

# Ansiedade-estado competitiva em atletas profissionais e amadoras de Futebol feminino

<https://doi.org/10.11606/issn.1981-4690.2023e37178942>

Victor Ferreira Lima\*  
Erick Francisco Quintas Conde\*\*  
Gislane Ferreira de Melo\*\*\*  
André dos Santos Costa\*  
Romulo Maia Carlos Fonseca\*\*\*\*

\*Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE, Brasil.

\*\*Universidade Federal Fluminense, Campos dos Goytacazes, RJ, Brasil.

\*\*\*Universidade Católica de Brasília, Brasília, DF, Brasil.

\*\*\*\*Universidade de Brasília, Brasília, DF, Brasil.

## Resumo

O objetivo do estudo foi comparar os níveis de ansiedade-estado competitiva em atletas de futebol feminino profissional e amador. Trata-se de um estudo transversal, onde um total de 41 atletas completou a versão Brasileira reduzida do Competitive State Anxiety Inventory 2 (CSAI-2R), estando estas agrupadas em dois grupos: profissional e amador. O grupo profissional foi composto por 19 atletas (idade =  $22,7 \pm 4,27$ ; anos de treino =  $8,53 \pm 3,40$ ) de uma equipe que participava da principal liga nacional da modalidade, onde as atletas não tinham acompanhamento psicológico, realizavam cinco sessões de treino semanais, incluindo sessões de musculação. O grupo amador contou com 22 atletas (idade =  $19,6 \pm 3,23$ ; anos de treino =  $5,04 \pm 3,226$ ), também sem acompanhamento psicológico, tendo uma frequência semanal de três treinos, sem sessões de musculação. Os resultados demonstraram que as atletas profissionais apresentaram valores superiores às atletas amadoras nas dimensões de resposta intensidade ( $p = 0,012$ ), frequência ( $p = 0,016$ ) e direção ( $p = 0,021$ ) para a autoconfiança; resultados mais positivos na dimensão de resposta direção para a ansiedade total ( $p = 0,009$ ) e cognitiva ( $p = 0,005$ ); além de valores mais reduzidos para a dimensão de resposta frequência da ansiedade cognitiva ( $p = 0,003$ ). Também foram verificados valores maiores na idade ( $0,011$ ) para o grupo profissional. Os resultados levam a conclusão que mulheres atletas profissionais apresentam maior autoconfiança, interpretação mais positiva dos estímulos da ansiedade e menor frequência de pensamentos referentes aos sinais da ansiedade competitiva.

**PALAVRAS-CHAVE:** Ansiedade relacionada ao esporte; Desempenho atlético; Esportes; CSAI-2R.

## Introdução

O futebol, um dos esportes mais populares do mundo, mobiliza um grande número de praticantes e espectadores<sup>1</sup>. Devido a sua relevância no cenário mundial, o desempenho neste atrai grande atenção por parte dos pesquisadores, onde este desempenho sofre influência de diversos fatores, tais como aspectos físicos, técnicos, táticos e psicológicos<sup>2</sup>. Dentre os aspectos psicológicos estão questões como as funções executivas, tomada de decisão e a ansiedade<sup>3</sup>.

A ansiedade pode ser caracterizada como um

estado emocional que envolve pensamentos com conteúdo de preocupação e apreensão em relação a um determinado acontecimento, geralmente acompanhado de sintomas fisiológicos como tensão muscular, aumento da frequência cardíaca, sudorese excessiva, entre outros<sup>4</sup>. A ansiedade pode se apresentar basicamente de duas formas, uma como característica estrutural da personalidade do indivíduo, denominada ansiedade-traço, e outra, condicionada a circunstâncias específicas, denominada ansiedade-estado<sup>5</sup>.

No esporte, a ansiedade que se manifesta nas circunstâncias das competições é denominada ansiedade competitiva e apresenta uma característica multidimensional, sendo subdividida nas dimensões cognitiva, somática e autoconfiança<sup>6</sup>. Ansiedade cognitiva envolve pensamentos negativos em relação a um evento futuro, enquanto que a somática está relacionada aos efeitos fisiológicos causados pela ansiedade, como taquicardia e sudorese. Já a autoconfiança está relacionada a pensamentos positivos relacionados à convicção da atleta em suas capacidades para realização de uma tarefa<sup>7</sup>.

Considerando o desempenho esportivo, as dimensões se envolvem com este de maneiras distintas<sup>8</sup>. A ansiedade cognitiva apresenta uma relação negativa e linear, onde uma baixa ansiedade resultaria em alto desempenho. Já a ansiedade somática apresenta uma relação de U invertido com o desempenho, onde baixos e altos níveis são prejudiciais ao desempenho, sendo ideal um ponto ótimo. Por fim, a autoconfiança apresenta uma relação linear positiva com o desempenho, onde quanto mais confiante, melhor será o desempenho<sup>9</sup>.

