

A INFLUÊNCIA DA EXPERIÊNCIA, DA MODALIDADE E DO SEXO NOS NÍVEIS DE ANSIEDADE DE CARATECAS DE ALTO RENDIMENTO

Leonardo de Souza Cardoso¹ Guilherme Henrique Cordeiro Xavier² Bruna Maria Genuíno Sousa³ Vivian de Oliveira⁴ Ivan Wallan Tertuliano⁵

Resumo: O objetivo do presente estudo foi investigar os níveis de ansiedade de caratecas de alto rendimento e avaliar a influência da experiência competitiva, da modalidade que competem e do sexo nos níveis de ansiedade antes de iniciarem uma competição de nível nacional. Participaram do estudo 49 caratecas de ambos os sexos, com idade entre 18 e 50 anos ($25,40 \text{ anos} \pm 7,17$). Os atletas foram distribuídos em diferentes grupos, de acordo com a variável investigada: experiência competitiva (anos de prática competitiva), modalidade que competiu no campeonato e sexo. Utilizou-se o *Competitive State Anxiety Inventory – 2r* (CSAI-2r), respondido antes da estreia dos atletas na competição. Os resultados demonstraram que o sexo foi a única variável que influenciou os resultados ($p < 0,05$), tendo os homens apresentado, estatisticamente, mais autoconfiança e menos ansiedade cognitiva, comparados às mulheres. Além disso, os homens apresentaram escores elevados para autoconfiança em relação as subescalas de ansiedade (somática e cognitiva) ($p < 0,05$), entretanto as mulheres não apresentaram diferenças entre as subescalas ($p > 0,05$). Para as demais variáveis (experiência e modalidade), os resultados não demonstraram diferenças entre os grupos ($p > 0,05$). Referente a experiência, o grupo com menos experiência não apresentou diferenças entre as subescalas ($p > 0,05$), enquanto que os outros grupos apresentaram escores elevados para autoconfiança em relação as subescalas de ansiedade (somática e cognitiva) ($p < 0,05$). Tratando-se da modalidade, os dois grupos apresentaram escores elevados para autoconfiança em relação as subescalas de ansiedade (somática e cognitiva) ($p < 0,05$). Com base nesses achados, pode-se concluir que o sexo foi a única variável que influenciou os níveis de ansiedade antes dos atletas iniciarem a competição, mas devido ao baixo número de participantes, não é possível a generalização dos resultados para além da amostra investigada.

Palavras-chave: ansiedade; karatê; ansiedade pré-competitiva; psicologia do esporte

Afiliação

¹ Centro Universitário Adventista de São Paulo, São Paulo, Brasil; ² Centro Universitário Adventista de São Paulo, São Paulo, Brasil; ³ Centro Universitário Adventista de São Paulo, São Paulo, Brasil; ⁴ Centro Universitário IESB, Brasília/DF, Brasil; ⁵ Universidade Anhembí Morumbi, São Paulo, Brasil

THE INFLUENCE OF EXPERIENCE, MODALITY AND SEX ON ANXIETY LEVELS IN HIGH-PERFORMANCE KARATEKA'S

Abstract: The objective of this study was to investigate the anxiety levels of high-performance athletes and to assess the influence of competitive experience, of the modality that corresponds to gender, on anxiety levels before starting a competition at the national level. The study included 49 karateka of both sexes, aged between 18 and 50 years ($25.40 \text{ years} \pm 7.17$). The athletes were divided into different groups, according to the investigated variable: competitive experience (years of competitive practice), modality that competed in the championship and gender. The Competitive State Anxiety Inventory – 2r (CSAI-2r) was used, answered before the athletes' debut in the competition. **The results show that gender was the only variable that influenced the results ($p < 0.05$), with men statistically showing more self-confidence and less cognitive anxiety, compared to women. Furthermore, men presented high scores for self-confidence in relation to the anxiety subscales (somatic and cognitive) ($p < 0.05$), however women showed no differences between the subscales ($p > 0.05$). For the other variables (experience and modality), the results showed no differences between the groups ($p > 0.05$). Regarding experience, the group with less experience showed no differences between the subscales ($p > 0.05$), while the other groups showed high scores for self-confidence in relation to the anxiety subscales (somatic and cognitive) ($p < 0.05$). Regarding the modality, both groups presented high scores for self-confidence in relation to the anxiety subscales (somatic and cognitive) ($p < 0.05$).** Based on these findings, it can be concluded that gender was the only variable that influenced anxiety levels before athletes started the competition, but due to the low number of participants, it is not possible to generalize the results beyond the sample investigated..

Key words: anxiety; karate; pre-competitive anxiety; sport psychology

Introdução

O ambiente competitivo proporciona ao atleta diversos tipos de reações emocionais, sendo uma delas a ansiedade¹. Ansiedade pode ser compreendida como um estado emocional negativo, que gera preocupação e apreensão as situações futuras². Somado a isso, a literatura aponta que a ansiedade pode ser, também, compreendida como uma resposta emocional de aversão ao estresse, pois resulta de uma avaliação do contexto, caracterizada por sentimentos de incapacidade para o alcance de objetivos³. A ansiedade pode ser dividida em dois componentes⁴, sendo um relacionado aos pensamentos (ansiedade cognitiva), e outro relacionado à ativação física percebida (ansiedade somática).

A ansiedade, também pode ser entendida como ansiedade-traço e ansiedade-estado⁵⁻⁷. Ansiedade-traço é definida como as diferenças individuais relativamente estáveis, que levam à percepção de situações ameaçadoras de acordo com as experiências pessoais adquiridas⁸. Em contrapartida, a ansiedade-estado é compreendida como sinais momentâneos referentes a percepções de situações ameaçadoras⁹.

Independentemente das definições supracitadas, a influência da ansiedade no rendimento esportivo é uma temática citada como relevante por técnicos, atletas e pesquisadores^{6,10-13}. Assim, psicólogos esportivos, e pesquisadores, têm buscado identificar, dentro da temática, níveis adequados de ansiedade que os atletas devem apresentar, antes e durante a competição^{1,7,11,13-18}, visando traçar níveis adequados para um melhor rendimento esportivo, o que justifica o presente estudo.

