

SITUAÇÕES DE JOGO CAUSADORAS DE ESTRESSE EM ATLETAS DE HANDEBOL DURANTE COMPETIÇÃO

MARCOS ANTONIO ARAÚJO BEZERRA, CÍCERO IDELVAN DE MORAIS, SOSTENES SANTOS SILVA, GABRIELA GOMES DE OLIVEIRA BEZERRA

Introdução O estresse é uma resposta fisiológica normal que causa reações ao corpo de formas variadas como, por exemplo, fugir ou congelar que são duas respostas das mais importantes, em um modo geral o estresse não é ruim dependendo do nível que se encontra variando muito dependendo da situação e do contexto onde o indivíduo está inserido. Durante toda a trajetória de vida os seres humanos estão sujeitos a situações de estresse, as competições são um bom exemplo disso, atualmente as competições são vistas pelos praticantes de modalidades esportivas como à busca de um alto desempenho, pois se torna o momento de demonstrar as suas habilidades, testar seus limites, sem medir esforços, onde os mais habilidosos são reconhecidos por suas qualidades, onde por muitas vezes vencem e trazem assim uma satisfação pessoal para os praticantes, mas as competições exigem muito mais do que somente a satisfação pessoal, fazendo com que não seja só um fato isolado como o jogo em si, mas de um modo geral causando um estresse positivo ou negativo no todo que está em volta, e que por muitas vezes causando desequilíbrio emocional. Quando levado em conta o estresse para o esporte, ele tem seu papel fundamental para o desempenho do atleta quando ele consegue controlar - lo. O impacto do estresse sobre atletas inclui prejuízos no desempenho e no raciocínio, falta de habilidade para analisar situações complexas e dificuldade para concluir tarefas além dos efeitos individuais, o estresse pode afetar de forma negativa o funcionamento do indivíduo em atividades de grupo, com redução da qualidade de comunicação e tomada de decisões incorretas. O handebol é um esporte de contato físico direto, de força, rápido e de tomada de decisões individuais e coletivas intensas com objetivo de vitória, no entanto para chegar a ela existem situações para os jogos coletivos causadoras de estresse não somente a busca pela vitória, pois como já citado não é apenas um fator isolado mais sim o todo. Fatores como a torcida, o adversário, erros cometidos pelo indivíduo ou pelo companheiro, arbitragem, placar, técnico, condições físicas e local tudo contribuí para o estresse de forma positiva auxiliando na tomada de decisões ou negativa prejudicando o desempenho. Objetivo Mediante a busca pelo entendimento de todos os fatores causadores de estresse para praticantes de handebol o objetivo do presente estudo foi verificar as situações de jogo que causam estresse nos atletas de ambos os sexos praticantes de handebol durante um competição. Metodologia Este trabalho trata-se de uma pesquisa transversal, de natureza descritiva, com abordagem quantitativa que teve como população alvo, praticantes da modalidade esportiva coletiva Handebol. A amostra foi composta com base populacional de jogadores participantes de uma competição de handebol no interior do estado do Ceará, precisamente na cidade de Juazeiro do Norte. Onde participaram da pesquisa 117 jogadores de ambos os sexos, tendo essa amostra um IC 95% selecionados de forma aleatória. Foi utilizado o instrumento denominado "Situações de Stress no Handebol" (SSH), proposto por de Rose Junior, Simões e Vasconcellos (1994). Esse questionário é composto por 16 itens que correspondem a fatos inerentes a uma partida de handebol. Cada item apresenta duas possibilidades de resposta: "sim", quando a situação proporciona estresse ao atleta; e "não", se o fato não estressa o avaliado. As entrevistas aconteceram individualmente, sendo adotados os seguintes critérios de inclusão para participação: ser participantes ativo como jogador da competição e como critério de exclusão praticar a modalidade a menos de um ano. Após informados dos procedimentos, do objetivo do estudo, dos possíveis desconfortos, riscos e benefícios e questões éticas os sujeitos foram orientados a assinarem o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE). A presente pesquisa segue as orientações da resolução Nº 466, de 12 de dezembro de 2012, para pesquisa com seres humanos e foi realizada no município de Juazeiro do Norte. Os dados obtidos foram analisados através da estatística descritiva por distribuição de frequência, através do pacote SPSS na sua versão 23 para exploração completa dos dados (mínimo, máximo, media, desvio-padrão (DP) e percentual) e teste associativo do Teste do Quadrado. Resultados Participaram da pesquisa 117 jogadores(as) sendo 47% do sexo masculino e 53% do sexo feminino, com idade média de $22,9 \pm 4,62$ anos e com $8,94 \pm 4,84$ anos de prática. O estudo apresentou dados estatisticamente significativa através da análise do teste do Qui-Quadrado entre os sexos para as situações de estresse onde o atleta não começar jogando - Q6 ($p < 0,018$), em momentos decisivos de um jogo equilibrado - Q7 ($p < 0,002$) e quando substituído por esta jogando mal - Q9 ($p < 0,015$). Quanto a associação entre as situações causadoras de

<http://sistemas.urca.br/URCA-Eventos/anais>

estresse em relação a posição em que o atleta joga, o estudo revelou que existe associação estatisticamente significativa quando o jogador é substituído por estar jogando mal Q9 ($p < 0,022$) e quando o mesmo erra um arremesso completamente livre Q12 ($p < 0,006$), em ambos os casos os dados da posição de ponta direita se destacam, 76,5% e 94,1% respectivamente. Observa-se ainda que o fator torcida teve a menor representatividade como causadora de estresse sendo afirmado que tal situação gera estresse em 34,2% dos casos, enquanto fatores relacionados a arbitragem do jogo atingiram uma maior representatividade atingido 88% dos casos de situações causadoras de estresse. Conclusão As situações de estresse são comuns para os jogadores, onde concluímos que de um modo geral todas as situações propostas pelo questionário como erros, exclusões, as condições físicas, placar adverso, perturbações externas, arbitragem e as situações do jogo em si são causadora de estresse para essa população analisada. Desta forma como foi proposto pelo questionário aplicado, conclui-se que todas as situações proposta são causadoras de estresse para a população analisada e de certa forma todos os fatores acabam influenciando para o nível de estresse que o atleta ira se encontrar, sendo assim os com resultados obtidos é perceptível que o estresse faz parte do cotidiano dos praticantes da modalidade que de certa forma sendo uma resposta fisiologia importantíssima para o esporte ajudando no desempenho dos praticantes quando se encontra em um nível saudável, contudo é necessário que existam mais estudos sobre a temática já que para o esporte, o estresse é um fator a ser considerado.

PALAVRAS-CHAVE: ESPORTE. HANDEBOL. ESTRESSE.

ÀREA TEMÁTICA: EDUCAÇÃO FÍSICA

FORMA DE APRESENTAÇÃO: PÔSTER