Além das dimensões supracitadas, a ansiedade competitiva também apresenta diferentes dimensões de resposta, que avaliam os efeitos das dimensões da ansiedade por perspectivas distintas, sendo categorizadas entre as dimensões de resposta intensidade, frequência e direção<sup>10</sup>. A intensidade se refere ao nível de intensidade percebido pelo indivíduo. A frequência, faz referência à quantidade de tempo que o atleta despende sob os efeitos da ansiedade, enquanto que a direção é referente a como o indivíduo interpreta os sintomas da ansiedade, podendo os interpretar como algo que facilita ou dificulta o desempenho<sup>11</sup>.

Dentre os testes utilizados para avaliar a ansiedade competitiva, se destaca o competitive state anxiety inventory (CSAI-2)<sup>9</sup>, questionário que avalia as três dimensões da ansiedade, porém só considera a dimensão de resposta intensidade em sua mensuração. Pensando nisso, foi idealizado a versão reduzida do inventário<sup>12</sup>, com a inclusão das dimensões de resposta frequência e direção, além de ser traduzido e confirmada a confiabilidade do instrumento na utilização com atletas brasileiros, superando mesmo os valores apresentados pelo instrumento antecessor<sup>13</sup>.

Mesmo sendo objeto de pesquisa de diversos

pesquisadores, a ansiedade competitiva nas modalidades esportivas não tem considerado as diversas dimensões de resposta desse fenômeno de forma majoritária, tendo a maior parte dos estudos utilizado a primeira versão do CSAI-2<sup>14</sup>, na qual não avalia a frequência e a direção da ansiedade. Este fato é de considerável importância, já que uma atleta pode apresentar valores elevados de ansiedade, porém, interpretá-los como facilitadores do seu desempenho.

Existem fatores que parecem influenciar a ansiedade competitiva, como a experiência competitiva, a idade, e o nível de desempenho<sup>15</sup>. Para o último, a literatura aponta que homens de níveis esportivos superiores apresentam menores valores da ansiedade cognitiva e somática, além de maior autoconfiança<sup>16</sup>. No futebol, hóquei e rúgbi masculinos, atletas de seleção reportam maiores valores na direção da ansiedade cognitiva e somática que atletas não selecionáveis<sup>7</sup>, enquanto que apenas no futebol, atletas masculinos de ligas superiores apresentam menor intensidade da ansiedade somática<sup>17</sup>.

Como verificado pelos últimos estudos citados, atletas de futebol masculino de níveis esportivos superiores apresentam resultados maiores para a direção da ansiedade cognitiva e somática, assim como menores valores para a intensidade da ansiedade somática. Entretanto, não se sabe se tais resultados se repetem com a população feminina, sobretudo com o entendimento da existência de possíveis diferenças entre os sexos nesse quesito, como os maiores valores de ansiedade e menores de autoconfiança reportados para o público feminino<sup>5,18</sup>.

Ainda, apesar de atletas de níveis superiores apresentarem menores valores de ansiedade e maiores de autoconfiança, se cogita que quanto maior o nível esportivo, maior a cobrança sobre o atleta, podendo levar a alterações nos níveis de ansiedade<sup>19</sup>, diferente de uma equipe amadora, já que esta tem menor responsabilidade com o resultado<sup>20</sup>. Comparando atletas profissionais e amadores, o único estudo do nosso conhecimento, verificou que atletas de windsurf masculino não apresentaram diferença nessa questão<sup>15</sup>, porém não se conhece o comportamento dessa variável no futebol feminino. Assim, o objetivo do estudo foi comparar os níveis de ansiedade-estado competitiva entre atletas de futebol feminino profissionais e amadoras.

## Método

### Desenho do estudo

Estudo transversal, de caráter descritivo com abordagem quantitativa. Assim, a coleta de dados aconteceu em um único momento para cada grupo, sendo realizadas medidas antropométricas e obtidas informações como o tempo de prática total de futebol, além da realização dos testes físicos e da ansiedade competitiva.

### Aspectos Éticos

Todas as participantes leram e assinaram o TCLE, além de serem informadas sobre os detalhes, riscos e benefícios da pesquisa. A coleta de dados se iniciou apenas após a aprovação do projeto pelo comitê de ética da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE) (Parecer Nº: 3.314.851), respeitando o cronograma previsto para a execução do projeto em questão.

### Amostra

A amostra, de tipo não probabilística, foi composta por 41 atletas de futebol feminino adulto de duas equipes do estado de Pernambuco. As equipes foram selecionadas por conveniência, através de contato direto com os treinadores e classificadas da seguinte forma: 19 atletas compondo o grupo profissional (GP) e 22 atletas compondo o grupo amador (GA). As atletas profissionais tinham históricos diferentes quanto a passagens por outras equipes, não tinham acompanhamento psicológico junto ao clube, tinham uma frequência de cinco treinos semanais, incluindo sessões de musculação. Atletas amadoras também não contavam com suporte psicológico, treinavam três vezes na semana, apenas com treinos no campo de futebol.

