebol, passa atualmente por uma reformulação em seu plantel juvenil, porém a modalidade em si segue a realidade nacional, ou seja, é a quarta em público, ficando atrás de futebol, voleibol e futsal; além disso, o número de competições também é escasso tendo em média 03 por ano para a categoria juvenil, então cabe pesquisar o que motiva esses adolescentes a buscar a prática dessa modalidade.

Autores como Becker (2000), por exemplo, desenvolveram estudos no qual se destacou que os motivos para uma criança se envolver em programas esportivos são os seguintes: ter alegria, aperfeiçoar suas habilidades e aprender novas, praticar com amigos e fazer novas amizades, adquirir forma física e sentir emoções positivas. Isso sugere pesquisar o que motiva um adolescente a se dedicar a prática esportiva regular.

Por que alguém treina 2-3 vezes na semana, enquanto outra pessoa treina 2-3 vezes por dia? Isso e é explicado pela definição de motivação de

Samulski (2008) como a totalidade dos fatores que determinam as formas de comportamento dirigidas a um objetivo; para ele, a motivação depende de fatores intrínsecos (pessoais) e extrínsecos (ambientais) e se diferencia em técnicas de ativação e técnicas de estabelecimento de metas.

Segundo Monteiro e Scalon (2008) a motivação surge como um dos fatores determinantes para o sucesso ou o fracasso de uma carreira esportiva. O atleta com motivação elevada, treina com mais entusiasmo, obtém melhora nos gestos motores, ganha confiança em si mesmo e, conseqüentemente, tem mais chances. Ganhando, o atleta volta a se motivar e treina com mais entusiasmo, começando tudo outra vez. Os autores propõem através destas afirmações o seguinte ciclo:

No que diz respeito à motivação Samulski (2008) coloca que “a motivação é caracterizada como um processo ativo, intencional e dirigido a uma meta, o qual depende da interação de fatores pessoais (intrínsecos) e ambientais (extrínsecos)”. Para Magill (1984) a motivação refere como causa de um comportamento. O mesmo define motivação como alguma força que vem de dentro, impulso ou uma intenção, que leva uma pessoa a fazer algo ou agir de certa forma.

Já Weinberg e Gould (2008) definiram a motivação como a direção e a intensidade de um esforço. A primeira refere-se a um indivíduo buscar, aproximar-se ou ser atraído a certas situações. A segunda refere-se à intensidade do esforço que o indivíduo aplica em uma determinada situação. A motivação em geral pode ser descrita como algo que indica como o comportamento se inicia, prossegue e mantido. Deci & Ryan (1985), ao relacionar o homem como ser ativo, afirma que o mesmo age sobre o ambiente para satisfazer a extensão ou amplitude de suas necessidades mentais e corporais.

Para Tani (2001) o contexto social tem forte influência no envolvimento da criança com o esporte. Existe uma complexa rede social que afeta, estimula e até pressiona o envolvimento precoce da criança no esporte competitivo altamente organizado. Os principais componentes dessa rede são: os pais, os pares, os professores/técnicos/instrutores, a mídia e as instituições esportivas.

A visão da motivação pode mudar de pessoa para outra, de acordo com o seu interesse e objetivo a qual quer buscar pela prática da atividade.

Algumas pessoas podem mudar esses objetivos de acordo com os estímulos e necessidades de sua vida; portanto se faz necessária a avaliação da motivação para a procura e manutenção da prática esportiva. Para tal, o objetivo deste estudo é analisar quais os motivos que levam adolescentes a buscar a prática desportiva; dividindo as respostas em quatro aspectos: saúde; social; psicológico e esporte rendimento.

## **METODOLOGIA**

Este estudo caracteriza-se como uma pesquisa descritiva, pois procura determinar as práticas (ou aptidões) presentes em uma população específica, Thomas, Nelson e Silverman (2007). Sendo sujeitos deste estudo, 21 meninos residentes em Prudentópolis - Paraná, com média de  $14 \pm 1$ , anos de idade; praticantes da modalidade basquetebol há 06 meses.

Para a coleta de dados foi utilizado o questionário validado por Pelletier et al (1995) e adaptado por Serpa, Alves e Barreiros (2004) composto por 28 perguntas fechadas. As perguntas foram avaliadas em uma escala de 1 (não corresponde nada) a 7 (corresponde exatamente). Somente após a assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido foram aplicados os questionários pelo pesquisador. Foram mantidas em sigilo todas as informações dos participantes.

Os procedimentos de análises dos dados foram feitos por meio de frequência absoluta (FA) e relativa (FR), dividindo as respostas em corresponde muito e exatamente (5,6,7) e corresponde pouco ou nada (1,2,3) descartando as respostas intermediárias (4), dividindo as questões em quatro aspectos: social, psicológico, rendimento e saúde conforme estipula o questionário supracitado.

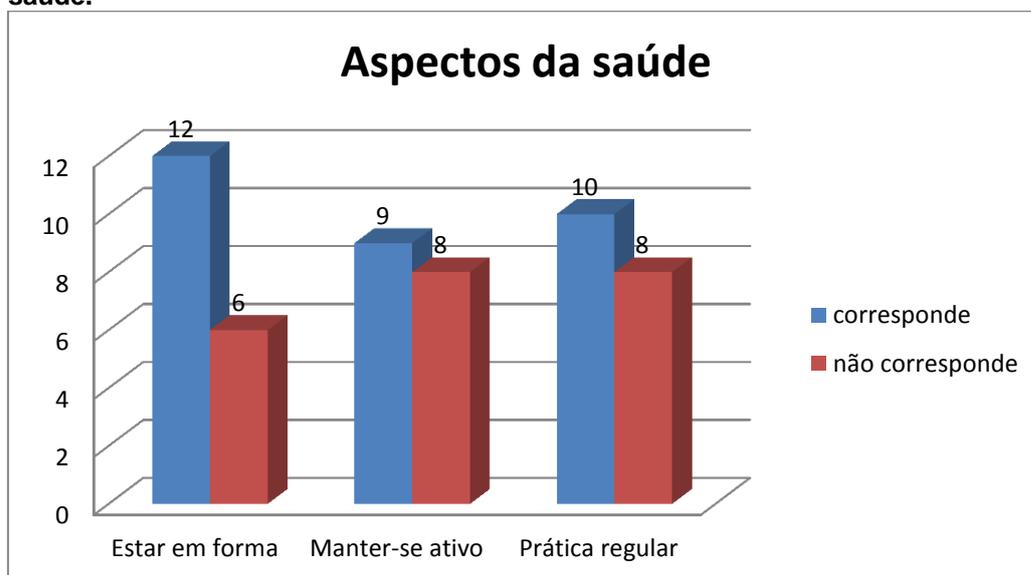
## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

O primeiro aspecto diz respeito às questões relativas a saúde, e nesse sentido o maior problema de saúde pública da última década tem sido a obesidade, derivada primordialmente do sedentarismo. Acredita-se que uma das formas para ajudar a combater o sedentarismo seria identificar o que

motiva as pessoas a se engajarem em atividades físicas regularmente. Para tal, estudos sobre motivação à prática de atividades físicas centram-se na compreensão dos fatores e processos associados à adesão, persistência e abandono da atividade física regular (DISHMAN, 1994; GOUVEIA, 2001).

