

PADRÃO DE COMPORTAMENTO DO "STRESS" EM ATLETAS DE ALTO NÍVEL

Dante De ROSE JUNIOR*
Esdras Guerreiro VASCONCELLOS**
Antonio Carlos SIMÕES*
José MEDALHA*

RESUMO

O "stress" é um dos aspectos psicológicos que podem ter influência direta no comportamento de um atleta. Existem reações diferenciadas às situações causadoras de "stress" e essas reações podem depender do padrão de comportamento de cada pessoa. O objetivo deste estudo foi o de determinar o nível do padrão de comportamento de "stress" de atletas de alto nível e identificar as situações mais marcantes na determinação de tal comportamento. Fizeram parte da amostra 58 atletas de Seleções Brasileiras (36 homens e 22 mulheres) representando as seguintes modalidades: basquetebol e judô (masculino e feminino) e handebol (masculino). Constatou-se que tanto para os homens quanto para as mulheres os níveis obtidos (26,70 e 31,58, respectivamente) foram considerados moderados e não diferiram dos níveis encontrados em estudos com amostras de não-atletas. Os resultados mostraram, também, não haver diferenças estatisticamente significantes entre os atletas dos dois sexos e entre os esportes estudados. Quanto às situações obtidas pelas respostas ao BEPATYA, pode-se observar que as mais enfáticas foram aquelas que apontaram fatores como a responsabilidade, ambição e pressão do tempo.

UNITERMOS: Psicologia do esporte; "Stress"; Competição; Basquetebol; Handebol; Judô.

INTRODUÇÃO

O esporte competitivo é um evento potencialmente provocador de "stress" porque exige do atleta um desempenho próximo do ideal e que, muitas vezes, encontram circunstâncias como a ação dos adversários, pressões externas (tempo de jogo, torcida, resultado da partida, etc.), pressões internas (auto-conceito, auto-afirmação, responsabilidade, etc.) e outros fatores que podem desencadear o processo de "stress" (Jones & Hardy, 1990; Madden, Summers & Browns, 1990).

De acordo com De Rose Junior (1996), o termo "stress" pode representar tanto um estímulo ou evento que provoca determinadas reações do organismo, quanto a resposta desse organismo a um dado estímulo ou demanda. Vasconcellos (1992) aponta no primeiro caso fatos como trabalhar demais, trânsito intenso, viagem longa, doença ou morte em família, problemas escolares, etc. No esporte, o treinamento intenso e a própria situação competitiva seria um desses fatores. Quando entendido como resposta, esse mesmo autor relaciona "stress" com reações do organismo como estar cansado, mal estar, exaustão, entre outros. No caso do esporte poderiam ser relacionados o mau desempenho, maior nível de agressividade, etc.

As teorias mais modernas não consideram, no entanto, o "stress" como um fator isolado, seja ele estímulo ou reação, mas como um processo que pode ser resumido como um produto da integração entre

* Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo.

** Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo.

estímulo e resposta e que depende da percepção que o indivíduo tem das situações causadoras do processo em si (Pérez-Ramos, 1992).

O conceito de esporte como causador de "stress" pode ser enriquecido pela idéia de Jones & Hardy (1990) de que não é somente um produto de fatores fisiológicos e biomecânicos, mas também, de fatores psicológicos que terão uma importância fundamental no desempenho dos atletas.

Segundo Araújo (citado por Fernandes, Monteiro & Araújo, 1991), o esporte competitivo é orientado para a obtenção do melhor resultado para que se expresse uma qualidade superior, constituindo-se numa etapa, que é o expoente máximo do movimento esportivo.

Competir sugere a busca de um determinado objetivo, implicando em rivalidade e confronto individual ou entre equipes, visando o melhor resultado, que neste caso, quase sempre significa a vitória, mas que pode também ser representado por uma marca pessoal, um "record" ou a superação de um adversário individual ou coletivamente. (De Rose Junior, 1996).

Martens, Vealley & Burton (1990) colocam a competição como um processo complexo composto de *situações objetivas* (espaço físico, adversários, arbitragem, preparação, etc.), *situações subjetivas* (interpretação que o atleta dá às situações anteriores), *respostas* (reações somáticas, emocionais, cognitivas e sociais) e *conseqüências* (manutenção da atividade, abandono, etc.). Todos esses aspectos são, de acordo com o autor citado, modulados por fatores pessoais, envolvendo aí muitos aspectos psicológicos, tais como: níveis de "stress" e ansiedade, motivação, além de outros fatores como a experiência e condição individual, entre outros.