Foram caracterizadas como atletas profissionais aquelas que possuíam um contrato profissional assinado, enquanto que as amadoras, não. No momento da realização do estudo, a equipe profissional se preparava para a disputa do campeonato da principal divisão nacional da modalidade, enquanto que a equipe amadora disputaria uma competição local de futebol. Todas participantes relataram estar livres de condições clínicas que pudessem influenciar o desempenho nas medidas da ansiedade competitiva.

### Instrumentos

Para acesso a informações relevantes ao estudo, como idade, escolaridade e anos de treino, este que se referia a quanto tempo a atleta praticava o futebol de forma competitiva, foi utilizado um questionário sociodemográfico. Para avaliar a ansiedade competitiva foi utilizada a versão brasileira reduzida<sup>13</sup> do Inventário de Ansiedade-Estado Competitiva 2 (Competitive State Anxiety Inventory 2R - CSAI-2R)<sup>9</sup>, instrumento validado com *alpha de Cronbach* para ansiedade cognitiva de  $-0,840$ , ansiedade somática  $-0,783$  e autoconfiança  $-0,807$ <sup>21</sup>.

O questionário avalia as modalidades de ansiedade somática e cognitiva e a autoconfiança competitiva em três diferentes dimensões de respostas, sendo elas a intensidade, frequência e direção. Este questionário conta com um total de 16 itens, sendo 5 destes destinados a avaliar a ansiedade cognitiva, 6 para avaliar a ansiedade somática, e os 5 restantes para avaliar a autoconfiança.

Para a dimensão de resposta intensidade, cada item deve ser classificado de acordo com uma escala do tipo Likert variando de 1 (nada) a 4 (muito). Para a frequência os itens respondem ao mesmo tipo de escala, só que nesta ocasião com uma variação de 7 pontos, assim indo de 1 (nunca) a 7 (sempre). Por último, para a direção, as respostas aos itens correspondentes respondem a uma escala Likert bipolar de 7 pontos, com estes variando de  $-3$  (muito debilitador) a  $+3$  (muito facilitador), com o 0 indicando uma direção neutra, não importante para o avaliado. O resultado para cada dimensão deve ser calculado através das médias dos resultados de cada dimensão de resposta.

Para avaliação das capacidades físicas de velocidade e  $VO_{2max}$  foram utilizados dois testes. O teste de *sprint* de 20 metros<sup>22</sup> foi utilizado para mensuração da velocidade, onde o indivíduo deve percorrer a distância estabelecida no menor intervalo de tempo possível, tendo duas chances com a melhor delas sendo avaliada. Sobre a mensuração do  $VO_{2max}$  se utilizou o *Yo-Yo Intermittent Recovery Test Level 1* (YYIR1)<sup>23</sup>, teste progressivo onde o indivíduo deve percorrer em ida e volta a distância de 20 metros com intervalos de 10 segundos a cada 20m, chegando aos pontos estabelecidos sempre antes dos estímulos sonoros, com

o teste se encerrando quando a participante chegar ao ponto final após o sinal sonoro. Utilizou-se a distância percorrida como medida do  $VO_{2max}$ .

### ***Procedimentos***

Inicialmente os clubes voluntários foram contactados pelos pesquisadores através de suas comissões técnicas, representadas pela figura de seus treinadores, onde estes concordaram em participar da pesquisa. Para a coleta de dados, antes da avaliação, as atletas foram orientadas a ler e assinar o TCLE, sendo esclarecidas sobre quaisquer questionamentos. Em seguida, foram convidadas a fornecer seus dados pessoais relevantes à investigação.

Posteriormente, de forma individual, as atletas foram conduzidas a uma avaliação antropométrica, onde em seguida, foram submetidas à realização do CSAI-2R. O questionário foi administrado de forma individual, com as participantes sendo encaminhadas a uma sala silenciosa, com iluminação e temperatura controladas, estando as voluntárias sentadas e acompanhadas por um dos pesquisadores responsáveis, com este utilizando de informações padronizadas para a execução do teste.

As informações fornecidas pelos pesquisadores foram referentes às dimensões de resposta e sobre as escalas utilizadas para cada momento da realização do questionário. Para a dimensão de resposta intensidade, as atletas foram orientadas a informar como se sentiam no momento da avaliação. Para a frequência, foram orientadas a reportar como se sentem durante as competições. Referente à direção, além de serem alertadas sobre a bipolaridade da escala, também foram orientadas a reportar como se sentiam naquele momento.