O sedentarismo caracterizado pela falta de prática de atividade física efetuada em um processo contínuo, atualmente é considerado tão prejudicial a saúde quanto qualquer outro tipo de doença, (OMS, 2006). Nesse aspecto, na opinião de 38,05% dos entrevistados; é absolutamente coerente a afirmação de que é extremamente necessária a prática desportiva para se manter em forma, porém é um campo pouco observado pelos entrevistados como demonstra o gráfico abaixo.

**Gráfico 01 – Incidência de respostas a respeito dos motivos de prática relacionados à saúde.**



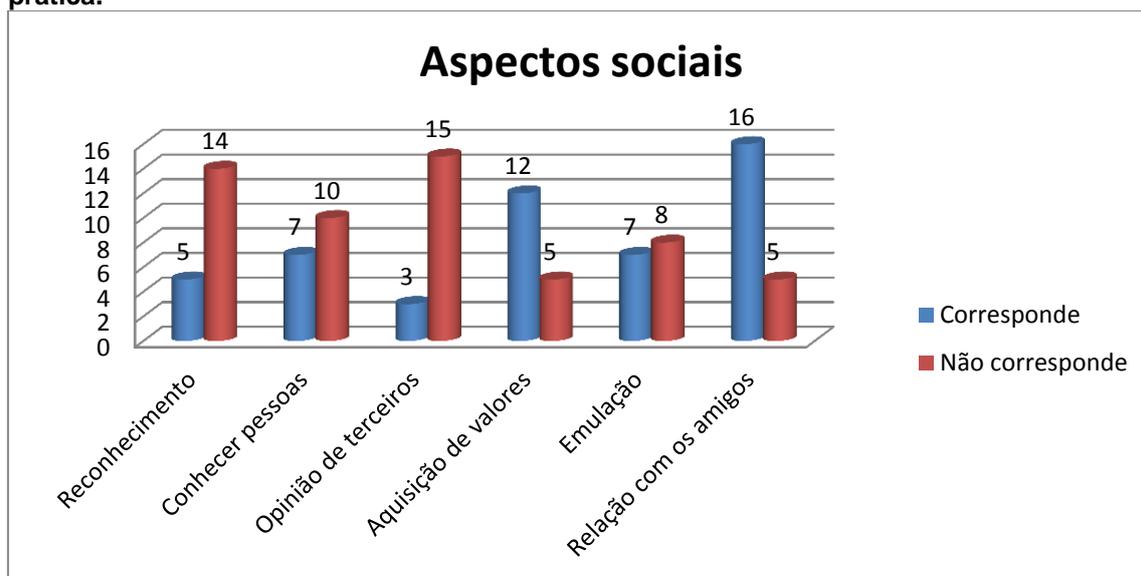
Nota-se no gráfico acima que estar em forma é o principal motivo relacionado a saúde que levou os entrevistados a buscar a prática desportiva, porém o aspecto saúde em geral não de tal importância nessa decisão, visto que apenas 57,14% (12) é a correspondência máxima nas respostas dos indivíduos da pesquisa. Corroborando com a determinação da Organização Mundial da Saúde (2006) a Atividade regular reduz o risco de mortes prematuras, doenças do coração, acidente vascular cerebral, câncer de colôn e mama e diabetes tipo II, atua na redução ou prevenção da hipertensão arterial, previne o ganho de peso (reduzindo o risco de obesidade) auxilia na

prevenção ou diminuição da osteoporose, promove bem-estar, reduz estresse, a ansiedade e a depressão.

Segundo Saba (2001), a atividade física é benéfica tanto no aspecto corpo e mente, ou seja, biológico e mental. Esse autor aponta melhorias na capacidade cardiorrespiratória, aumento na expectativa de vida, entre outras, como exemplos de benefícios que a prática do exercício proporciona às pessoas. Apesar desta assertiva, outros fatores ainda são predominantes na procura pela prática esportiva. Como defende Epiphanyo (2002) a prática esportiva desenvolvida por crianças e adolescentes deveria ter como principal objetivo o desenvolvimento psicofísico-social do indivíduo, já que o esporte é um precioso recurso de socialização e movimentação corporal.

Na busca por se inserir em uma comunidade e ser aceito por seus colegas, o aluno acaba se inserindo em práticas comuns a seus colegas (gráfico 2) expandindo seu leque de relações sociais. O grupo de amigos tende a aumentar em importância durante a adolescência e a tendência à imitação acentua-se nessa fase. Assim, a forma de vestir, falar, agir e até mesmo os gostos tende a ser muito influenciados pelo grupo. Os adolescentes temem não serem aceitos e valorizados pelos amigos e, por isso, procuram agir de acordo com o que faz a maioria (ZAGURY, 1997).

**Gráfico 02 – Incidência de respostas a respeito dos aspectos sociais que influenciam a prática.**

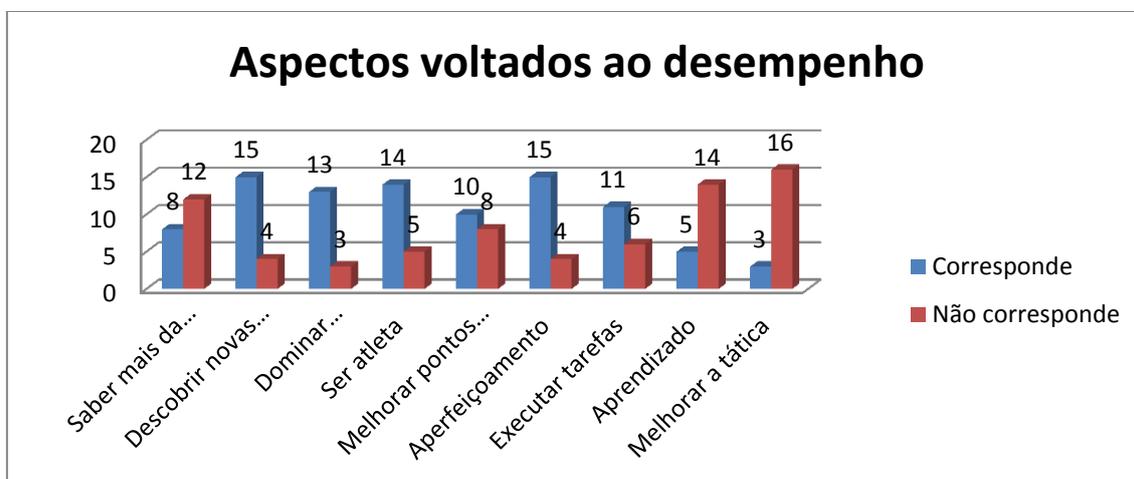


Quanto ao bem-estar mental proporcionado pela atividade física, está ligado aos fatores motivacionais em que a atividade leva as pessoas a buscar a prática, é uma moeda de troca, sentimento de prazer. Existem vários fatores motivacionais que levam as pessoas a busca pela adesão e a manutenção de programas de atividade física como: social, aparência, prazer, competência, dentre outros. No gráfico acima o relacionamento com os amigos com 76% das afirmativas, figura como principal fator para a prática do basquetebol, enquanto a opinião de terceiros com 71% se mostra como irrelevante nesta decisão, o que mostra que o poder afetivos advindo dos amigos é extremamente importante para a inserção em determinada modalidade.

