

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

## Pre-competitive in basketballs of national undee-16 selection

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

ARTIGO ORIGINAL | ORIGINAL TITLE

### RESUMO

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

**Palavras-chave:** basquetebol, adolescentes, ansiedade

### ABSTRACT

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

**Keywords:** basketball, adolescents, anxiety

Submitted: 05.28.2020 | Accepted: 07.24.2020

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

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

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

e-mail: vicenteatembe@gmail.com

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Quadro 1  
Factores da ansiedade pré-competitiva

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

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

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

### MÉTODOS

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

### Amostra

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

### Instrumentos

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

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

### Procedimentos

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

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

### RESULTADOS

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

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

Quadro 2  
Valores da ansiedade pré-competitiva

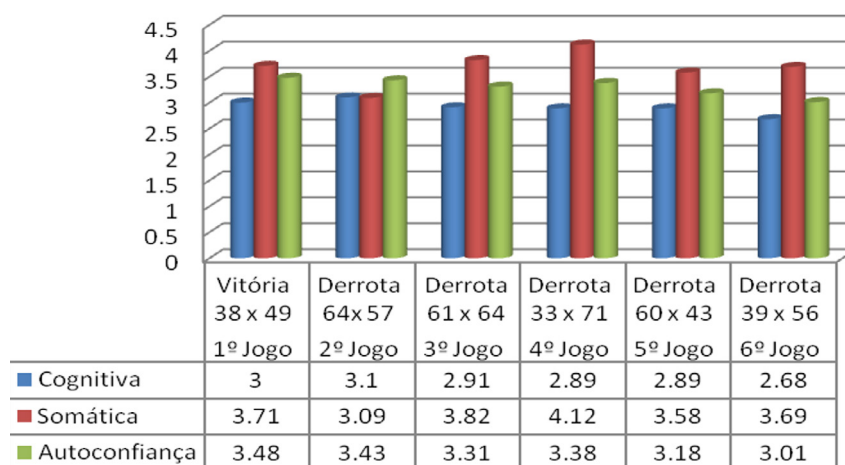
Jogo	Contextos Resultados	Factores Ansiedade Pré-Competitiva			Nível
		Cognitiva	Somática	Autoconfiança	
1º Jogo	Vitória por 38 x 49	12.00	29.75	17.41	59.16
2º Jogo	Derrota por 64 x 57	12.42	24.75	16.17	53.34
3º Jogo	Derrota por 61 x 64	11.67	30.75	16.58	59
4º Jogo	Derrota por 33 x 71	11.58	33.00	16.92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

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

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

Gráfico 1

*Níveis médios dos factores da ansiedade pré-competitiva*



## DISCUSSÃO

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

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

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

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

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

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



## CONCLUSÃO

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

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

---

### Agradecimentos:

Nada declarado.

---

### Conflito de Interesses:

Nada declarado.

---

### Financiamento:

Nada declarado.

---

## REFERÊNCIAS

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

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

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

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

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