Para alcançar esses objetivos, alguns instrumentos foram desenvolvidos no contexto esportivo. Dentre esses instrumentos, pode-se citar o CSAI (*Competitive State Anxiety Inventory*)¹⁹, construído com o objetivo de avaliar a ansiedade-estado de atletas. Esse instrumento passou por uma revisão de conteúdo e constructo²⁰, dando origem a sua segunda versão, o CSAI-2 (*Competitive State Anxiety Inventory-2*). O CSAI-2 avalia a ansiedade-estado pré-competitiva por meio de três subescalas: ansiedade cognitiva, ansiedade somática e autoconfiança, e três dimensões: intensidade, frequência e direção.

Dessa maneira, o instrumento assume que a ansiedade é um fator multidimensional e que sofre influência de diferentes variáveis, como intensidade dos sintomas, frequência de surgimento dos sintomas e direção dos sintomas (positivo ou negativo)^{21,22}, bem como sofre influência da autoconfiança²⁰. No que tange a autoconfiança, Martens et al.²⁰ assumem que níveis elevados de autoconfiança conduzem a níveis baixos de ansiedade somática e cognitiva.

O CSAI-2 é composto por 27 questões com respostas do tipo Likert. O CSAI-2, anos

depois, foi revisado e, após a análise de constructo, foi proposta a versão reduzida do instrumento, o CSAI-2r (*Competitive State Anxiety Inventory – 2r*, versão reduzida)²³, contendo 17 questões. No Brasil, o CSAI-2 foi traduzido, apresentando bons resultados de evidência de validade²⁴. A versão reduzida (CSAI-2r) também passou por tradução, apresentando bons resultados de evidências de validade psicométrica²⁵ para sua versão reduzida com 17 itens, bem como para versão com 16 itens²⁶.

O estudo de Fernandes et al.²⁶ foi conduzido, pois a versão reduzida com 17 itens apresentou uma lacuna. A validação proposta por Fernandes et al.²⁵ conduziu análises somente para dimensão intensidade. Assim, Fernandes et al.²⁶ traduziu e validou o CSAI-2R para todas as dimensões: intensidade, direção e frequência, com 16 itens, mas com as mesmas qualidades psicométricas da versão original de 17 itens²³.

Avaliando os níveis de ansiedade com o uso do CSAI-2 e de suas versões reduzidas (com 17 e 16 itens), alguns estudos foram realizados^{1,7,11,13,14,16,17,25-32}, demonstrando bons resultados de validade e fidedignidade para os três instrumentos. Esses resultados acerca do instrumento são de grande valia, pois demonstram que o instrumento é robusto e coerente para avaliar o traço latente que é objeto do instrumento (ansiedade pré-competitiva). Enquanto esportes investigados, a maior parte dos estudos foram realizados com esportes individuais^{7,16,24,25,28,33}, ou esportes coletivos variados^{1,13-15,17,29-31,34}, mas nenhum com atletas de Karatê, o que justifica o presente estudo.

O Karatê pode ser definido como um esporte individual³⁵, o qual é disputado em duas categorias (modalidades), o Kata e o Kumite. No Kata, o atleta, sozinho, apresenta uma série de movimentos pré-estabelecidos, com ações de defesa e ataque, os quais são julgados pelos árbitros da competição. No Kumite, o atleta enfrenta um concorrente, lutando contra ele, buscando marcar a maior quantidade de pontos, os quais são conquistados acertando golpes no adversário³⁶.

Utilizando-se outro instrumento, a escala de ansiedade pré-competitiva Beck et al.³⁷ investigaram o níveis de ansiedade de 30 praticantes de Karatê com idade acima de 15 anos. Os resultados demonstraram que os níveis de autoconfiança foram mais elevados que os níveis de ansiedade. Os autores concluíram que a autoconfiança serve para controlar os níveis de ansiedade de Caratecas. Todavia, vale lembrar que o a literatura cita que os níveis de ansiedade podem ter influência da modalidade praticada^{6,11,38}, e pautar-se nos resultados de apenas um estudo para discutir Caratecas não é adequando, demonstrando a necessidade de mais estudos com essa população para aumentar o poder de generalização dos achados.

Tratando-se da influência do sexo dos atletas nos níveis de ansiedade, existe uma inconsistência nos resultados, pois alguns estudos demonstraram diferenças entre homens e mulheres^{29,39}, sugerindo que as mulheres apresentam níveis mais elevados de ansiedade (somática e cognitiva), enquanto que outros estudos não apresentam tais diferenças^{7,37,40,41}, demonstrando a necessidade de mais estudos sobre a influência do sexo nos níveis de ansiedade.

Enquanto níveis de ansiedade, alguns estudos sugerem que a experiência competitiva dos atletas é um fator que podem influenciar os níveis de ansiedade^{1,6,7,42-45}, o que justifica, novamente, o presente estudo. Assim, o objetivo do presente estudo foi investigar os níveis de ansiedade de Caratecas de alto rendimento e avaliar a influência da experiência competitiva, da modalidade que competem e do sexo dos atletas nos níveis de ansiedade antes de iniciarem uma competição de nível nacional.

Materiais e Métodos

Participantes

Participaram do estudo, de maneira voluntária, 49 atletas da elite do Karatê brasileiro (17 mulheres e 32 homens), praticantes de diferentes modalidades: Kata e/ou Kumite. Todos os participantes eram atletas de diferentes seleções estaduais, com idade entre 18 e 50 anos ($25,40 \pm 7,17$), integrantes das categorias principais e afiliados a Confederação Brasileira de Karatê interestilos. Os atletas participaram do 2º Campeonato Nacional de Karatê Unificado do ano de 2019, que ocorreu na cidade de São Paulo, e tendo preenchido e assinado o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) antes de participarem da pesquisa.