Numa competição, as situações objetivas podem estar direta ou indiretamente relacionadas com a competição (De Rose Junior, 1996). Entre as primeiras estão as situações próprias de um jogo ou prova. Como exemplo pode-se citar: errar lances-livres em momentos decisivos, problemas com arbitragem, jogar em más condições físicas, locais inadequados, condições inadequadas de preparação, etc. (De Rose Junior & Vasconcellos, 1993; De Rose Junior, Simões & Vasconcellos, 1994; De Rose Junior, Vasconcellos & Simões, 1993; Miller, Vaugh & Miller, 1990).

As situações indiretamente relacionadas com a competição são aquelas que acontecem fora do ambiente competitivo, mas que podem trazer influências diretas no desempenho do atleta: problemas familiares, escolares, financeiros, além de doenças, etc. (De Rose Junior, 1996; Miller et alii, 1990).

Essas situações geram interpretações diferenciadas por parte dos atletas, determinando o nível de resposta e a conseqüência. Nesta interpretação, Lazarus & Folkman (1984) afirmam que a pessoa analisa suas chances de sucesso e escolhe a melhor maneira de lidar com a tarefa apresentada.

Neste momento, torna-se muito importante que algumas características do atleta sejam conhecidas e, de certa forma, dominadas para que ele possa tirar o melhor proveito das situações e obter uma resposta mais adequada (no caso, o desempenho).

Entre essas características, uma pode ser considerada como fundamental para o entendimento de todo esse processo: o padrão de comportamento de "stress"

PADRÃO DE COMPORTAMENTO DO "STRESS"

Existem formas pessoais e específicas de reação aos estímulos provocadores de "stress" ou às situações de "stress" que podem até mesmo ser interpretadas como pertencentes à estrutura de personalidade de uma pessoa, e no caso deste estudo, dos atletas. Trata-se porém de padrões de comportamento ("behavior patterns") e não propriamente de fatores de personalidade.

A diferença se constitui exatamente por ser, na psicologia, a personalidade uma estrutura com características relativamente estáveis e, até certo ponto, imutáveis. Seria irreal esperar que um cavalo de raça se comporte como uma tartaruga ou vice-versa. Nesse caso há a influência de dois fatores distintos o temperamento e a personalidade - determinando o comportamento. A distinção entre esses dois fatores será comentada posteriormente.

O certo é que quando se fala de comportamento de "stress", ou de reações de "stress", limita-se a denominá-las de *padrões de comportamento*. Esses padrões são classificados em Tipo A e Tipo B. Hardy, McMurray & Roberts (1989) definem o padrão de comportamento Tipo A como um complexo de ação-emoção que pode ser observado em qualquer pessoa envolvida numa necessidade crônica de conseguir mais em menos tempo, contra esforços opostos de outras situações ou pessoas. Esse tipo de comportamento

caracteriza-se por extrema agressividade e hostilidade, um senso de urgência de tempo e excessiva necessidade de realização. Esses mesmos autores definem o padrão de comportamento Tipo B como a ausência relativa de características do padrão A.

No caso de atletas pode-se encontrar reações tanto do Tipo A, quanto do Tipo B e esta condição parece não estar relacionada com o tipo de esporte que pratica, mas sim com suas características pessoais. Desta forma, em um mesmo esporte, pode-se encontrar atletas com diferentes padrões de comportamento. No caso de esportes coletivos esta composição parece ser a ideal na formação da equipe.

Existem atletas que em situações de extremo "stress" reagem com calma e frieza, não discutem, não se irritam e nem se exasperam durante a competição, preservando em todos os momentos uma postura de tranquilidade e segurança. Este seria o típico padrão Tipo B.