Após as respostas ao questionário, as atletas foram encaminhadas a uma quadra poliesportiva, para realização dos testes físicos. Ao chegarem ao local,

realizaram um aquecimento leve com em média cinco minutos de duração, e em seguida foram submetidas ao teste de velocidade, tendo cada atleta duas chances, com intervalo de no mínimo cinco minutos entre elas. Posteriormente, em grupo de oito atletas, realizaram o YYIR1, com o teste sendo finalizado após a última atleta não conseguir acompanhar os estímulos sonoros do teste, tendo estas como resultado o último estágio completado, com a distância total percorrida. As atletas foram previamente familiarizadas com o teste.

As visitas de ambas as equipes aconteceram no laboratório de pesquisa da universidade no qual os autores são alocados. As respostas dos questionários e os valores dos testes físicos foram coletados e reunidos em uma planilha, onde estes foram posteriormente analisados de forma anônima pelo autor responsável pelo estudo. A coleta de dados para as duas equipes aconteceu durante seus respectivos períodos de pré-temporada, momento esse que possui característica de formação de time ideal e disputa recorrente pela titularidade, o que proporciona aspectos propícios pertinentes à avaliação da ansiedade-estado.

### ***Análise Estatística***

Primeiramente, as atletas que não preencheram o questionário adequadamente foram excluídas da análise. Em seguida, os valores obtidos foram analisados de forma descritiva (média  $\pm$  desvio padrão). Posteriormente, a normalidade da distribuição dos dados foi testada através do teste de Shapiro-Wilk. Para os dados paramétricos, o teste t para amostras independentes foi utilizado para investigar as diferenças entre grupos nas variáveis avaliadas. Para os dados não paramétricos, se utilizou o teste de Mann-Whitney. O nível de significância adotada dos testes foi de  $p < 0.05$ . As análises foram realizadas com a utilização do programa SPSS for Windows, versão 22.0.

## **Resultados**

A pergunta central do presente estudo foi se existiriam diferenças nos valores de ansiedade competitiva e/ou autoconfiança entre atletas profissionais e amadoras de futebol feminino, e onde estas se diferenciariam considerando as dimensões e dimensões de resposta da ansiedade competitiva. As características descritivas de ambos os grupos são apresentadas

na TABELA 1. A respeito da escolaridade, as atletas apresentaram as seguintes informações: GP: 13,3% das atletas tinham o ensino médio incompleto; 46,6% ensino médio completo; e 40% ensino superior incompleto; GA: 22,7% ensino médio incompleto; 54,5% ensino médio completo; 18,2% ensino superior incompleto; e 4,2% ensino superior completo.

Testes de normalidade apontaram tanto valores com distribuição paramétrica (intensidade: cognitiva, somática e total; frequência: cognitiva, somática, autoconfiança e total; direção: cognitiva) quanto não paramétrica (intensidade: autoconfiança; direção: somática, autoconfiança e total), sendo estes avaliados adequadamente como tais.

TABELA 1 - Características descritivas entre grupos.

<b>Categoria</b>	<b>Profissional</b>	<b>Amador</b>	<b>p</b>
<b>Idade</b>	22,68 ± 4,27*	19,61 ± 3,23	0,011
<b>Anos de Treino</b>	8,53 ± 3,40*	5,04 ± 3,23	0,003
<b>IMC (Kg/m2)</b>	23.60 ± 2.28*	21.61 ± 2.06	0,005
<b>VO2max (m)</b>	358,95 ± 103,81*	183,48 ± 63,43	0,001
<b>Velocidade (segundos)</b>	3,92 ± 0,13	3,90 ± 0,23	0,815

\*Diferença estatisticamente significativa com distribuição paramétrica p<0,05.

O GP se alojava no clube, treinava cinco dias na semana em dois períodos, com treinos no campo e na sala de musculação, tendo dieta, sono, entre outros fatores controlados. As atletas não contavam com suporte de um psicólogo oferecido pelo clube, além de serem provenientes de diversos estados do Brasil, com diferentes passagens por

outros clubes. Já o GA, treinava três vezes por semana, em um período, com as sessões de treino acontecendo apenas no campo de futebol. O GA também não contava com suporte psicológico profissional por parte da equipe. Os resultados dos testes de ansiedade competitiva são apresentados na TABELA 2.

TABELA 2 - Valores de ansiedade competitiva entre grupos.