Para atender aos objetivos do estudo, os atletas foram distribuídos em diferentes grupos, de acordo com a variável investigada: experiência competitiva (anos de prática competitiva), modalidade que competiu no campeonato e sexo. Assim, tratando-se da divisão por experiência competitiva, formou-se três grupos amostrais: Grupo de atletas com experiência de até 10 anos de competição ($6,6 \text{ anos} \pm 3,00$), com 20 atletas (8 mulheres e 12 homens), com média de idade de $21,65 \text{ anos} \pm 4,77$; Grupo de atletas com experiência entre 11 e 19 anos de competição ($15,3 \text{ anos} \pm 2,75$), com 20 atletas (7 mulheres e 13 homens), com média de idade de $25,95 \text{ anos} \pm 6,33$; Grupo de atletas com experiência entre 20 e 30 anos de competição ($23,5 \text{ anos} \pm 3,83$), com 9 atletas (2 mulheres e 7 homens), com média de idade de $32,65 \text{ anos} \pm 7,52$.

Na divisão que se refere as modalidades que competiram, separou-se os atletas em 2 grupos: Atletas praticantes de uma modalidade (Kata ou Kumite), com 29 participantes (6 mulheres e 23 homens), com média de idade de $25,89 \text{ anos} \pm 7,58$; Atletas praticantes das duas

modalidades (Kata e Kumite), com 20 atletas (11 mulheres e 9 homens), com média de idade de 24,7 anos $\pm$ 6,45. Por fim, na divisão por sexo, formou-se 2 grupos amostrais: Atletas do sexo masculino com 32 atletas, com média de idade de 26,31 anos $\pm$ 7,80; Atletas do sexo feminino, com 17 atletas, com média de idade de 23,70 anos $\pm$ 5,37.

Instrumentos

Os instrumentos utilizados foram: 1) Questionário de Caracterização Sociodemográfico e 2) *Competitive State Anxiety Inventory – 2r* (CSAI-2r)²³, validado para o Brasil com 16 itens²⁶. O Questionário de Caracterização Sociodemográfico foi utilizado na presente pesquisa por conter perguntas de nível pessoal auxiliando na divisão dos atletas por grupo amostral.

O CSAI-2r, versão com 16 itens²⁶, avalia três subescalas: ansiedade cognitiva (itens 1, 4, 6, 8, 12), ansiedade somática (itens 2, 5, 9, 11, 13 e 15) e autoconfiança (itens 3, 7, 10, 14 e 16). Essas escalas podem ser avaliadas sob a ótica de três dimensões: intensidade, frequência e direção. No presente estudo a dimensão intensidade foi utilizada, assim como em outros estudos^{7,11,13,18,25}. Na dimensão intensidade os itens são respondidos em uma escala Likert de 4 pontos variando de 1 (nada) a 4 (muito). Para obtenção do escore das subescalas, deve-se somar as respostas de cada subescala e dividir o total pelo número de itens da subescala.

Procedimentos

Esta pesquisa seguiu os princípios legais de uma pesquisa com seres humanos. Portanto, respeitou todas as fases firmadas pela comunidade científica, ressaltando também o cumprimento dos padrões éticos de pesquisas do Conselho Nacional de Saúde (CNS), constituído pela resolução 466/12. Sendo assim, primeiramente, a pesquisa foi apresentada ao Comitê de Ética e Pesquisa (CEP), do Hospital e Centro de Reabilitação da AACD, a qual foi aprovada pelo mesmo comitê, sob o número de parecer: 1.541.273 Assim, após a devida autorização, pode-se iniciar as demais etapas da pesquisa.

Dessa forma, foi realizado o contato com os responsáveis das federações estaduais, a fim de explanar o objetivo da pesquisa e solicitar autorização para realização da pesquisa com a participação dos atletas. Após a autorização das federações, foi realizado o contato com os atletas informando o propósito da pesquisa. A etapa seguinte prosseguiu com os atletas que aceitaram participar da pesquisa. Nessa etapa, os atletas assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE), garantindo-se, dessa forma, o anonimato dos participantes.

Por último, os atletas responderam aos questionários, os quais foram respondidos entre

duas horas e uma hora antes do início de sua estreia no campeonato. Cabe tecer que os técnicos não permitiram a aplicação do CSAI-2r no decorrer da competição (avaliar a variabilidade dos níveis de ansiedade), pois consideraram que atrapalharia a concentração dos atletas durante a competição.

Para garantir a confiabilidade das informações, alguns cuidados foram adotados, como o preenchimento dos questionários, pelos atletas, de forma individual, sempre na presença de um dos pesquisadores, com o intuito de preservar as informações, ou seja, para que os atletas não compartilhassem, entre eles, as informações. Os atletas levaram, em média, 15 minutos para preencher os questionários. Após todos atletas responderem os questionários, as informações foram transcritas para uma planilha eletrônica (Excel, versão 2016) e, posteriormente, para o *IBM SPSS Statistics*, versão 22.

Análise estatística

Inicialmente, fez-se a verificação da assimetria da distribuição dos dados, por meio dos coeficientes de assimetria e curtose, nos quais foram considerados valores entre -1 e +1. Analisou-se, também, a normalidade e a homogeneidade de variância com o uso dos testes Shapiro-Wilk (S-W) e Levene, respectivamente. Assumiu-se o valor de $p \leq 0,05$ para níveis de significância.

Como os dados não apresentaram valores aceitáveis de assimetria e curtose, assumiu-se que houve a violação do pressuposto de normalidade⁴⁶. Além disso, o teste S-W não demonstrou normalidade e o teste de Levene demonstrou que não houve homogeneidade de variância. Em função disso, análises não paramétricas foram assumidas, além do uso da mediana e quartis (Q1 e Q3).