Outros atletas podem ser considerados como Tipo A, pois suas reações são de irritação, inquietação, agitação e nervosismo. Algumas pesquisas têm confirmado as características que inicialmente foram descritas por Friedman & Rosenman (1974). Estes autores e outros subseqüentes comprovam esses aspectos, atestando que não restam mais dúvidas sobre a relação significativa e relevante entre esse padrão de comportamento e a elaboração psicofisiológica que determina o processo de "stress" no interior do indivíduo submetido a situações provocadoras de "stress" constantes (Brenkelmann & Michi, 1982; De Rose Junior & Vasconcellos, 1992; Eysenck, 1983; Ivancevich & Matteson, 1988; Krantz & Ralzen, 1988; Lazarus & Launier, 1978; Vasconcellos, 1984; Vasconcellos, De Rose Junior, Barrica, Ramirez Garcia, Oliveira, Matos & Vasconcellos, 1995).

Dentro desse processo quatro aspectos devem ser salientados:

a) todo atleta tem uma *estrutura biológica* que determina a forma, a velocidade e a especificidade neurotransmissora de sua reação comportamental. Isto é denominado **temperamento**;

b) no decorrer do desenvolvimento psicossocial as pessoas aprendem formas de auto-controle que são internalizadas com a finalidade de modelarem o comportamento intuitivo, espontâneo, impulsivo, original, transformando-o em comportamento social adequado. Essa *estrutura internalizada de caráter social* é denominada **personalidade**;

c) quanto ao seu temperamento os atletas podem ser divididos em Hiperreativos (Tipo A) ou Hiporreativos (Tipo B). O atleta do tipo A apresenta uma característica de impaciência, inquietação e depende muita energia para a realização de suas tarefas. Citando o economista Roberto Campos, que referindo-se ao comportamento do mercado financeiro, chamou os movimentos inúteis, desnecessários e inquietos, de "cabritologia" pode-se fazer uma analogia deste mesmo tipo de comportamento em atletas Tipo A;

d) não se tem discutido na literatura se essa reação exacerbada do Tipo A deva ser interpretada como reação de "stress" ou de "coping" Nesse último caso, dever-se-ia tentar entender e conceber que, todo esse gasto energético expressado no comportamento do atleta Tipo A, estaria muito mais em função de um auto-controle de seu "stress" interior, do que na manifestação do mesmo.

OBJETIVOS

A partir de todas as considerações feitas e da necessidade de um melhor entendimento das características pessoais de atletas de alto nível, este estudo se propôs a determinar o padrão de comportamento de "stress" desses atletas e identificar quais as principais situações que determinam esse comportamento.

Também objetivou-se estabelecer uma comparação dos níveis de comportamento de "stress" entre os diferentes esportes e sexos.

MÉTODOS

Amostra

Participaram do estudo 58 atletas de Seleções Brasileiras que tomaram parte em competições como os Jogos Panamericanos de Cuba (1991) e dos Jogos Olímpicos de Barcelona (1992) nos seguintes

esportes: basquetebol feminino (n = 13), basquetebol masculino (n = 12), handebol masculino (n = 15), judô masculino (n = 9) e judô feminino (n = 9).

Todos os atletas analisados possuíam grande experiência internacional, tendo participado de eventos importantes, inclusive com alguns deles atuando em equipes do exterior.

Instrumento

Os dados foram coletados através da utilização do questionário desenvolvido por Vasconcellos (1984) Behavior Pattern Type A (BEPATYA). Este instrumento apresenta uma escala de avaliação variando entre zero e 60 pontos possíveis. (ANEXO I)

Procedimentos

Os questionários foram respondidos pelos atletas durante o período de preparação para as competições assinaladas.

Tratamento estatístico

Os dados foram analisados através de estatística descritiva (médias e desvios-padrão) e aplicação do teste "t de Student" para amostras independentes na comparação das médias.

APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Após a análise das respostas do BEPATYA pode-se chegar aos seguintes resultados:

TABELA 1 - Médias e desvios-padrão agrupadas por sexo.

Sexo	N	Média	D.P.
Masculino	36	26,70	8,28
Feminino	22	31,58	7,59

TABELA 2 Médias e desvios-padrão dos níveis de padrão de comportamento de "stress" para cada esporte e sexo.

Esporte	N	Média	D.P.
Basquetebol masc.	12	25,58	8,95
Basquetebol fem.	13	32,75	8,42
Handebol masc.	15	26,07	7,65
Judô masc.	09	28,44	8,25
Judô fem.	09	30,40	6,75

A comparação das médias dos diversos grupos estudados não mostraram diferenças estatisticamente significantes entre: os sexos masculino e feminino; as modalidades do sexo masculino (basquetebol, handebol e judô); as modalidades do sexo feminino (basquetebol e judô); basquetebol masculino e feminino, bem como judô masculino e feminino ($p < 0,01$).

