

Ansiedade na modalidade de futsal

Eduardo Cruz
Sandra Estêvão
Sofia Marto
Telma Pires
Túlia Cabrita

Universidade Lusíada de Lisboa

Este trabalho teve como objectivo analisar e comparar a ansiedade na modalidade de futsal, respectivamente em três escalões, infantis, juvenis e juniores. A amostra contemplou 45 atletas do género masculino, sendo 15 infantis com idades compreendidas entre os 10 e os 12 anos, 15 juvenis com idades compreendidas entre os 14 e os 16 anos e 15 juniores com idades compreendidas entre os 16 e os 18 anos. Estes atletas representavam alguns clubes do distrito de Lisboa. Recorreu-se a instrumentos de medida como um questionário de ansiedade do desporto, em que houve alterações de algumas palavras mais complexas, sem modificar o contexto e o significado, para se conseguir aplicar ao escalão infantil, devido à sua idade. O questionário era construído por 21 questões, divididas em três subescalas (ansiedade somática, ansiedade cognitiva e perturbação da concentração), onde poderiam optar por um dos quatro graus referentes ao seu estado (1=nada, 2=um pouco, 3=mais ou menos e 4=muito). Concluímos nesta fase que existem diferenças estatisticamente significativas entre os diferentes escalões na ansiedade cognitiva, concretamente no escalão de infantis comparativamente ao escalão de juvenis e juniores. Em relação à ansiedade somática e à perturbação da ansiedade podemos aferir que não existem diferenças estatisticamente significativas entre os vários escalões estudados (infantis, juvenis, juniores).

Palavras-chave: Ansiedade, Futsal, Concentração, Stress, Escalões