

# NÍVEL DE ESTRESSE PRÉ-COMPETITIVO EM ATLETAS DA EQUIPE DE FUTSAL FEMININO DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ

## X Encontro de Experiências Estudantis

Ana Moriconi Schardong, Marieta Sales de Lima, Elissandra Pereira, Victoria Assumpção, Claudia Silveira, Wildner Lins de Souza

A relação do esporte competitivo com o estresse tem sido tema de diversos estudos, que apontam a importância de se conhecer e compreender comportamentos que podem afetar o desempenho do atleta, pois quando o mesmo experimenta elevado nível de estresse poderá haver um prejuízo em suas funções físicas e psicológicas. Quanto ao futsal feminino, por ser uma modalidade que está em ascensão, essa prática pode se tornar uma fonte geradora de estresse para as atletas, quando ocorre um desequilíbrio entre a exigência de um desempenho satisfatório e a capacidade das atletas de atenderem à essa demanda requerida. Sendo assim, o presente estudo teve como objetivo identificar o nível de estresse pré-competitivo em atletas da equipe de futsal feminino da Universidade Federal do Ceará. A amostra foi composta por 12 atletas, que responderam a um instrumento denominado LSSPCI - Lista de Sintomas de Estresse Pré-Competitivo (DE ROSE JR, 1998), utilizando-se uma escala tipo Likert de cinco pontos com uma escala total de 155 pontos. Tratando-se de uma pesquisa descritiva, utilizou-se para tratamento estatístico, a média, para identificar os principais sintomas e o nível de estresse. A média de estresse apresentada foi de 2,84, na qual os principais sintomas de estresse encontrados, foram: "Tenho medo de cometer erros na competição" (4,00); "Fico nervosa" (3,50); "Fico preocupada com o resultado da competição" (3,58); "Sinto-me mais responsável" (3,58) e "Tenho medo de competir mal" (3,50), relacionados principalmente com a grande responsabilidade imposta às atletas pela conquista da vitória. Com base nos resultados com a escala de estresse, pode-se concluir que as atletas têm seus comportamentos alterados significativamente durante a prática esportiva do futsal, cabendo a intervenção dos profissionais da área para que as atletas lidem melhor com esses sintomas de estresse.

Palavras-chave: estresse. Futsal. Feminino. Competição.