Esses resultados mostraram que os níveis obtidos por atletas não diferiram estatisticamente dos níveis de população não-atleta estudada por Vasconcellos (1984), na elaboração do instrumento, por Calleja, De Rose Junior & Vasconcellos (1991) em estudo com árbitros internacionais e por Vasconcellos, De Rose Junior, Almeida, Pereira, Leiser, Morikoshi & Ruiz (1992) em estudo com atletas nacionais de basquetebol,

voleibol e "badmington" Este fato pode sugerir que esses padrões de comportamento de "stress" tenham dimensões e implicações semelhantes para qualquer pessoa, independente de sua condição. A ausência de diferenças estatisticamente significantes também sugere que o comportamento de "stress" não dependeu de sexo e do tipo de esporte praticado.

Outros resultados do estudo mostraram os aspectos apontados pelos atletas como os mais marcantes e determinantes de um comportamento de "stress" Entre eles destacaram-se aqueles que privilegiam aspectos como a ambição e a responsabilidade, fatores comuns na vida de atletas de alto nível. Eles necessitam de uma rotina diferenciada de vida (incluindo-se treinamentos, viagens, jogos, cumprimento rígido de horários e rotinas) e, é claro, almejam sempre postos mais altos em suas atividades esportivas. Outros aspectos marcantes foram a pressão do tempo, agitação, perfeccionismo, agressividade e um número relevante de reações obsessivas. (Os cinco aspectos mais enfáticos na opinião dos 58 atletas são mostrados no QUADRO 1 - a pontuação máxima possível é de 174 pontos)

QUADRO 1 - Cinco situações mais marcantes apontados como determinantes do comportamento de "stress"

Situações	pts.
Levo a sério minhas obrigações.	156
Tenho muitas ambições.	120
Quando os outros são vagarosos, prefiro eu mesmo fazer o trabalho.	118
Enquanto as tarefas não estiverem cumpridas não consigo relaxar.	111
Aborreço-me quando tenho que esperar em lojas, escritórios, médico, etc.	105

CONCLUSÕES

Tendo em vista os resultados obtidos neste estudo pode-se concluir que:

a) o padrão de comportamento de "stress" dos atletas estudados, atingiu um nível moderado, não diferindo dos níveis encontrados em pessoas de população não-atleta, na mesma faixa etária, sugerindo que este padrão não depende da qualificação, do sexo ou do tipo de atividade que a pessoa desenvolve, no caso dos atletas, do tipo de modalidade por ele praticada;

b) as situações determinantes desse padrão mostram que a responsabilidade e a ambição são fatores preponderantes no caso dos atletas de alto nível;

c) os atletas de alto nível, mesmo aqueles com características de padrão de comportamento Tipo A, em função de sua grande experiência e domínio das habilidades específicas do esporte que praticam, têm a capacidade de lidar com situações provocadoras de "stress" durante uma competição de forma adequada;

d) parece provável que situações decorrentes da competição (tanto direta, quanto indiretamente relacionadas a ela) podem alterar o comportamento do atleta, influenciando seu desempenho. Fatores como a importância da competição e as conseqüências dos resultados devem ser considerados como pontos importantes e que merecem estudos mais detalhados.

ANEXO I Questionário de padrão de comportamento de "stress"

QUESTIONÁRIO DE PADRÃO DE COMPORTAMENTO DE "STRESS"

Assinale o número que melhor corresponde com sua situação de vida, conforme descritas nas afirmativas abaixo. Utilize o seguinte critério de resposta:

0 = NÃO

1 = POUCO

2 = BASTANTE

3 = TOTALMENTE

	CONCORDO			
	0	1	2	3
1. Vivo sob pressão do tempo.	0	1	2	3
2. Comparando-me com outras pessoas no mesmo estado que o meu, levanto-me mais cedo que elas.	0	1	2	3
3. Fico aborrecido (a) quando meu (minha) companheiro (a) me deixa esperando por longo tempo.	0	1	2	3
4. Quando os outros são vagarosos, prefiro fazer eu mesmo o trabalho.	0	1	2	3
5. Levo muito a sério minhas obrigações.	0	1	2	3
6. Algumas tarefas de minha vida me sobrecarregam muito.	0	1	2	3
7. A sobrecarga me deixa nervoso (a).	0	1	2	3
8. Eu tenho muitas ambições.	0	1	2	3
9. Sobrecarrego-me frequentemente.	0	1	2	3
10. Quando alguém está explicando algo e não sabe como prosseguir, interrompo e o ajudo.	0	1	2	3
11. Irrito-me quando as pessoas preguiçosas atrasam o trabalho.	0	1	2	3
12. Aborreço-me quando tenho que esperar em um escritório, médico, correio ou loja.	0	1	2	3
13. Tenho constantemente o sentimento que o tempo voa.	0	1	2	3
14. No trabalho faço coisas com mais precisão que os outros.	0	1	2	3
15. Estou sempre com pressa quando tenho que fazer algo.	0	1	2	3
16. Enquanto todas as tarefas não estiverem cumpridas, não consigo relaxar.	0	1	2	3
17. Ao fazer as mesmas tarefas que os outros produzo mais.	0	1	2	3
18. Fico sempre tenso quando tenho muitas coisas para fazer.	0	1	2	3
19. Sempre faço questão de realizar minhas obrigações o mais depressa possível.	0	1	2	3
20. Mesmo nas horas de lazer e férias penso nas tarefas que ainda tenho a cumprir.	0	1	2	3

ABSTRACT

BEHAVIOR PATTERNS OF STRESS IN HIGH LEVEL ATHLETES

Stress is one of the psychological aspects that has a direct influence on athlete's behavior. There are different reactions to the stressing situations and such reactions can depend on the stress behavior pattern of each individual. The purpose of this study was to determine the level of stress behavior pattern in top level athletes and find out which were the most important situations for the definition of such pattern. The sample was composed by 58 Brazilian National Team's athletes (36 men and 22 women) in three different sports: basketball, judo (male and female) and handball (male). Results showed that both men and women had a moderate level of stress behavior pattern (26.70 and 31.58, respectively), just the same result found in non-athletes samples. There were no differences between sexes and among different sports. The situations pointed as most important to the definition of behavior pattern were those related to responsibility, ambition and time pressure.

UNITERMS: Sport psychology; Stress; Competition; Basketball; Handball; Judo.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BRENGELMANN, J.C.; MICH, G. Stress, lebenserfolg und personlichelt. In: BRENGELMANN, J.C.; BUHRINGER, G. *Therapieforschung fur die Praxis*. Munchen, Rottger Verlag, 1982. v.3.
- CALLEJA, C.C.; De ROSE JUNIOR, D.; VASCONCELLOS, E.G. Comparação de traços de comportamento e dos níveis de stress e ansiedade-estado entre judocas de alto nível e árbitros internacionais. In: BIENAL DE CIÊNCIAS DO ESPORTE, 2., São Paulo, 1991. *Anais*. São Paulo, CELAFISCS, 1991. p.25.
- De ROSE JUNIOR, D. *Stress pré-competitivo no esporte infanto-juvenil: elaboração e validação de um instrumento*. São Paulo, 1996. 110p. Tese (Doutorado) - Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo.