<b>Dimensões de Resposta e Dimensões</b>	<b>Profissional (n=19)</b>	<b>Amador (n=22)</b>	<b>P</b>
<b>Intensidade</b>			
Ansiedade total	39,79 ± (5,82)	41,22 ± (6,67)	0,469
Ansiedade cognitiva	20,53 ± (5,84)	24,52 ± (7,58)	0,067
Ansiedade somática	18,42 ± (6,37)	20,65 ± (7,27)	0,302
Autoconfiança	36,95 ± (3,96) †	33,13 ± (4,66)	0,012
<b>Frequência</b>			
Ansiedade total	51,95 ± (8,22)	57,13 ± (9,83)	0,075
Ansiedade cognitiva	23,68 ± (9,05) *	35,13 ± (13,33)	0,003
Ansiedade somática	20,35 ± (9,77)	26,30 ± (12,22)	0,094
Autoconfiança	55,79 ± (8,40) *	47,57 ± (11,99)	0,016
<b>Direção</b>			
Ansiedade total	9,05 ± (8,82) †	0,13 ± (10,28)	0,009
Ansiedade cognitiva	-4,00 ± (7,02) *	-12,26 ± (10,79)	0,005
Ansiedade somática	-2,45 ± (7,39)	5,00 ± (5,72)	0,089
Autoconfiança	20,05 ± (5,00) †	18,52 ± (9,67)	0,021

Diferença estatisticamente significativa p<0,05 com distribuição paramétrica (\*) / não paramétrica (†).

## Discussão

O presente estudo investigou a ansiedade competitiva em suas diferentes dimensões de resposta, comparando tais variáveis entre atletas profissionais e amadoras no futebol feminino. As atletas do GP e GA tinham características diferentes em relação ao treinamento, com as profissionais tendo maior volume de treino tanto diário quanto semanal, além de terem fatores como a dieta e sono controlados, com a possibilidade de criar maior entrosamento por estarem alojadas no clube.

A respeito das variáveis que compõem a caracterização da amostra, as atletas deste estudo apresentaram resultados menores aos verificados em atletas de elite dinamarquesas para a distância percorrida no YYIR1<sup>24</sup>, assim como apresentaram resultados dentro do limiar superior de alta velocidade no futebol feminino<sup>25</sup>. Referente a aspectos da composição corporal, da mesma forma que o GP apresentou valor maior que o GA para o IMC, também foram verificados valores maiores na massa muscular e menores na gordura corporal em atletas de elite em comparação a atletas não elite no futebol feminino<sup>26</sup>.

Os valores de ansiedade competitiva verificados, quando confrontados a outros estudos, foram predominantemente maiores para a dimensão de resposta intensidade<sup>15, 17, 27</sup>, menores para a direção<sup>7, 8</sup>, e apresentaram resultados semelhantes quanto à frequência da ansiedade competitiva<sup>28</sup>.

A respeito da dimensão de resposta intensidade, os resultados foram significativamente maiores para o GP na dimensão da autoconfiança. Resultados semelhantes foram verificados quando comparados atletas top 5 de windsurf a atletas de classificações inferiores. Porém, quando a comparação se deu entre profissionais e amadores, não houve diferença<sup>15</sup>. No voleibol feminino, atletas titulares apresentaram maior autoconfiança que reservas<sup>27</sup>, corroborando com a possível maior autoconfiança para atletas de níveis superiores.

Não foram verificados estudos no futebol com análises e resultados semelhantes. Tais resultados sugerem superioridade para atletas de níveis de desempenho esportivo superiores neste quesito. Para explicação desse fenômeno, se especula que a autoconfiança possa auxiliar a atleta a um uso mais apropriado das estratégias de coping (Ex: "thought stopping", "positive self-talk"), podendo levar a um maior controle da ansiedade competitiva e assim contribuir para um melhor desempenho<sup>29</sup>.

Para a frequência, o GP apresentou valores significativamente menores para a ansiedade cognitiva e maiores para a autoconfiança. Do nosso conhecimento, este é o primeiro estudo recente a verificar tais diferenças, sendo geralmente observadas semelhanças entre atletas de elite e semi elite no tênis de mesa feminino<sup>28</sup>, assim como em atletas de seleção e não convocados no futebol, rúgbi e hóquei masculinos<sup>7</sup>. Estes achados são evidências preliminares que indicam que atletas amadoras tendem a manifestar maior frequência dos sintomas da ansiedade cognitiva, podendo prejudicar o desempenho por se preocuparem mais com fatores não relevantes à tarefa.

Sobre os possíveis mecanismos desencadeadores da ansiedade cognitiva, umas das teorias que tentam elucidar como a ansiedade competitiva influencia no desempenho é a teoria da distração, a qual sugere que, uma atleta ao apresentar pensamentos negativos, ocupa sua atenção com pensamentos não relevantes à tarefa, tendo menos atenção disponível para foco no objetivo esportivo, além de reduzir sua capacidade de processamento de informação, podendo levar a um declínio no desempenho esportivo<sup>30</sup>. Tal teoria pode justificar a diferença no desempenho de atletas profissionais e amadoras.

Para a direção, o GP apresentou resultados significativamente maiores na ansiedade total, cognitiva e autoconfiança. Resultados comparáveis foram observados na ansiedade entre atletas de seleção e não convocados<sup>7</sup> e atletas de elite e não elite no ski e natação<sup>8</sup>. Para a autoconfiança, os resultados divergem dos verificados no tênis de mesa feminino, onde atletas de elite reportaram valores menores que atletas semi elite<sup>28</sup>. Tais resultados fortalecem a ideia da relação da direção com o desempenho<sup>31</sup>.