No que diz respeito a prática esportiva em busca do esporte rendimento, segundo Oliveira e Paes (2004), nos dias atuais, para atingir resultados desportivos superiores, os atletas dedicam-se à atividade esportiva durante muitos anos de suas vidas. Ainda Oliveira e Paes (2004) demonstram que a etapa de iniciação nos jogos desportivos coletivos é um período que abrange desde o momento em que as crianças iniciam-se nos esportes até a decisão por praticarem uma modalidade. Desta maneira os conteúdos devem ser ensinados respeitando-se cada fase do desenvolvimento das crianças e dos pré-adolescentes.

De acordo com Garganta da Silva (1994), os esportes coletivos são atividades ricas em situações de imprevisibilidade, portanto, necessitam de adaptabilidade por parte dos jogadores para resolver tais situações. Nesse contexto, a busca pela excelência através do imediatismo, torna o aprendiz sedento de técnica e aquisição de respostas motoras, conforme descrito no gráfico 03. Porém isso deve ser atendido pelos treinadores em detrimento da especialização esportiva precoce que ocorre devido a essa dedicação exaustiva no aspecto técnico, como acontece no envolvimento dos entrevistados.

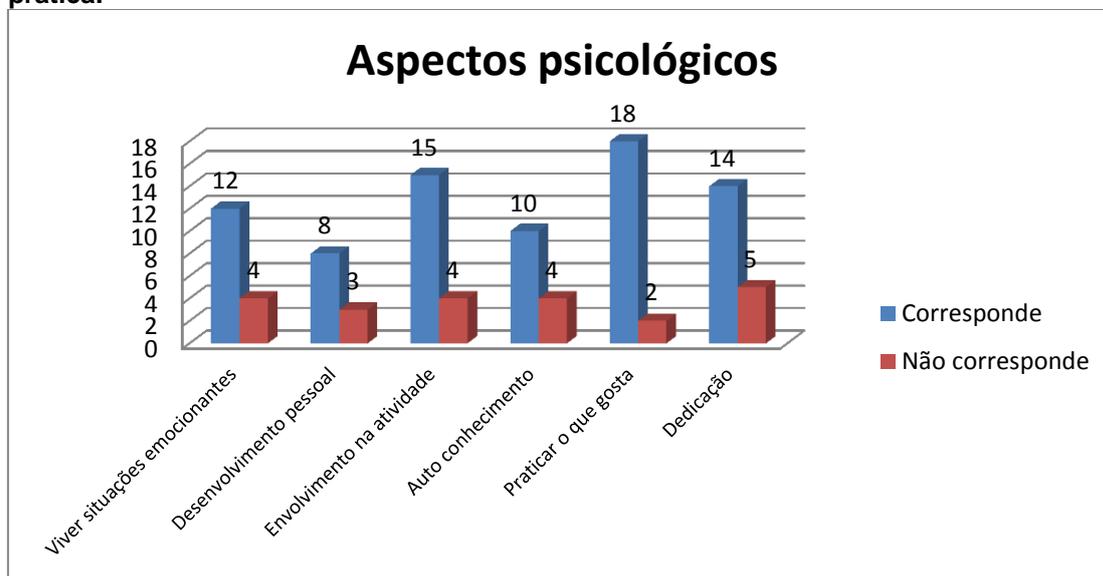
**Gráfico 03 – Incidência de respostas a respeito dos fatores de rendimento que influenciam a prática.**



É nessa perspectiva que Interdonato *et al* (2008) ressaltam “a necessidade de que os treinadores busquem tornar o momento da prática esportiva sempre uma experiência livre de pressões, que atenda às necessidades dos jovens. O excesso de cobranças e a falta de divertimento podem ser fatores que predisponham os atletas ao abandono precoce do esporte. Criar um ambiente atraente, no qual os momentos de descontração e a possibilidade de experimentar e desenvolver suas potencialidades se façam presentes, pode ser uma boa estratégia para que os treinadores consigam melhorar a aderência de crianças e adolescentes na prática esportiva”. Dessa forma o treinamento enriquece não só o apanhado voltado a prática desportiva, como também auxilia no desenvolvimento pessoal do indivíduo.

O sentimento de eficácia em relação às ações exigidas para o desempenho, o desejo de realizar aquela atividade particular e, finalmente, a combinação de todas as variáveis apontadas (DECI & RYAN, 1985; RYAN & DECI, 2000). A motivação intrínseca é o fenômeno que melhor representa o potencial positivo da natureza humana, sendo vista como a base para o crescimento, integridade psicológica e coesão social. (DECI & RYAN, 2000).

**Gráfico 04 – Incidência de respostas a respeito dos aspectos psicológicos de busca pela prática.**



Os efeitos benéficos sobre os aspectos psicológicos originam-se do prazer obtido na atividade realizada, assim resultando no bem-estar, da satisfação das necessidades ou do sucesso no desempenho das habilidades em desafio (WANKEL, 1993).

De acordo com Samulski (2008), o objetivo do treinamento é a modificação dos processos e estados psíquicos (percepção, pensamento e motivação), podendo alcançar resultados de otimização do comportamento na competição; recuperação e regeneração psicológicas (BOMPA, 2002; DANTAS, 2003; MONTEIRO e SCALON, 2008; WEINBERG e GOULD, 2008). Sentir-se bem é acima de tudo o principal motivador para que o indivíduo se mantenha na prática esportiva e possa ter anseios de crescimento enquanto atleta.

A motivação intrínseca é o fenômeno que melhor representa o potencial positivo da natureza humana, sendo vista como a base para o crescimento, integridade psicológica e coesão social (DECI & RYAN, 2000). Por outro lado, a motivação extrínseca apresenta-se como a motivação para trabalhar em resposta a algo externo à tarefa ou atividade, como para a obtenção de recompensas materiais ou sociais, de reconhecimento, objetivando atender aos comandos ou pressões de outras pessoas ou para demonstrar competências e

habilidades (AMABILE *et al*, 1994). O que corrobora com as afirmações de o que move os aprendizes de basquetebol no município de Prudentópolis para a prática, está diretamente ligado aos fatores intrínsecos de autoconhecimento e emulação própria em busca de aprendizado e aperfeiçoamento na modalidade.

## CONCLUSÃO

O estudo mostra que os aspectos que incentivam a busca e manutenção pela prática estão diretamente ligados ao bem estar do praticante respaldada nos aspectos psicológicos de satisfação e bem estar mostram que antes mesmo do esporte rendimento, a manutenção da prática está aliada ao autoconhecimento e emulação própria. Em suma, conclui-se que indiferente do objetivo da busca pela prática, a manutenção só ocorrerá quando o indivíduo se sentir bem no que faz para que queira continuar fazendo, e a relação com os amigos mostra-se como interferente direta nessa sensação de felicidade.

## REFERENCIAS

- AMABILE, T.M.; HILL, K.G.; HENNESSEY, B.A.; TIGHE, E.M. ***The work preference inventory: assesing intrinsic and extrinsic motivational orientations.*** *Journal of Personality and Social Psychology*, 1994.
- BECKER JR., B. **Manual de Psicologia do Esporte e Exercício.** Porto Alegre: Nova prova, 2000.
- BOMPA, T.O. **Periodização: teoria e metodologia do treinamento.** São Paulo: Phorte, 2002.
- DANTAS, E.H.M. **A prática da preparação física.** 4 ed. Rio de Janeiro: Shape, 2003.
- DECI, E. L. & RYAN, R. M. ***Intrinsic motivation and self-determination in human behavior.*** New York: Plenum. desportiva. Porto: FCDEF, 1997.
- DECI, E. L. & RYAN, R. M. ***The “what” and “why” of goal pursuits: human needs and self-determination of behavior.*** *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268, 2000.
- DISHMAN, R.K. ***Predicting and changing exercise and physical activity: what’s practical and what’s not.*** In: H. A. Quinney, L. Gauvin & A. E. T. Wall

(Orgs.). *Toward active living: proceedings of the international conference on physical activity, fitness, and health* (pp. 97-106). Toronto: Human Kinetics Publishers, 1994.