Com o intuito de avaliar a confiabilidade das subescalas do instrumento, ou seja, avaliar a consistência interna das subescalas do questionário, utilizou-se do alfa de Cronbach (α de Cronbach), assumindo valores entre 0,7 e 0,8 como aceitáveis para o α ⁴⁷, para cada subescala de forma isolada. Para avaliação da fidedignidade teste-reteste, foi utilizado o coeficiente de correlação intraclass entre os itens e subescalas do instrumento. Os valores de correlação foram avaliados conforme proposto por Hopkins⁴⁸, em que $<0,10$ (trivial), 0,10 a 0,30 (baixa), 0,31 a 0,50 (moderada), 0,51 a 0,70 (alta), 0,71 a 0,90 (muito alta), 0,91 a 0,99 (quase perfeita) e 1 (perfeita).

Após essas etapas de análises, iniciou-se as análises acerca dos objetivos do estudo. Para análise entre grupos, em relação à experiência competitiva, utilizou-se o teste Kruskal Wallis

(K-W). Para as análises entre grupos, no que se refere a modalidade competitiva e o sexo dos atletas, utilizou-se do teste U de Mann-Whitney.

Por fim, para analisar as diferenças entre as subescalas, para as análises intragrupo, utilizou-se do teste de Friedman, com o uso do Wilcoxon como *post hoc*. Como controle do erro tipo 1, foi utilizado o procedimento sequencial Holm de Bonferroni⁴⁹.

Resultados

As análises de confiabilidade das escalas com o alpha de Cronbach revelaram bons índices de confiabilidade ($\alpha > 0,70$), ou seja, o índice de consistência interna geral do instrumento foi satisfatório. Calculou-se, também, a confiabilidade de cada subescala isoladamente. De acordo com a tabela 1, as subescalas apresentam índices de confiabilidade aceitáveis, variando de $\alpha = 0,784$ a $\alpha = 0,911$ e correlação item-subescala variando entre 0,445 e 0,791, indicando correlação moderada e alta entre os itens e a subescala a qual ele pertence.

Tabela 1 – Consistência interna das subescalas do CSAI-2R e correlação item-subescala (n=49).

Subescala	Item número	α	Correlação Item-Subescala
Ansiedade Cognitiva	1, 4, 6, 8 e 12	0,784	0,445/0,626/0,569/0,698/0,578
Ansiedade Somática	2, 5, 9, 11, 13 e 15	0,823	0,640/0,631/0,611/0,594/0,499/0,565
Autoconfiança	3, 7, 10, 14 e 16	0,911	0,781/0,787/0,791/0,737/0,773

Fonte: os autores.

Referente a influência da experiência competitiva, pode-se observar, na tabela 2, que os grupos apresentaram valores similares para todas as subescalas. Tais informações foram confirmadas pelo teste de Kruskal Wallis, o qual não demonstrou diferença significativa entre os grupos para nenhuma subescala ($p > 0,05$).

Nas análises intragrupo, o teste de Friedman demonstrou diferença significativa entre a subescala autoconfiança e as subescalas de ansiedade (somática e cognitiva) somente para dois grupos: atletas com experiência entre 11 e 19 anos; atletas com experiência acima de 20 anos ($p > 0,05$). Concernente à diferença, o *post hoc* de Wilcoxon demonstrou que, para os dois grupos, a diferença foi entre a subescala autoconfiança e as subescalas de ansiedade – somática e cognitiva ($p < 0,025$, valor de p ajustado de acordo com a correção de Bonferroni para o *post hoc*), com valores superiores para autoconfiança.

Tabela 2 – Análise entre grupos e intragrupo – influência da experiência.

	Até 10 anos de experiência (n=20) Md (Q1; Q3)	Entre 11 e 19 anos de experiência (n=20) Md (Q1; Q3)	Acima de 20 anos de experiência (n=9) Md (Q1; Q3)	x ²	p
Autoconfiança	2,90 (2,20; 3,55)	2,90 (2,20; 3,50)	2,90 (2,40; 3,35)	0,207	0,902
Ansiedade somática	1,75 (1,37; 2,45)	1,83 (1,41; 2,17)	1,58 (1,33; 3,00)	0,562	0,755
Ansiedade cognitiva	1,90 (1,60; 3,10)	1,60 (1,40; 2,35)	2,20 (1,75; 2,80)	1,397	0,497
x ²	4,132	16,179	14,889		
p	0,127	0,001*	0,001*		

Fonte: os autores. * diferença significativa.

Tratando-se da influência da modalidade que o atleta competiu, pode-se observar, na tabela 3, que o grupo que competiu duas modalidades apresentou escores elevados para duas subescalas: autoconfiança e ansiedade somática. Tais informações não foram confirmadas pelo teste U de Mann-Whitney, pois o mesmo não demonstrou diferença significativa entre os grupos para nenhuma subescala ($p > 0,05$).

Nas análises intragrupo, o teste de Friedman demonstrou diferença significativa entre as subescalas para os dois grupos ($p > 0,05$). Referente a diferença, o *post hoc* de Wilcoxon demonstrou que para os dois grupos a diferença foi entre a autoconfiança e as subescalas: ansiedade somática e ansiedade cognitiva ($p < 0,025$, valor de *p* ajustado de acordo com a correção de Bonferroni para o *post hoc*), com valores superiores para autoconfiança.

Tabela 3 – Análise entre grupos e intragrupo – influência da modalidade.

	Atletas de uma modalidade (n=29) Md (Q1; Q3)	Atletas de duas modalidades (n=20) Md (Q1; Q3)	Z	p
Autoconfiança	2,90 (2,25; 3,50)	3,00 (2,20; 3,50)	-0,164	0,870
Ansiedade somática	1,58 (1,33; 2,33)	1,83 (1,41; 2,17)	-0,490	0,624

Ansiedade cognitiva	2,00 (1,60; 2,20)	1,80 (1,50; 2,70)	-0,410	0,682
χ^2	19,247	12,761		
<i>p</i>	0,001*	0,002*		

Fonte: os autores. * diferença significativa.