Outra teoria que visa explicar como a ansiedade interfere no desempenho, é a teoria autocentrada, que sugere um papel neurobiológico central<sup>32</sup>. Na aprendizagem, os primeiros esforços são focados no hemisfério esquerdo, pela associação com a linguagem. Ao evoluir, um movimento antes pensado se torna automatizado, com o hemisfério direito, associado com o visuo-espacial, sendo mais ativado, enquanto o hemisfério esquerdo é inibido. Sob os efeitos da ansiedade, supõe-se que o hemisfério esquerdo possa ser reativado, interrompendo a automação, regredindo a níveis inferiores da habilidade<sup>4</sup>.

A idade também parece influenciar a ansiedade

competitiva, onde neste estudo, o GP era mais velho que o GA. Estudos reportam menores valores na ansiedade cognitiva e somática para indivíduos mais velhos na dimensão de resposta intensidade<sup>6, 15</sup>. Ademais, foi verificada por meio de revisão sistemática, uma associação entre indivíduos jovens e altos valores de ansiedade competitiva<sup>5</sup>. Esses achados se justificam pelo fato de, possivelmente, os atletas mais velhos apresentarem maior experiência competitiva e maior familiarização com a competição<sup>15</sup>.

Avaliando os estudos, se pode inferir que atletas profissionais reportam menores níveis de ansiedade e maiores de autoconfiança. Considerando esses achados, a suposição é que por estarem mais familiarizadas com a competição, as atletas profissionais possam se sentir mais preparadas para um desafio. Confrontando os resultados do presente estudo com os reportados entre atletas de futebol masculino, de nível nacional e regional, percebe-se que existem divergências entre os sexos nas dimensões de respostas conforme o nível de competição<sup>7</sup>.

O presente estudo identificou diferenças na intensidade da autoconfiança e na direção da ansiedade cognitiva e autoconfiança para o sexo feminino, enquanto que a intensidade da ansiedade somática<sup>17</sup> e a direção da ansiedade cognitiva e somática<sup>7</sup> foram reportadas para o sexo masculino. Tais resultados podem ser indicativos de características específicas da população feminina, sendo necessárias investigações adicionais para confirmação dos achados e para que possam ser desenvolvidas estratégias personalizadas para o treinamento das atletas. Ainda assim, poucos clubes oferecem esse tipo de assistência multidisciplinar às mulheres.

Os resultados trazem informações que podem ser importantes para a prática esportiva, uma vez que as comissões técnicas das equipes podem entender que tais fatores também são determinantes para o desempenho esportivo e com isso, poderiam implementar um suporte psicológico profissional, preferencialmente desde as categorias de base até

o profissional, possibilitando o desenvolvimento e manutenção de níveis adequados da ansiedade competitiva para um bom desempenho esportivo.

Mais especificamente, já fora demonstrado que técnicas de relaxamento<sup>33</sup> meditação<sup>34</sup> e que o treinamento da autorregulação psicofisiológica<sup>35</sup> podem auxiliar no controle da ansiedade. Adicionalmente, o emprego de modelos de atuação multidisciplinar na preparação de atletas de alto rendimento, incluindo profissionais de psicologia do esporte, podem também minimizar manifestações emocionais disfuncionais<sup>36</sup>.

A presente investigação apresentou algumas limitações. O desenho transversal, que não permite a confirmação de algumas hipóteses; o fato do estudo não ter contado com uma medida objetiva do desempenho esportivo, a fim de confirmar a diferença real no nível de desempenho esportivo entre os grupos; além de, pelo questionário ter sido aplicado no momento de preparação para o período competitivo, algumas inferências não poderem ser contempladas plenamente. Logo, estudos de caráter longitudinal são necessários com o intuito de avaliar a causalidade entre a ansiedade e o desempenho no esporte, assim como estudos que utilizem avaliações técnicas para uma mais precisa distinção dos níveis de desempenho esportivo entre os grupos avaliados.

Atletas profissionais de futebol feminino apresentaram valores maiores de autoconfiança nas três dimensões de resposta da ansiedade competitiva, além de menor frequência da ansiedade cognitiva e valores maiores na direção da ansiedade total e cognitiva. Esses resultados indicam uma possível diferença entre atletas do sexo feminino de diferentes níveis esportivos neste quesito, sendo necessárias investigações adicionais para a confirmação desta hipótese. Por fim, a sugestão é que estudos futuros devam investir em desenhos longitudinais, além de adicionarem algum tipo de avaliação objetiva do desempenho técnico/tático esportivo dos grupos de indivíduos avaliados.

## Abstract

Competitive state anxiety in professional and amateur female Soccer players.