EPIPHANIO, E.H. **Conflitos vivenciados por atletas quanto à manutenção da prática esportiva de alto rendimento.** Ver. Estudos de Psicologia, PUC-Campinas, v. 19, n. 1, p. 15-22, janeiro/abril 2002.

GARGANTA DA SILVA, J. **Para uma teoria dos jogos desportivos coletivos.** In: GRAÇA, A.; OLIVEIRA, J. (Ed.). O ensino dos jogos desportivos. Porto: Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Universidade do Porto, 1994.

GOUVEIA, M.J. **Tendências da investigação na psicologia do desporto, exercício e atividade física.** Análise Psicológica, 19(1), 5-14, 2001.

INTERDONATO, G.C.; MIARKA, B.; OLIVEIRA, A.R.; GORGATTI, M.G. **Fatores motivacionais de atletas para a prática desportiva.** Motriz, Rio Claro, v.14 n.1 p.63-66, 2008.

MAGILL, R.A. **Aprendizagem Motora: conceitos e aplicações.** São Paulo: Edgard Blücher. 1984.

MONTEIRO, Z.J.; SCALON, R.M. **Treinamento psicológico e técnicas para a melhora da motivação de atletas.** Revista Efdeportes Digital. n. 18, 2008.

OLIVEIRA, V.; PAES, R.R. **A pedagogia da iniciação esportiva: um estudo sobre o ensino dos jogos desportivos coletivos.** Ver. Efdeportes Revista Digital – Buenos Aires – Año 10 – N° 71 – 2004.

OMS – Organização Mundial da Saúde. (2006) Disponível em <http://www.who.int> acessado em 16/06/2011.

SABA, F. **Aderência: a prática do exercício físico em academias.** São Paulo: Manole, 2001.

SAMULSKI, D.M. **Psicologia Do Esporte.** 2.ed. São Paulo: Manole, 2008.

SERPA, ALVES, BARREIROS. **Tradução para a língua portuguesa Escala de motivação para o esporte.** FMH-UTL, 2004.

SOBRAL, F. **O estado de prontidão desportiva: uma questão crucial no desporto infanto-juvenil.** In: Horizonte, 58,X, 133-137, 1993.

TANI, G. **A criança no esporte: Implicações da iniciação esportiva precoce.** In R.J. Krebs, F. Copetti, M.R. Roso, M.S. Kroeff & P.H. Souza (Orgs.), Desenvolvimento infantil em contexto. Livro do Ano da Sociedade

Internacional para Estudos da Criança. Florianópolis: Editora da UDESC, p. 101-113. (2001).

THOMAS J.R, NELSON J. K., SILVERMAN S. J. **Métodos de Pesquisa em Atividade Física**. 5º edição, Porto Alegre : Artemed, 2007.

THOMSON, R. **Youth sport involvement in New Zeland: issues, images and initiatives**. FIEP Bulletin,66, 1, 22-27, 1996.

WANKEL, L. **The importance of enjoyment to the membership and the benefits of physical activity**. *International Journal Sport Psychology*. Vol. 24, p. 151-169, 1993.

WEINBERG, R. S.; GOULD, D. **Fundamentos da Psicologia do Esporte e do Exercício**. 4.ed. Porto Alegre: Artmed, 2008.

WEINBERG, R.S.; GOULD, B. **Foundations of Sport and Exercise Psychology**. Champaign, *Human Kinetics Publishers*, 1995.

**INICIAÇÃO ESPORTIVA E A INSERÇÃO EM COMPETIÇÕES NAS  
REGIÕES CENTRO SUL E DOS CAMPOS GERAIS DO PARANÁ**

Renato Mocelin  
Jorge William Pedroso Silveira  
Erivelton Fontana de Laat  
Luiz Alberto Pilatti  
Maxsuelly da Silva  
Universidade Estadual do Centro Oeste (UNICENTRO)  
[jorge\\_basquete@hotmail.com](mailto:jorge_basquete@hotmail.com)

**RESUMO**

Um dos problemas do envolvimento da criança no esporte está na especialização esportiva precoce, que pode ser caracterizada pela inserção inadequada em competições que são altamente excludentes, emulam os vencedores e desestimulam os derrotados, porém há treinadores que se preocupam apenas no êxito momentâneo, preocupando-se em vencer uma competição e não na formação integral do atleta. Para tal, o objetivo do presente estudo é demonstrar com que idade as crianças e jovens envolvidas na prática esportiva são inseridas em competições, utilizando para discussões, as concepções de objetivos de treinamento e idades em que ocorrem as inserções nas modalidades esportivas confrontadas com o que é proposto pelas federações esportivas que promovem as competições em categorias de base. Para tal utilizou-se o questionário de Silva et al (2001) com 16 perguntas fechadas, aplicado com 100 treinadores de 20 municípios das regiões sul e dos campos gerais do Paraná a respeito das idades de iniciação e inserção em competições, confrontando as respostas com a literatura existente. Os resultados mostraram que apesar do envolvimento precoce de crianças em competições, os órgãos mantenedores dos esportes no estado do Paraná corroboram para que esta atividade é válida dando respaldo aos treinadores. Conclui-se que mesmo tendo os treinadores a responsabilidade de preparar e desenvolver seus atletas, estes são submetidos a resultados e como as federações oferecem competições em idades menores, só resta aos mesmos adequar-se a essas competições.

**PALAVRAS-CHAVE:** Iniciação Esportiva; Treinadores; Competição.

## **ABSTRACT**

One of the problems of the child in the involvement at sport is the early specialization sport, which can be characterized by the improper insertion in competitions that are highly exclusive, emulate the winners and losers discourage, but there are coaches who care only momentary success, worrying in winning a competition and not in full training athlete. To this end, the objective of this study is to show at what age children and young people involved in sports are entered in competitions, using discussions, the concepts of training objectives and ages at which insertions occur in sports confronted with what is proposed by sports federations who promote the competitions in basic categories. For this we used the questionnaire Silva et al (2001) with 16 closed questions, applied with 100 coaches from 20 municipalities in the south and the general fields of Parana about the ages of initiation and insertion in competitions, comparing the answers with the existing literature. The results showed that despite the early involvement of children in competitions, organizations maintainer's of sports in the state of Paraná to corroborate that this activity is valid providing support to coaches. Conclude that even though the coaches responsibility to prepare and develop their athletes, these results are subject to and how federations offer competitions at younger ages, it only remains to them adapt to these competitions.

**KEYWORDS:** Sport Initiation; Coaches; Competition.

## **INTRODUÇÃO**

Comumente considera-se o esporte como agregador de valores educacionais, tais como disciplina, lealdade, respeito, responsabilidade, superação, entre outros. Porém, a inserção inadequada de crianças e adolescentes neste meio pode gerar falsas promessas, falsos talentos; o que também causa frustrações na vida destes praticantes ocasionando o êxodo esportivo e a perda não só de atletas em potencial como também de uma população fisicamente ativa; o que pode influenciar, adultos sedentários pouco propensos á pratica esportiva seja ela por lazer, saúde ou mesmo por profissão.