Falando-se da influência do sexo, pode-se observar, na tabela 4, que os atletas do sexo masculino, quando comparados com as atletas, apresentaram escores mais elevados de autoconfiança e escores menores de ansiedade (somática e cognitiva). Tais informações foram parcialmente confirmadas pelo teste U de Mann-Whitney, pois o mesmo demonstrou diferença significativa entre os grupos em duas subescalas: autoconfiança ($p < 0,05$) e ansiedade cognitiva ($p < 0,05$), com os homens apresentando valores elevados de autoconfiança e as mulheres valores elevados de ansiedade cognitiva.

Nas análises intragrupo, o teste de Friedman demonstrou diferença significativa entre as subescalas apenas para o grupo masculino ($p > 0,05$). Concernente a localização, o teste de Wilcoxon demonstrou diferença significativa entre a subescala autoconfiança e as demais subescalas – ansiedade somática e ansiedade cognitiva ($p < 0,025$, valor de *p* ajustado de acordo com a correção de Bonferroni para o *post hoc*), com valores elevados para autoconfiança.

Tabela 4 – Análise entre grupos e intragrupo – influência do sexo.

	Grupo masculino (n=32) Md (Q1; Q3)	Grupo feminino (n=17) Md (Q1; Q3)	Z	p
Autoconfiança	3,20 (2,65; 3,60)	2,60 (2,20; 3,00)	-2,620	0,009*
Ansiedade somática	1,67 (1,33; 2,00)	2,17 (1,41; 3,00)	-1,645	0,100
Ansiedade cognitiva	1,60 (1,40; 2,15)	2,20 (1,80; 3,00)	-2,816	0,005*
χ^2	36,048	3,406		
<i>p</i>	0,001*	0,182		

Fonte: os autores. * diferença significativa.

Discussão

O presente estudo teve como objetivo investigar os níveis de ansiedade de caratecas de alto rendimento e avaliar a influência da experiência competitiva, da modalidade que competem e do sexo dos atletas nos níveis de ansiedade antes de iniciarem uma competição de nível nacional. Os achados, tratando-se da influência da experiência competitiva, demonstraram que

não houve diferenças significantes entre os grupos, ou seja, os resultados sugerem que a experiência não influenciou os escores de nenhuma subescala, diferindo dos resultados de outros estudos^{29,30,40,44,50}. De acordo com a literatura^{1,6,7,18,44,51}, era esperado que atletas mais experientes apresentassem valores superiores de autoconfiança, por interpretarem os sinais de ansiedade como facilitadores, o que auxilia na elevação da autoconfiança, o que não ocorreu no presente estudo.

Entretanto, com base na análise intragrupo, os atletas menos experientes (G1: até 10 anos de experiência) não apresentaram diferenças entre as subescalas, mas os grupos de atletas mais experientes (G2: entre 11 e 19 anos; G3: acima de 20 anos) apresentaram escores mais elevados para autoconfiança, quando comparados com os escores de ansiedade somática e cognitiva, corroborando os apontamentos supracitados. Esses resultados sugerem que a experiência pode ser um indicativo de melhoria do controle da ansiedade^{7,52}. Todavia, cabe citar que essa relação não ocorreu, haja vista a variável experiência não ter apresentado diferença entre os grupos, ou seja, o grupo de atletas mais experientes não apresentou valores de autoconfiança superiores aos grupos menos experientes.

A competição avaliada pode ser uma possível hipótese explicativa para experiência não ter influenciado os resultados. Como todos os atletas competiram em outros eventos, pois este evento é a competição nacional mais relevante, e para alcançá-la é necessário passar por outras competições, a experiência de outras competições pode ter sido suficiente para o participante adquirir estratégias de enfrentamento, para que no início deste evento estivesse com elevados níveis de autoconfiança, corroborando os apontamentos da literatura^{1,7,14,15,40,44}. Porém, é oportuno citar que essa explicação deve ser considerada com parcimônia, pois não se avaliou as competições anteriores, demonstrando uma perspectiva futura de investigações.

Sendo o Karatê um esporte individual, é suposto que seus atletas se inclinam para um quadro maior de ansiedade, principalmente quando o atleta necessita disputar duas categorias no mesmo evento. Embora tenha-se uma equipe para realização de treinamentos e demais trabalhos, o fardo de seus resultados são suportados apenas pelo atleta, o que pode deixá-lo com sobrecarga física, cognitiva e psíquica^{43,44}. Essa sobrecarga pode ser potencializada quando o atleta deve apresentar resultados em duas categorias na mesma competição. Entretanto, os resultados do presente estudo não demonstraram diferenças entre os atletas que competiram em apenas uma categoria (Kata ou Kumite), e os atletas que competiram em duas categorias (Kata e Kumite).

No mesmo contexto em que os atletas do presente estudo se encontraram, ou seja,

competir em dois tipos de provas na mesma competição, pode-se citar os achados de Calvo⁵³, nos quais o autor teve o objetivo de investigar os níveis de ansiedade pré-competitiva em atletas, e relacionar os resultados de ansiedade com a expectativa acerca dos resultados. Participaram do estudo 59 atletas de ambos os sexos, com média de idade de 20 anos, pertencentes a duas modalidades esportivas: natação e atletismo.

Os resultados, referentes à análise comparativa entre atletas que participaram apenas de uma categoria *versus* atletas que competiram em duas ou mais categorias, não demonstraram diferenças entre os grupos, com os dois grupos apresentando níveis elevados de autoconfiança. No presente estudo resultados similares foram encontrados, ou seja, disputar uma modalidade ou duas modalidades não influenciou os resultados, e os dois grupos apresentaram escores elevados de autoconfiança e escores baixos de ansiedade (somática e cognitiva). Como possível explicação, a literatura sugere que atletas de elite (todos atletas investigados são da elite do Karatê nacional) se apresentam melhor preparados para suas disputas, tendo mais recursos e habilidades psicológicas para lidar com o estresse de competições, ou seja, demonstram estratégias que auxiliam no controle dos níveis de ansiedade por meio do aumento da autoconfiança^{29,30,40,44,50}, o que facilita o desempenho do atleta em competições^{18,53,54}.