The aim of the study was to compare the competitive state anxiety levels in professional and amateur female soccer athletes. This is a cross-sectional study, in which a total of 41 athletes completed the reduced Brazilian version of the Competitive State Anxiety Inventory 2 (CSAI-2R), which were allocated into two groups: professional and amateur. The professional group consisted of 19 athletes (age =  $22.7 \pm 4.27$ ; years of training =  $8.53 \pm 3.40$ ) from a club that participated in the main national league of the sport, where the athletes had no psychological support, had five training sessions a week, including weight training sessions. The amateur group had 22 athletes (age =  $19.6 \pm 3.23$ ; years of training =  $5.04 \pm 3.23$ ), also without psychological support, with these having a weekly frequency of three training sessions, without weight training sessions. Results showed that professional athletes had higher values than amateur athletes for intensity ( $p = 0.012$ ), frequency ( $p = 0.016$ ) and direction response dimensions ( $p = 0.021$ ) for self-confidence; more positive results in the direction response dimension, for total ( $p = 0.009$ ) and cognitive anxiety ( $p = 0.005$ ); in addition to lower values for the frequency response dimension of cognitive anxiety ( $p = 0.003$ ). Also, higher values were also found for age ( $p = 0.011$ ) for the professional group. The results lead to the conclusion that professional athletes have greater self-confidence, a more positive interpretation of anxiety stimuli and less frequency of thoughts regarding the signs of competitive anxiety.

KEYWORDS: Sport-related anxiety; Athletic performance; Sports; CSAI-2R.

## Referências

1. Ayuso-Moreno R, Fuentes-García JP, Collado-Mateo D, Villafaina S. Heart rate variability and pre-competitive anxiety according to the demanding level of the match in female soccer athletes. *Physiol Behav.* 2020; 222:112926. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.physbeh.2020.112926>
2. Sarmiento H, Anguera MT, Pereira A, Araújo D. Talent identification and development in Male Football: a systematic review. *Sport Med.* 2018; 48(4): 907-31.
3. Palazzolo J. Anxiety and performance. *Encephale.* 2020; 46(2):158-61. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.encep.2019.07.008>
4. Rowland DL, van Lankveld JJDM. Anxiety and performance in sex, sport, and stage: Identifying common ground. *Front Psychol.* 2019.
5. Rice SM, Gwyther K, Santesteban-Echarri O, Baron D, Gorczyński P, Gouttebauge V, et al. Determinants of anxiety in elite athletes: a systematic review and meta-analysis. *Br J Sports Med.* 2019; 53(11): 722-30.
6. Rocha VVS, Osório FL. Associations between competitive anxiety, athlete characteristics and sport context: evidence from a systematic review and meta-analysis. *Rev Psiquiatr Clin.* 2018; 45(3): 67-74.
7. Hanton S, Thomas O, Maynard I. Competitive anxiety responses in the week leading up to competition: the role of intensity, direction and frequency dimensions. *Psychol Sport Exerc.* 2004; 5(2): 169-81.
8. Lundqvist C, Kenttä G, Raglin JS. Directional anxiety responses in elite and sub-elite young athletes: intensity of anxiety symptoms matters. *Scand J Med Sci Sport.* 2011; 21(6): 853-62.
9. Martens R, Burton D, Vealey R, Bump L, Smith D. Development and validation of the Competitive State Anxiety Inventory-2 (CSAI-2). *Competitive anxiety in sport.* Champaign, Illinois: Human Kinetics; 1990. p. 213.
10. Fernandes MG, Nunes SAN, Raposo JV, Fernandes HM. Efeitos da experiência nas dimensões de intensidade, direção e frequência da ansiedade e autoconfiança competitiva: Um estudo em atletas de desportos individuais e coletivos. *Motricidade.* 2014; 10(2): 81-9.
11. Tertuliano IW, Buzeto FK, Oliveira V, Machado AA, Montiel JM. Os efeitos da idade e do sexo no nível de ansiedade de nadadores de águas abertas. *Conexões.* 2019; 17:e019021.
12. Cox RH, Martens MP, Russell WD. Measuring anxiety in athletics: the revised competitive state anxiety