Segundo Oliveira e Paes (2004), nos dias atuais, para atingir resultados desportivos superiores, os atletas dedicam-se à atividade esportiva durante muitos anos de suas vidas. Por isso, torna-se necessária uma sub-divisão metodológica rigorosa em longo prazo, relacionada à preparação dos atletas, na qual as etapas e fases não têm prazos definidos de início e finalização, pois dependem não só da idade, mas também do potencial genético do esportista e do ambiente no qual ele está inserido, das particularidades de seu crescimento, maturação, desenvolvimento, da qualidade dos técnicos, entre outros, e também das características de cada modalidade escolhida. Santana *et al* (2006), aponta que parte dos professores preocupa-se em especializar crianças precocemente a fim de ganhar algumas medalhas, o que implica, muitas vezes, na seletividade, que nega a boa parte daquelas a oportunidade de participar dos jogos.

Ferreira (2001) aponta para alguns problemas que envolvem a Especialização Esportiva Precoce (EEP) como as pressões exercidas pelos pais e técnicos aos praticantes, a definição precoce do esporte a ser praticado; a competição exacerbada, a busca da plenitude atlética em crianças e adolescentes ainda em formação, a cobrança de resultados e a especialização precoce na formação tanto de atletas como de pessoas como indivíduos sociais. Para SANTANA *et al* (2006), a especialização precoce é definida como uma prática sistemática de um único tipo de esporte antes da puberdade, predominantemente competitiva, com elevada dedicação aos treinamentos e com o objetivo de se alcançar resultados em curto prazo.

Tani (2001) explica que a precocidade pode manifestar-se de diferentes formas. Em certas situações, ela ocorre no domínio fisiológico, ou seja, ao se submeter crianças a uma sobrecarga de treinamento físico, em termos de frequência, intensidade e duração, incompatível com o seu estágio de crescimento e desenvolvimento. É um problema mais observado em modalidades esportivas em que o aspecto energético é crucial. As conseqüências mais comuns são: o esgotamento físico, o comprometimento da estrutura ósteo-muscular e as lesões físicas agudas e até mesmo crônicas. Para Darido e Farinha (1995) na verdade, a questão da especialização precoce

é mais complexa porque envolve além dos aspectos biológicos e ambientais, a questão do contexto sócio-cultural.

Com isso o objetivo do presente estudo é demonstrar com que idade as crianças e jovens envolvidas na prática esportiva são inseridas em competições, utilizando para discussões, as concepções de objetivos de treinamento e idades em que ocorrem as inserções nas modalidades esportivas confrontadas com o que é proposto pelas federações esportivas que promovem as competições em categorias de base.

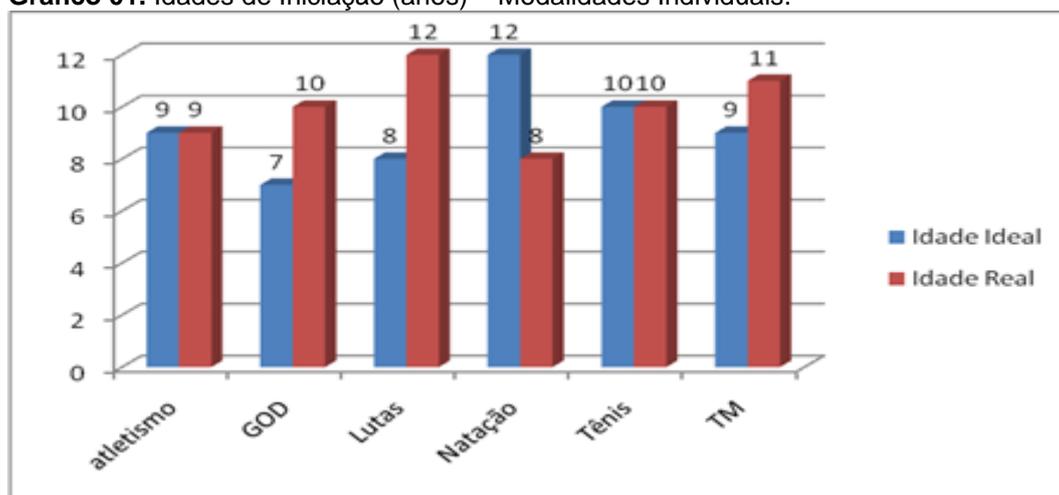
## **METODOLOGIA**

Esta pesquisa teve caráter descritivo buscando conhecer as opiniões de treinadores de categorias de base na temática que envolve a iniciação esportiva e a inserção em competições. Para tal foram coletadas opiniões de 100 treinadores atuantes 20 municípios que compõem as regiões centro-sul e dos campos gerais do Paraná (figura 01) agrupados segundo as divisões impostas pela instituição proponente do esporte no estado: a Paraná Esporte. A média de idade da amostra foi de  $30,55 \pm 10,11$  anos e experiência de  $8,41 \pm 9,18$  anos. Treinadores respectivamente das modalidades: Atletismo (n=3), Basquete (n=19), Futebol (n=16), Futsal (n=23), Ginástica Olímpica (n=3), Handebol (n=11), Lutas (n=5), Natação (n=1), Tênis (n=1), Tênis de Mesa (n=2) e Voleibol (n=16); sendo 63 (sessenta e três) deles com curso superior em Educação Física e 37 (trinta e sete) provisionados.



desempenho será cerca de 20 a 30 anos na maioria dos esportes. Autores como Oliveira e Paes (2004) apontam o treinamento; como prática sistemática em busca do aprimoramento e de forma geral defendem a divisão da iniciação esportiva em três etapas: Transitiva, Participativa, Competitiva. Nesse sentido obteve-se para as modalidades individuais, o seguinte resultado:

**Gráfico 01.** Idades de Iniciação (anos) – Modalidades Individuais.



\*GOD = Ginástica Olímpica Desportiva / TM = Tênis de Mesa

No Atletismo, Nascimento (2005) afirma que as crianças e jovens envolvem-se com o esporte iniciando a prática esportiva, tendo contato com as formas básicas do movimento: correr, saltar, arremessar, lançar, gestos que são considerados naturais e diretamente são utilizados na modalidade de Atletismo. Os entrevistados nesta modalidade mostram 66,6% (02) apontam como faixa etária ideal/real 07-08 anos, enquanto 33,3% (01) crêem, em 11-12 anos como faixa etária ideal e real da iniciação em sua modalidade, justificando suas opiniões através da afirmação entre o caráter lúdico inerente ao desporto e a faixa etária apresentada, indo ao encontro do que propõe a literatura apontando que uma possível divergência destas poderia acarretar em dificuldades na assimilação da técnica por parte dos alunos. A modalidade acarreta em média 6±2 horas semanais de treinamento, colocando-os acima do que é sugerido, não havendo treinamento físico específico.