Uma outra linha explicativa para não ter ocorrido diferenças entre grupos, nos resultados acerca da influência da experiência e da modalidade, pode ser o estilo de liderança do técnico. A literatura aponta que o técnico demonstra influência junto aos atletas e essa influência, quando é percebida pelos atletas como positiva, pode auxiliar na diminuição dos níveis de ansiedade e aumento dos níveis de autoconfiança^{7,55}. Diante disso, Gomes e Machado⁵⁶ argumentam que mesmo havendo inúmeras variáveis influenciadoras dos níveis de ansiedade, ações otimistas e motivacionais assumidas pelos treinadores podem ter efeitos positivos na satisfação do atleta frente às cobranças e exigências de uma competição e, com isso, não elevar os níveis de ansiedade dos atletas.

Essas informações apontam para importância da preparação do técnico frente as estratégias de motivação e *coping* junto aos atletas, objetivando a manutenção de um ambiente favorável à relação entre técnico e atletas^{57,58}. Porém, a influência do técnico não fez parte das variáveis investigadas no presente estudo, apontando uma das limitações do estudo e possibilidade de estudos futuros.

Tratando-se da diferença entre sexo, os resultados obtidos no presente estudo demonstraram que os homens apresentaram escores mais elevados de autoconfiança e as mulheres apresentaram escores mais elevados de ansiedade cognitiva. Esses resultados

corroboram a literatura^{30,39,42,51,59,60}. Uma explicação para os achados do presente estudo pode ter relação com o momento da coleta de dados.

Nascimento Júnior et al.³⁰ citam que, no início da competição, as mulheres tendem a apresentar níveis mais elevados de ansiedade somática e cognitiva. De acordo com os autores, as mulheres, no início da competição, experimentaram, de maneira mais intensa, os sintomas fisiológicos e mentais da ansiedade, o que também é citado por outros autores^{43,60,61}. Isso pode ter relação com a maneira como homens e mulheres interpretam os sinais da competição, como as situações de cobrança^{42,60,62}. Em outras palavras, as mulheres, no esporte, tendem a ser mais cobradas por bons resultados e, além disso, precisam apresentar bons resultados para mostrar sua importância para o esporte, levando-as a apresentar escores mais baixos de autoconfiança e escores elevados de ansiedade cognitiva^{39,42}, como pode-se observar nos resultados do presente estudo.

Por fim, os resultados do presente estudo demonstram que os homens investigados no presente estudo apresentaram um perfil que se assemelha ao postulado pela teoria multidimensional da ansiedade⁶³, o qual é considerado adequado para o rendimento esportivo. A teoria multidimensional da ansiedade aponta que atletas que apresentam elevados níveis de autoconfiança, tendem a apresentar baixos níveis de ansiedade cognitiva e somática. Dessa maneira, observa-se que a autoconfiança atua, nesse caso, como um fator que controla a ansiedade⁶³, o que pode ser relevante para o entendimento de como atuar frente a estratégias de treinamento dos atletas para controle da ansiedade de forma mais assertiva para auxiliar o atleta na preparação de enfrentamento às competições^{6,7,33}.

Em outras palavras, a teoria multidimensional da ansiedade aponta como possível estratégia de enfrentamento da ansiedade pré-competitiva o aumento da autoconfiança dos atletas, ou seja, a autoconfiança atua como inibidor da ansiedade^{7,13-15,30,44}. Além disso, o presente estudo, assim como outros estudos^{39,42,51,59,60}, apontam que as mulheres necessitam mais dessa atenção nas intervenções psicológicas do que os homens, o que pode estar relacionado ao contexto masculinizado do esporte.

Pode-se citar que o presente estudo tem algumas limitações, como: (a) apresentar um número baixo de participantes, o que inviabiliza a generalização dos resultados; (b) o não acompanhamento de diferentes competições; (c) o uso de apenas uma dimensão do CSAI-2r; (d) a não utilização de outras variáveis como a influência do técnico; (e) o não acompanhamento dos atletas durante a competição, para verificar a variabilidade dos níveis de ansiedade e autoconfiança ao longo da competição (os técnicos não permitiram, pois julgaram que

atrapalharia a concentração dos atletas).

Conclusão

Pode-se concluir que os resultados do presente estudo demonstraram que o sexo dos atletas foi a única variável que influenciou os resultados ($p < 0,05$), tendo os homens apresentado escores elevados de autoconfiança e escores baixos de ansiedade cognitiva, comparados às mulheres. Além disso, os homens apresentaram escores superiores para autoconfiança em relação as subescalas de ansiedade (somática e cognitiva) ($p < 0,05$), entretanto as mulheres não apresentaram diferenças entre as subescalas ($p > 0,05$).

No que tange as outras variáveis (experiência competitiva e modalidade que competiu), os resultados não demonstraram diferenças entre os grupos ($p < 0,05$). Referente a experiência competitiva, o grupo com menos experiência não apresentou diferenças entre as subescalas ($p > 0,05$), enquanto que os outros grupos apresentaram escores superiores para autoconfiança em relação as subescalas de ansiedade (somática e cognitiva) ($p < 0,05$). Por fim, tratando-se da modalidade, os dois grupos apresentaram escores superiores para autoconfiança em relação as subescalas de ansiedade (somática e cognitiva) ($p < 0,05$).

Todavia, diante das limitações apresentadas, não é possível a generalização dos resultados para além da amostra investigada. Sendo assim, sugere-se estudos futuros que apresentem objetivos acerca das limitações citadas neste estudo.

Referências

1. Pons J, Viladrich C, Ramis Y, Polman R. The Mediating Role of Coping between Competitive Anxiety and Sport Commitment in Adolescent Athletes. *Span J Psychol.* 2018;21:E7.
2. Weinberg RS, Gould D. Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício. 6th ed. Porto Alegre: ArtMed; 2017.
3. Interdonato GC, Oliveira AR, Luiz Junior CC, Greguol M. Análise da ansiedade de traço competitiva em jovens atletas. *Conexões.* 2010;8(3):1–9.
4. Tenenbaum G, Eklund RC, editors. *Handbook of Sport Psychology.* 3rd ed. Chichester: John Wiley & Sons; 2007.
5. Dosil J. *The Sport Psychologist's Handbook: A Guide for Sport-Specific Performance Enhancement.* 1st ed. Chichester: John Wiley & Sons; 2006.
6. Santos Í, Maciel VM, Oliveira V, Tertuliano IW. Ansiedade pré-competitiva em atletas

de diferentes esportes: um estudo de revisão. *Rev Mundi Saúde e Biológicas*. 2019;4(2):1–26.