- inventory-2. *J Sport Exerc Psychol.* 2003; 25(4): 519-33.
13. Fernandes MG, Nunes SA, Raposo JV, Fernandes HM, Brustad R. The CSAI-2: an examination of the instrument's factorial validity and reliability of the intensity, direction and frequency dimensions with Brazilian athletes. *J Appl Sport Psychol.* 2013; 25(4): 377-91.
14. Paludo AC, Nunes SAN, Simões AC, Fernandes MG. Relação entre ansiedade competitiva, autoconfiança e desempenho esportivo: uma revisão ampla da literatura. *Psicol Argumento.* 2016; 34(85):156-69.
15. Modroño C, Guillen F. Anxiety characteristics of competitive windsurfers: age, gender, performance outcome. *J Sport Behav.* 2011; 34(3): 281-294.
16. Neil R, Mellalieu SD, Hanton S. Psychological skills usage and the competitive anxiety response as a function of skill level in rugby union. *J Sport Sci Med.* 2006; 5(3): 415-23.
17. Kolayış H, Çelik N. Examination of motivation, anxiety and imagery levels of footballers from different leagues. *Rev Psicol Deport.* 2017; 26: 23-7.
18. Fernandes MG, Nunes SAN, Vasconcelos-Raposo J, Fernandes HM. Factors influencing competitive anxiety in Brazilian athletes. *Rev Bras Cineantropom Desempenho Hum.* 2013;15(6):705-14.
19. Paes MJ, Machado TDA, Berbetz SR, Stefanello JMF. Frequência, intensidade e direção da ansiedade e sua relação com a coesão grupal em uma equipe de Voleibol infanto-juvenil masculina. *Rev Bras Psicol Esporte.* 2016; 6(3):46-56.
20. Ruiz-Esteban C, Olmedilla A, Méndez I, Tobal JJ. Female soccer players' psychological profile: differences between professional and amateur players. *Int J Environ Res Public Health.* 2020; 17(12):1-9.
21. Fernandes MG, Fernandes HM. Propriedades psicométricas do CSAI-2 em atletas brasileiros. *Psicol Reflexão Crítica.* 2012; 25(4): 679-87.
22. Weineck J. Futebol total: o treinamento físico no futebol. São Paulo: Phorte; 2000.
23. Bangsbo J, Iaia FM, Krstrup P. The YoYo intermittent recovery test: a useful tool for evaluation of physical performance in intermittent sports. *Sport Med.* 2008; 38(1): 37-51.
24. Krstrup P, Mohr M, Ellingsgaard H, Bangsbo J. Physical demands during an elite female soccer game: importance of training status. *Med Sci Sports Exerc.* 2005; 37(7): 1242-8.
25. Mara JKM, Hompson KGT, Pumpa KL, Morgan S. Quantifying the high-speed running and sprinting profiles of elite female soccer players during competitive matches using an optical player tracking system jocelyn. *J Strength Cond Res.* 2017; 31(6): 1500-8.
26. Sedano S, Vaeyens R, Philippaerts RM, Redondo JC, Cuadrado G. Anthropometric and anaerobic fitness profile of elite and non-elite female soccer players. *J Sports Med Phys Fitness.* 2009; 49(4): 387-94.
27. Machado TA, Paes MJ, Alquièr SM, Osiecki ACV, Lirani LS, Stefanello JMF. Ansiedade estado pré-competitiva em atletas de voleibol infanto-juvenis. *Rev Bras Educ Fís Esporte.* 2016; 30(4): 1061-7.
28. Hagan JE, Pollmann D, Schack T. Interaction between gender and skill on competitive state anxiety using the time-to-event paradigm: what roles do intensity, direction, and frequency dimensions play? *Front Psychol.* 2017;8: 1-13.
29. Besharat MA, Pourbohloul S. Moderating effects of self-confidence and sport self-efficacy on the relationship between Competitive Anxiety and Sport Performance. *Psychology.* 2011; 02(07): 760-5.
30. Ngo V, Richards H, Kondric M. A multidisciplinary investigation of the effects of competitive state anxiety on serve kinematics in table tennis. *J Hum Kinet.* 2017; 55(1): 83-95.
31. Kais K, Raudsepp L. Intensity and direction of competitive state anxiety, self-confidence and athletic performance. *Kinesiol Int J Fundam Appl Kinesiol.* 2005; 37(1): 13-20.
32. Nieuwenhuys A, Oudejans RRD. Anxiety and perceptual-motor performance: toward an integrated model of concepts, mechanisms, and processes. *Psychol Res.* 2012; 76(6): 747-59.
33. Elliott D, Polman R, Taylor J. The effects of relaxing music for anxiety control on competitive sport anxiety. *Eur J Sport Sci.* 2014; 14 S-1.
34. Quinones-Paredes D. Effects of a mindfulness meditation intervention on the flow experiences of college soccer players. Miami University; 2014.
35. Wilson V, Peper E, Moss D. "The mind room" in Italian soccer training: the use of biofeedback and neurofeedback for optimum performance. *Assoc Appl Psychophysiol Biofeedback.* 2006; 34(3): 79-81.
36. Conde E, Filgueiras A, Angelo L, Pereira A, Carvalho C. *Psicologia do esporte e do exercício: modelos teóricos, pesquisa e intervenção.* 1 ed. São Paulo: Pasavento; 2019. p. 32.

ENDEREÇO

Victor Ferreira Lima  
Universidade Federal de Pernambuco  
Av. Prof. Moraes Rego, 1235  
50670-901 - Recife - PE - Brasil  
E-mail: limafvictor@gmail.com

Submetido: 06/12/2020

Revisado: 29/12/2022

Aceito: 03/01/2023