Nota-se que a iniciação na GOD na região se dá tardiamente nas opiniões dos entrevistados que afirmam em unanimidade (03) que se deve iniciar na GA antes dos 10 anos, levando ao ápice do treinamento com 14-16 anos, tendo 04 horas semanais de treinamento, não dispendo de especialização nesta faixa

etária, isto se deve ao fato de que a promoção da modalidade se dá através de instituições públicas, com objetivo que segundo 100% (03) dos sujeitos: de lazer; não visando a participação em competições ofertadas pela federação estadual, que tem a iniciação antes dos 06 anos, chegando a fase adulta a partir dos 13 anos com séries extremamente difíceis, tendo vida esportiva de até 13 anos em média.

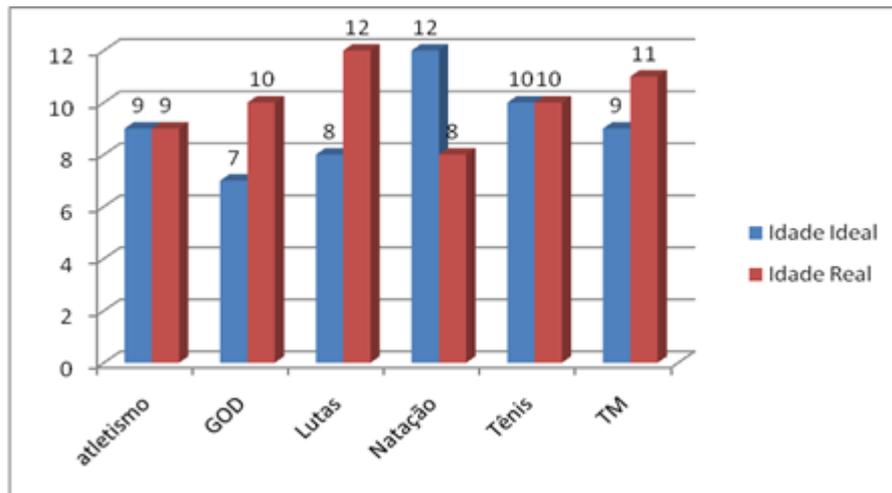
A Natação (01), o Tênis (01) e o Tênis de Mesa - TM (02) apresentam respectivamente 11-12, 9-10 e 9-10 anos considerados como ideais e concomitantemente reais dos treinamentos no que diz respeito á iniciação nas modalidades, tendo em 75% dos casos a afirmação de que nesta idade os meninos (as) encontram-se mais aptos para o desenvolvimento de habilidades motoras apresentando 01, 05 e 05 horas semanais de treinamento, havendo treinamento físico em 75% dos casos (03) sendo apenas 02 h/semana, ou seja, é leve não ocasionando especialização. Em se tratando da natação, em estudo feito por Darido e Farinha (1995) nos depoimentos dos ex-atletas, eles identificaram alguns aspectos favoráveis ao treinamento precoce da natação, tais como: força de vontade, determinação e novos contatos sociais e outros desfavoráveis a ele, tais como: o imediatismo, o isolamento social, luxações, despreparo dos técnicos. Porém, a maioria dos indivíduos considerou bastante válida a experiência esportiva vivida e relataram que a repetiriam.

Em se tratando de lutas, os 05 entrevistados são mestres em artes marciais (judô, karate, tae kwondo, hap ki do e muay thai) e cada um segue a doutrina imposta pela sua prática, por isso não levam em consideração a idade cronológica ou maturacional de seus atletas e sim o nível de experiência destes. Considerando a idade considerada ideal, 80% (04) consideram 08 anos, considerando que nesta idade os meninos (as) encontram-se mais aptos para o desenvolvimento de habilidades motoras, contudo 60% deles afirmam que na realidade a iniciação em sua modalidade acontece após os 12 anos, apontando o preconceito e exigência dos pais como precursor desta divergência, ocasionando dificuldade na assimilação da técnica. De fato a prática esportiva individual acarreta esses fatores principalmente sociais, Moreira (2003), em estudo realizado com praticantes do karatê destaca que a necessidade da multidisciplinaridade na fase de iniciação (10 -12) e expõe que

os praticantes apresentaram maior evolução a partir dos 15 anos com ápice aos 17, em contraposição, Greco e Viana (1997) mostra que no judô a prática diária mostra que, no decorrer do processo de ensino/aprendizagem/treinamento, trabalha-se sem respeitar a idade evolutiva do aluno-atleta, colocando-se formas de pressão e cobrança de resultados inadequados às faixas etárias. Em média os treinamentos apresentam  $06 \pm 03$  horas semanais de treino, sendo  $3 \pm 1$  hora destinadas ao trabalho físico realizado a partir dos  $7,8 \pm 2,9$  anos, sendo a agilidade e a coordenação as valências físicas mais trabalhadas.

Os casos de compreensões a respeito da idealização de iniciação por parte dos treinadores com idades menores são os de Futebol com  $9,5 \pm 2,36$  anos e o Futsal com  $9,73 \pm 1,93$  anos dizendo que nessa idade os meninos (as) encontram-se mais aptos para o desenvolvimento de habilidades motoras; tendo como idades reais de iniciação  $10,18 \pm 2,88$  anos e  $9,39 \pm 2,51$  anos respectivamente, justificando a diferença a cobrança de resultados precoce dos pais, o que leva na opinião de 66,6% dos entrevistados, com isso o atleta deixa de conseguir bons resultados e acaba se desestimulando. Bompá *apud* Santana e Reis (2003) clarifica que em esportes onde a velocidade e a potência predominam (como é o caso do futsal), os atletas podem se iniciar entre os 10 e 12 anos, mas devem se especializar apenas quando conseguirem lidar com a demanda de um treinamento de alta intensidade, o que acontece apenas no final do estirão de crescimento, isso entre os 14 e os 16 anos, ou seja, para o autor, o atleta pode especializar-se um pouco antes da idade adulta, porém ele acrescenta que os melhores resultados dar-se-ão entre 22 e 28 anos de idade.

**Gráfico 02** – Idades de Iniciação – Esportes Coletivos.



Para os treinadores de Handebol, a idade ideal de iniciação gira em torno de  $10,36 \pm 0,8$  anos, tendo como justificativa a identidade entre o caráter lúdico inerente ao desporto e a faixa etária apresentada, tendo na realidade sua iniciação aos  $12,45 \pm 1,63$  anos. Segundo eles, em 65% dos casos, (07 sujeitos) por causa da pouca oferta de opções e dificuldade de acesso das crianças/jovens a prática orientada e sistemática de uma atividade desportiva; o que para 85,6% dos casos (09) faz com que o atleta deixe de conseguir bons resultados.

Ainda Oliveira e Paes (2004) demonstram que a etapa de iniciação nos jogos desportivos coletivos é um período que abrange desde o momento em que as crianças iniciam-se nos esportes até a decisão por praticarem uma modalidade. Desta maneira os conteúdos devem ser ensinados respeitando-se cada fase do desenvolvimento das crianças e dos pré-adolescentes. De acordo com Garganta da Silva (1994), os esportes coletivos são atividades ricas em situações de imprevisibilidade, portanto, necessitam de adaptabilidade por parte dos jogadores para resolver tais situações.