7. 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. *Conex Educ Física, Esporte e Saúde*. 2019;17(e019021):1–19.

8. Spielberger CD, Gorsuch RL, Lushene RE. *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory*. Palo Alto: Consulting Psychologists Press; 1970.

9. Spielberger CD. *Anxiety: current trends in theory and research*. 1st ed. New York: Academic Press; 1972.

10. Tertuliano IW, Machado AA. *Psicologia do Esporte no Brasil: conceituação e o estado da arte*. Pensar a Prática. 2019;22(53382):1–9.

11. Santana BA, Souza HS, Sousa BMG, Alvarenga DVA, Garcia RLS, Tertuliano IW. Níveis de ansiedade de atletas no início e no final de um campeonato de basquetebol. *Conex Educ Física, Esporte e Saúde*. 2020;18(e020004):1–18.

12. Ferreira SC, Navarro DN, Araújo ML, Caldas ES, Silva DMB, Navarro AC. Comparison of pre-competitive anxiety between futsal players of sub-16 and sub-19 category. *Res Soc Dev*. 2021;10(7):e5510716189.

13. Santana BA, Dorneles SP, Sousa BMG, Alvarenga DVA, Garcia RLS, Tertuliano IW. Variabilidade dos níveis de ansiedade pré-competitiva ao longo de uma competição: estudo de caso com o basquetebol. *Rev Bras Cienc e Mov*. 2021;29(3):1–16.

14. 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.

15. Bernardt AM, Sehnem SB. Ansiedade Pré-Competitiva e autoconfiança em modalidade de esporte coletivo. *Pesqui em Psicol An eletrônicos*. 2017;37–44.

16. Fortes LS, Costa BDV, Paes PP, Nascimento Júnior JRA, Fiorese L, Ferreira MEC. Influence of Competitive-Anxiety on Heart Rate Variability in Swimmers. *J Sport Sci Med*. 2017;16(4):498–504.

17. Arruda AFS, Aoki MS, Paludo AC, Moreira A. Salivary steroid response and competitive anxiety in elite basketball players: Effect of opponent level. *Physiol Behav*. 2017;177(1):291–6.

18. Fernandes MG, Magalhães ELC, Palma NS, Nunes SAN. Fatores influenciadores da autoconfiança robusta em atletas amadores brasileiros. *Psicol Argumento*. 2021;39(104):261–76.

19. Martens R, Burton D, Rivkin F, Simon J. Reliability and validity of the Competitive State Anxiety Inventory (CSAI). In: Nadeau CH, Halliwell WC, Newell KM, Roberts GC, editors. *Psychology of motor behavior and sport* - 1979. Champaign: Human Kinetics Publishers; 1980. p. 91–9.
20. Martens R, Burton D, Vealey RS, Bump LA, Smith DE. Development and validation of the Competitive State Anxiety Inventory-2. In: Martens R, Vealey RS, Burton D, editors. *Competitive anxiety in sport*. Champaign: Human Kinetics; 1990. p. 117–232.
21. Swain ABJ, Jones G. Intensity and frequency dimensions of competitive state anxiety. *J Sport Sci*. 1993;11(6):533–42.
22. Jones JA, Swain A, Hardy L. Intensity and direction dimensions of competitive state anxiety and relationships with performance. *J Sport Sci*. 1993;11(6):525–32.
23. 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.
24. Coelho EM, Vasconcelos-Raposo J, Mahl AC. Confirmatory factorial analysis of the Brazilian version of the Competitive State Anxiety Inventory-2 (CSAI-2). *Span J Psychol*. 2010;13(1):453–60.
25. Fernandes MG, Vasconcelos-Raposo J, Fernandes HM. Propriedades Psicométricas do CSAI-2 em Atletas Brasileiros. *Psicol Reflexão e Crítica*. 2012;25(4):679–87.
26. 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.
27. Milavić B, Jurko D, Grgantov Z. Relations of competitive state anxiety and efficacy of young volleyball players. *Coll Antropol*. 2013;37(2):83–92.
28. Teixeira KC, Nunes CHSS, Cruz RM. Estudos psicométricos de instrumentos de ansiedade no contexto esportivo: uma revisão sistemática. *Rev Avaliação Psicológica*. 2016;15(3):362–70.
29. Paes MJ, Machado TA, 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 do Esporte*. 2016;6(3):46–56.
30. Roberto J, Junior N, Nascimento Junior JRA, Balbim GM, Vissoci JRN, Moreira CR, et al. Análise das relações entre ansiedade estado e coesão de atletas de handebol. *Rev Psicol Teor e Prática*. 2016;18(2):89–102.
31. Igeski BCBC, Oliveira Junior RC, Skavinki MA, Cavalheiro FS, Ribas MR, Bassan JC.

Variações das dimensões da ansiedade durante competição nacional de Futebol na categoria Sub17. *Rev Bras Futsal e Futebol*. 2018;10(38):341–6.

32. 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.

33. Barreto PM. Perfil de estado de humor, ansiedade-traço e ansiedade-estado em jovens ginastas. [Dissertação de mestrado] Bauru: Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho; 2017.

34. Sonoo CN, Gomes AL, Damasceno ML, Silva SR, Limana MD. Ansiedade e desempenho: um estudo com uma equipe infantil de voleibol feminino. *Motriz*. 2010;16(3):629–37.

35. Gonzalez FJ. Sistema de classificação de esportes com base nos critérios: cooperação, interação com o adversário, ambiente, desempenho comparado e objetivos táticos da ação. *Lect Educ Física y Deportes*. 2004;10(71):1–5.