- De ROSE JUNIOR, D.; SIMÕES, A.C.; VASCONCELLOS, E.G. Situações de jogo causadoras de stress no handebol de alto nível. *Revista Paulista de Educação Física*, v.8, n.1, p.30-7, 1994.
- De ROSE JUNIOR, D.; VASCONCELLOS, E.G. Competitive trait-anxiety and stress behavior patterns in women basketball players. In: OLYMPIC SCIENTIFIC CONGRESS, Benalmadena, 1992. *Apuntes*. Benalmadena, UNISPORT, 1992. v.2, p.5
- _____. Situações específicas de stress no basquetebol. *Revista Paulista de Educação Física*, v.7, n.2, p.25-34, 1993.
- De ROSE JUNIOR, D.; VASCONCELLOS, E.G.; SIMÕES, A.C. Percepção subjetiva dos níveis de stress e desempenho em atletas da seleção brasileira de handebol. In: CONGRESSO MUNDIAL DE PSICOLOGIA DO ESPORTE, 8., Lisboa, 1993. *Actas*. Lisboa, Int. Society of Sport Psychology, 1993. p.289-92.
- EYSENCK, H.J. Stress, disease and personality: the inoculation effect. In: COOPER, C.L., ed. *Stress research*. New York, J. Wiley, 1983. p.121-46.
- FERNANDES, A.C.; MONTEIRO, L.; ARAÚJO, V. O que se entende por alta competição? *Revista Treino Desportivo*, n.20, p.13-21, 1991.
- FIEDMAN, M.; ROSENMAN, R.H. *Type A behavior and your heart*. New York, Knopf, 1974.
- HARDY, C.J.; McMURRAY, R.G.; ROBERTS, S. A/B types and psychophysiology responses to exercise stress. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, v.11, p.141-51, 1989.
- IVANCEVICH, J.M.; MATTESON, M.T. Type A behaviour and the healthy individual. *British Journal of Medical Psychology*, v.61, p.37-56, 1988.
- JONES, J.G.; HARDY, L. *Stress and performance in sport*. Chichester, J.Wiley, 1990. p.3-16.
- KRANTZ, D.S.; RALZEN, S.E. Environmental stress, reactivity and ischaemic heart disease. *British Journal of Medical Psychology*, v.61, p.3-16, 1988.
- LAZARUS, R.; FOLKMAN, S. *Stress, appraisal and coping*. New, York, Springer, 1984.
- LAZARUS, R.; LAUNIER, R. Stress related transactions between person and environment. In: PERVIN, L.; LEWIS, M., eds. *Perspectives in interactional psychology*. New York, Plenum, 1978.
- MADDEN, C.C.; SUMMERS, J.J.; BROWNS, D.F. The influence of perceived stress on coping with competitive basketball. *International Journal of Sport Psychology*, v.21, p.21-35, 1990.
- MARTENS, R.; VEALLEY, R.S.; BURTON, D. *Competitive anxiety in sport*. Champaign, Human Kinetics, 1990.
- MILLER, T.W.; VAUGH, M.P.; MILLER, J. Clinical issues and treatment strategies in stress-oriented athletes. *Sports Medicine*, v.9, n.6, p.370-9, 1990.
- PÉREZ-RAMOS, J. Stress no ambiente organizacional: conceitos e tendências. *Boletim de Psicologia*, v.42, n.96/97, p.89-90, 1992.
- VASCONCELLOS, E.G. O modelo psiconeuroendocrinológico de stress. In: SEGER, L. *Psicologia e odontologia: uma abordagem integradora*. São Paulo, Livraria Santos, 1992. p.25-47.
- _____. *Stress, coping und soziale kompetenz bei kardiovaskularen erkrankungen - eine empirische untersuchung mit herz und kreislaufkranken*. Muschen, 1984. 337p. Tese (Doutorado) - Aus dem max Palank - Institut for Psychiatrie, Universitasion Muschen.
- VASCONCELLOS, E.G.; De ROSE JUNIOR, D.; ALMEIDA, A.A.; PEREIRA, D.W.; LEISER, J.L.; MORIKOSHI, S.; RUIZ, W.A. Comparação do padrão de comportamento tipo "A" entre atletas. SIMPÓSIO DE PSICOLOGIA DO ESPORTE, 1., São Paulo, 1992. *Anais*. São Paulo, Escola Educação Física da Universidade de São Paulo, 1992. p.58.
- VASCONCELLOS, E.G.; De ROSE JUNIOR, D.; BARRICA, A.M.; RAMIREZ GARCIA, L.B.; OLIVEIRA, S.T.; MATOS, T.C.S.; VASCONCELLOS, B.L.C. O stress pré competitivo em atletas de aeróbica. In: CONGRESSO INTERNO DO INSTITUTO DE PSICOLOGIA, 3., São Paulo, 1995. *Resumos*. São Paulo, Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo, 1995. p.123.

Recebido para publicação em: 20 set. 1996
 Revisado em: 10 dez. 1996
 Aceito em: 20 dez. 1996

ENDEREÇO : Dante De Rose Junior
 Escola de Educação Física e Esporte- USP
 R. Prof. Mello Moraes, 65
 05508-900 - São Paulo - SP - BRASIL
 Email: danrose@usp.br