Nesse sentido, os entrevistados na modalidade basquetebol apresentaram a maior idade considerada idade para iniciação com  $9,68 \pm 2,13$  anos de idade, alegando em 13 casos, ser nesta idade em que os meninos (as) apresentam maior interesse pelos ensinamentos relacionados com a prática desportiva, tendo diferença em relação a idade real de iniciação na modalidade que é de  $11,68 \pm 1,66$  anos, considerando em 68,42% (13) dos casos a falta de estrutura

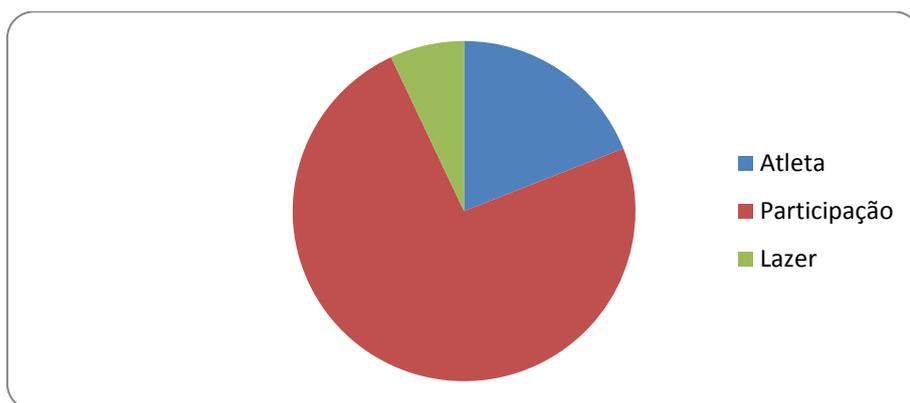
do clube/instituição, para o trabalho na faixa etária considerada ideal resultando em pouca oferta de opções e dificuldade de acesso das crianças e jovens á prática orientada e sistemática de um atividade desportiva. O que gera dificuldade na assimilação da técnica, dificultando o desenvolvimento das habilidades motoras.

Silva *et al* (2004) pondera que aparentemente, o tipo de esporte não gera restrições de sua prática por crianças e adolescentes, mas a intensidade dos esforços deve ser orientada com fundamentação na treinabilidade já adquirida previamente, nas dimensões corporais, no nível maturacional do jovem e, principalmente, no objetivo a ser alcançado.

A excelência é posta á prova durante as competições, que é quando se diferenciam talentos e inaptos, ou, vitoriosos e fracassados. Um dos problemas na prática esportiva por parte de crianças e adolescentes tem sido a Especialização Esportiva Precoce (EEP), sob o pressuposto de que quanto antes a criança for inserida no esporte e nas competições, melhores serão os resultados obtidos por elas.

Milistetd *et al* (2010) afirmam que uma prática desportiva, organizada de uma forma que seja provida de intenção, com metas e objetivos coerentemente traçados, respeitando os preceitos da formação de crianças e jovens desportistas, é requisito fundamental para a prática desportiva a longo prazo, da infância à idade adulta, fornecendo subsídios tanto para a formação de desportistas de lazer como para os desportistas de alto nível. Por isso é essencial delimitar os objetivos previamente ao treinamento, quando questionados a este respeito, os treinadores tiveram as seguintes opiniões: 74% dizem que estimulam a participação, 17% visam a formação de atletas, entendendo que o formação integral está intrínseca na formação do atleta, enquanto 9% dedicam-se a promoção de lazer.

**Gráfico 03** – Objetivos do treinamento.



Milhares de crianças e jovens estão envolvidos em programas regulares de orientação desportiva no Brasil e a sua afiliação acontece normalmente em escolinhas, acolhendo um público de 4 a 16 anos de idade (PAES, 2006). A procura deste grupo pelas práticas desportivas tem objetivos múltiplos e significados variados.

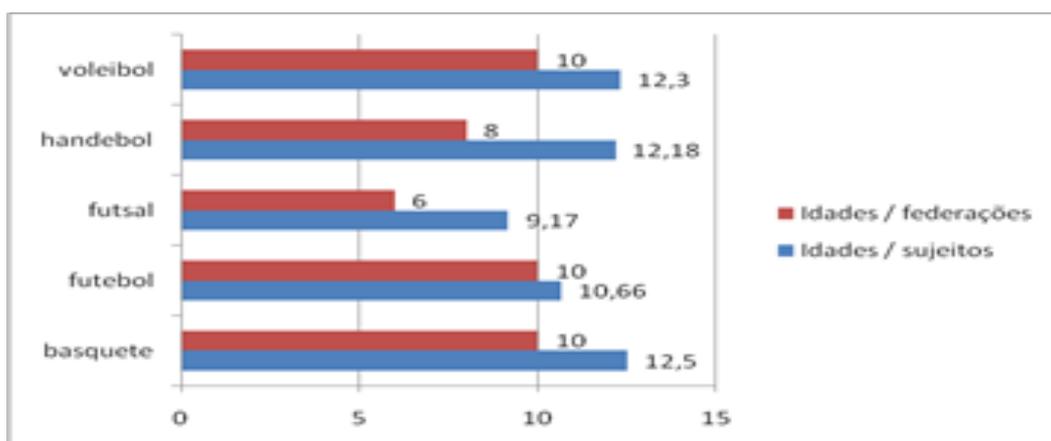
De maneira geral, a preparação desportiva dos mais jovens deve estar sustentada por pressupostos de educação e formação, respeitando suas necessidades e interesses (KIRK, 2005). No entanto, a crescente importância social do fenômeno desportivo, aliada ao aumento da oferta de competições em um quadro desportivo cada vez mais especializado, passou a definir novas exigências do envolvimento infanto-juvenil, determinando participações e especializações de crianças e adolescentes cada vez mais precoces (SILVA et al, 2001).

A participação em competições é um importante, já que serve de avaliação máxima dos efeitos do treinamento nos atletas, com isso 65% dos entrevistados afirmam que participam regularmente de competições, enquanto 26% raramente participam destas, e 9% afirmam que não participam. Dos 91 sujeitos que afirmam participar de competições, 63 deles dizem já ter participado de competições que exigem a participação de todos os inscritos, porém apenas 43 asseguram esta participação de todos em todas as competições (inclusive as que não exigem). Nesse sentido, Arena e Bohme (2004) apontam que a participação em competições faz parte dos diferentes programas esportivos destinados para crianças e adolescentes. Quando uma criança é introduzida na prática de uma única modalidade esportiva, seja em

clubes ou centros esportivos, é inevitável a participação da mesma em competições federadas ou não.

Bompa (2000) e De Rose e Korsakas (2006) afirmam que a criança deve começar a competir de maneira organizada entre 12 e 14 anos de idade, pois fisicamente e psicologicamente já consegue suportar a carga de stress envolvida no ambiente competitivo. No período que antecede esta faixa etária, as crianças não deveriam participar efetivamente de competições formais, tampouco de um treinamento unilateral, devendo receber o máximo de estímulos e praticar o maior número de modalidades desportivas possíveis (COTÊ et al, 2007). Porém essa não é uma realidade nem nas federações estaduais tampouco para os entrevistados.

**Gráfico 04** – A iniciação dos sujeitos em competições x Idades propostas pelas federações.



Isso vai de encontro aos objetivos do treinamento citados pelos entrevistados; já que a grande maioria 74% afirma ter como objetivo a formação global/participação por parte de seus atletas, e como citado anteriormente sabe-se que a competição é altamente exclusiva, negando a muitos esta participação como um todo, o que se confirma no fato de que 76,92% (70) dos entrevistados que participam de competições alegam que não põem em atividade todos os atletas inscritos na competição. Apenas 19% alegam que sua meta é formar jogador/atleta profissional, entendendo que a formação global dos mesmos é consequência do trabalho. De acordo com Cardoso (2007), A organização do desporto competitivo, á imagem do adulto, tende a valorizar mais os aspectos biológicos associados á performance,

deixando de lado os fatores de ordem ética pedagógica e da saúde. Assim, nota-se que uma reprodução das competições para adultos agride o desenvolvimento esportivo da criança, podendo levar ao êxodo das modalidades, devido á carga excessiva de stress que a competição acarreta.