36. Aires H. As competições de karate-do: perspectivas à formação e educação de crianças e jovens. [Dissertação de mestrado] Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul; 2015.

37. Silva JVS, Camargo GB, Arantes JP, Peruchi LH. Ansiedade pré-competitiva em atletas praticantes de Karatê. *Rev Científica UMC*. 2018;(especial):1–4.

38. Alejo AA, Aidar FJ, Matos DG, Santos MD, Silva DS, Souza RF, et al. Does pre-competitive anxiety interfere in the performance of boxing athletes in brazil? A pilot study. *Rev Bras Med do Esporte*. 2020;26(2):139–42.

39. Machado TA, Paes MJ, Alquiére SM, Osiecki ACV, Lirani LS, Stefanello JMF. Ansiedade estado pré-competitiva em atletas de voleibol infanto-juvenis. *Rev Bras Educ Física e Esporte*. 2016;30(4):1061–7.

40. Vieira LF, Teixeira CL, Vieira JLL, Oliveira Filho A. Autoeficácia e nível de ansiedade em atletas jovens do atletismo paranaense. *Rev Bras Cineantropometria e Desempenho Hum*. 2011;13(3):183–8.

41. Salles WN, Oliveira CC, Barroso MLC, Pacheco RW. Ansiedade pré-competitiva e esporte: estudo com atletas universitários. *Conexões*. 2015;13(3):85–100.

42. Souza MAP, Teixeira RB, Lobato PL. Manifestação da ansiedade pré-competitiva em nadadores amadores. *Rev da Educ Física da UEM*. 2012;23(2):195–203.

43. Interdonato GC, Miarka B, Franchini E. Análise da ansiedade pré-competitiva e

competitiva de jovens judocas. *Rev Artes Marciales Asiáticas*. 2013;8(2):471–9.

44. Fernandes MG, Nunes SAN, Vasconcelos-Raposo J, 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.

45. Santos MH, Miranda DFA, Luis DA, Souza JO, Silva FP, Youssef AL, et al. Analise dos aspectos da ansiedade pré competição em atletas iniciantes de judô. *Am J Sport Training*. 2017;(2001):1–9.

46. Kline RB. Promise and pitfalls of structural equation modeling in gift research. In: Thompson B, Subotnik RF, editors. *Methodologies for conducting research on giftedness*. Washington: American Psychological Association; 2010. p. 147–69.

47. Field A. *Descobrendo a estatística usando o SPSS*. São Paulo: Bookman; 2009.

48. Hopkins WG. A scale of magnitudes for effect statistics [Internet]. Internet Society of Sport Science. *A New View of Statistics*. 2002 [cited 2022 Jan 12]. Available from: <http://www.sportsci.org/resource/stats/index.html>

49. Green SB, Salkind NJ, Akey TM. *Using SPSS for windows: analyzing and understanding data*. 2nd ed. New Jersey: Prentice Hall; 2000.

50. Nogueira FCA. *Crença de auto eficácia e ansiedade em atletas de Voleibol*. [Tese de doutorado] Juiz de Fora: Universidade Federal de Juiz de Fora; 2016.

51. Fernandes MG, Nunes SAN, Vasconcelos-Raposo J, Fernandes HM. Factors influencing competitive anxiety in Brazilian athletes. *Brazilian J Kinanthropometry Hum Perform*. 2013;15(6):705–15.

52. Silva MMF, Vidual MBP, Oliveira RA, Yoshida HM, Borin JP, Fernandes PT. Ansiedade e desempenho de jogadoras de voleibol em partidas realizadas dentro e fora de casa. *Rev da Educ Física da UEM*. 2014;25(4):585–96.

53. Calvo AP. Intensidad y dirección de la ansiedad competitiva y expectativas de resultados en atletas y nadadores. *Rev Psicol del Deportes*. 2007;16(2):137–50.

54. Barbacena MM, Grisi RNF. Nível de ansiedade pré-competitiva em atletas de natação. *Conex Educ Física, Esporte e Saúde*. 2008;6(1):31–9.

55. Vieira LF, Carruzo NM, Aizava PVS, Rigoni PAG. Análise da síndrome de “burnout” e das estratégias de “coping” em atletas brasileiros de vôlei de praia. *Rev Bras Educ Física e Esporte*. 2013;27(2):269–76.

56. Gomes AR, Machado AA. Liderança, coesão e satisfação em equipes de voleibol

portuguesas: Indicações da investigação e implicações práticas. In: Brandão RMF, Machado AA, editors. *O Voleibol e a psicologia do esporte*. São Paulo: Atheneu; 2010. p. 187–218.

57. Mesquita I, Farias C, Oliveira G, Pereira F. A intervenção pedagógica sobre o conteúdo do treinador de futebol. *Rev Bras Educ Física e Esporte*. 2009;23(1):25–38.

58. Ribeiro CC. Qualidade da relação treinador-atleta em contextos desportivos: Relações com fatores de grupo e diferenças em função do sexo. [Dissertação de mestrado] Braga: Universidade do Minho; 2016.

59. Clifton RT, Gill DL. Gender Differences in Self-Confidence on a Feminine-Typed Task. *J Sport Exerc Psychol*. 1994;16(2):150–62.

60. Borrego CC, Cid L, Silva C. Relationship between group cohesion and anxiety in soccer. *J Hum Kinet*. 2012;34(1):119–27.

61. Nicholls AR, Polman R, Levy AR. Coping self-efficacy, pre-competitive anxiety, and subjective performance among athletes. *Eur J Sport Sci*. 2010;10(2):97–102.

62. De Rose Junior D, Vasconcellos EG. Ansiedade-traço competitiva e atletismo: um estudo com atletas infanto-juvenis. *Rev Paul Educ Física*. 1997;11(2):148–54.

63. Martens R, Vealey KS, Burton A. Competitive anxiety in sports. Champaign: Human Kinetics; 1990.