O treinamento desportivo em longo prazo é uma instituição social favorável na formação do cidadão, porém, desde que bem planejado e com objetivos claros, concisos e convenientes, obedecendo as necessidades daqueles que nela se inserem. O que não se pode é confundir Iniciação Esportiva Precoce com Especialização Esportiva Precoce, já que a primeira até pode ser benéfica desde que bem orientada, enquanto a segunda retrata um trabalho específico antecipado ás aquisições necessárias para um desenvolvimento adequado, através do trabalho físico exaustivo, de complexidade técnica e de inserção inadequada em competições.

## **CONCLUSÃO**

Baseando-se nas opiniões destes treinadores envolvidos na iniciação esportiva nos municípios das regiões sul e dos campos gerias, nota-se que apesar do envolvimento em competições ser precoce, a região encontra-se dentro dos parâmetros de iniciação em competições do estado, tendo todas as modalidades competindo após as idades mínimas ofertadas por suas respectivas federações. Isso levanta outra discussão a respeito destas promoções de competições e sua coerência no que diz respeito à necessidade de adaptações que devem ser feitas respeitando as características de cada categoria proposta por cada uma delas.

Contudo, os objetivos citados pelos sujeitos quanto ao seu trabalho, não condizem com esta realidade competitiva, já que a maioria dos entrevistados cita que o intuito do seu treinamento está no incentivo á participação dos alunos, agindo na formação global do indivíduo. O que não condiz com a inserção em um ambiente altamente exclusivo e estressante para seus praticantes, como é a competição. Conclui-se, portanto que há problemas de especialização esportiva precoce na região, porém são respaldados por suas

federações vigentes, cabe aos responsáveis pelo desenvolvimento do atleta definir quais são seus objetivos e quais as formas adequadas de atingi-los.

## REFERENCIAS

ARENA, S.S., BÖHME, M.T.S. **Federações esportivas e organização de competições para jovens.** Revista brasileira de Ciência e Movimento, vol.12(4): p.45-50, 2004.

BOMPA, J.O. **Total training for young champions.** Champaign, Human Kinetics, 2000.

CARDOSO, M.F.S. **Para uma teoria da competição desportiva para crianças e jovens: um estudo sobre os conteúdos, estruturas e enquadramentos das competições desportivas para os mais jovens em Portugal.** Dissertação (Doutorado em Educação Física) Faculdade do Desporto da Universidade do Porto. Porto: Portugal, 2007.

CÔTÉ, J, BAKER, J., & ABERNETHY, B. **Practice and Play in the Development of Sport Expertise.** In R. Eklund & G. Tenenbaum, organizadores. Handbook of sport psychology, 3<sup>o</sup>ed. Hoboken, NJ: Wiley, 2007.

DARIDO, S.C.; FARINHA, F.K. **Especialização precoce na natação e seus efeitos na idade adulta.** Motriz – Volume 1, Número 1, 59-70, 1995.

DE ROSE Jr., D.; KORSAKAS, P. **O processo de competição e o ensino do desporto.** In: TANI, G.; BENTO, J.O.; PETERSEN, R.D. (Orgs.). Pedagogia do Desporto. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.

FERREIRA, H.B. **Iniciação Esportiva: Uma abordagem pedagógica o processo de ensino-aprendizagem do basquetebol.** Monografia (Educação Física) Universidade Estadual de Campinas. CAMPINAS, 2001.

GARGANTA DA SILVA, J. **Para uma teoria dos jogos desportivos coletivos.** In: GRAÇA, A.; OLIVEIRA, J. (Ed.). O ensino dos jogos desportivos. Porto: Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Universidade do Porto, 1994.

GOMES, A.C. **Treinamento Desportivo: Estruturação e periodização.** Porto Alegre: Artmed, 2002.

GRECO, P.J.; VIANA, J.M. **Os princípios do treinamento técnico aplicados ao judô e a inter-relação com as fases do treinamento.** Revista da EDUCAÇÃO FÍSICA/UEM 8(1): 37-43, 1997.

KIRK, D. **Physical Education, youth and lifelong participation: the importance of early learning experiences.** *European Physical Education Review*, 11(3), 239-255, 2005.

MILISTETD, M.; SOBRINHO, A.E.P.S; MESQUITA, I. **A prática deliberada e o treinamento de crianças e jovens.** <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires - Año 15 - Nº 143 - Abril de 2010.

MOREIRA, S.M. **Pedagogia do Esporte e o Karatê-dô: Considerações acerca da iniciação e da especialização esportiva precoce.** Dissertação (Mestrado) – Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas. Campinas, 2003.

NASCIMENTO, A.C.S.L. **Pedagogia do esporte e o atletismo: considerações acerca da iniciação e da especialização esportiva precoce.** Dissertação de Mestrado, Universidade Estadual de Campinas – Unicamp, 2005.

OLIVEIRA, V.; PAES, R.R. **A pedagogia da iniciação esportiva: um estudo sobre o ensino dos jogos desportivos coletivos.** Ver. Efdeportes Revista Digital – Buenos Aires – Año 10 – Nº 71 – 2004.

PAES, R. **Pedagogia do esporte: Especialização esportiva precoce.** In: Tani, G., Bento, J.O. & Petersen, R.D.S, organizadores. *Pedagogia do Desporto* (1ªed.). Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2006. p. 219-226.

SILVA, F. M., FERNANDES L. & CELANI F. O. **Desporto de crianças e jovens – um estudo sobre as idades de iniciação.** *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto.* 2003; 1(2):45-55.

SANTANA, W.C. de; REIS, H.H.B. dos. **Futsal Feminino: perfil e implicações pedagógicas.** Ver. 91éd91. Ci. E Mov. Brasília v. 11 n. 4 p. 45-50, 2003.

SANTANA, W.C. de; REIS, H.H.B. dos; RIBEIRO, D.A. **A iniciação de jogadores de futsal com participação na Seleção Brasileira.** Ver. Efdeportes, Buenos Aires – Año 11 – Nº 96 – 2006.

SILVA F. M., FERNANDES L., CELANI F. O. **Desporto de crianças e jovens um estudo sobre as idades de iniciação.** Revista Portuguesa de Ciências do Desporto, vol. 1, no 2 [45–55], 2001.

SILVA, C.C. da; GOLDBERG, T.B.L.; TEIXEIRA, A.S.; MARQUES, I. **O exercício físico potencializa ou compromete o crescimento longitudinal de crianças e adolescentes? Mito ou verdade?** Ver 92éd92 92éd Esporte \_ Vol. 10, Nº 6 – Nov/Dez, 2004.

TANI, G. **A criança no esporte: Implicações da iniciação esportiva precoce.** In R.J. Krebs, F. Copetti, M.R. Roso, M.S. Kroeff & P.H. Souza (Orgs.), Desenvolvimento infantil em contexto. Florianópolis: Editora da UDESC, p. 101-113, 2001.