

ESTADO DE HUMOR EM ATLETAS DO FUTSAL FEMININO

Maria Leidjane Marques de Oliveira¹, Daniel Vicentini de Oliveira², Yara Lucy Félix³
 Gabriel Lucas Morais Freire⁴, José Roberto Andrade do Nascimento Júnior³, Rose Mari Bennemann²
 Fábio Ricardo Acencio⁵

RESUMO

Esse estudo transversal teve como objetivo avaliar o estado de humor de atletas de futsal feminino participantes dos Jogos Universitários Brasileiros de 2016. Participaram do estudo 114 atletas com média de idade de 22,07 (dp = 3,14) anos. Os instrumentos utilizados foram Escala de Humor de Brunel - BRUMS e um questionário sociodemográficos. As análises foram realizadas pelos testes Kruskal-Wallis, "U" de Mann-Whitney e correlação de Spearman ($p < 0,05$). Os resultados evidenciaram que as atletas que em função do número de treinos físicos por semana foi encontrada diferença significativa entre os grupos nos estados de humor de raiva ($p = 0,041$) e fadiga ($p = 0,012$). Em relação ao número de treinos táticos por semana foi encontrada diferença significativa entre os grupos nos estados de humor de raiva ($p = 0,005$), confusão ($p = 0,003$), depressão ($p = 0,044$), fadiga ($p = 0,004$) e vigor ($p = 0,002$). Na comparação do estado de humor das atletas de futsal em função do recebimento de apoio financeiro verificou-se diferença significativa entre os grupos somente no estado de humor de vigor ($p = 0,005$). Foram identificadas correlações significantes e negativas entre relacionamento com as companheiras de equipe com raiva ($r = -0,30$) e depressão ($r = 0,22$) e correlações positivas entre relacionamento com as companheiras de equipe e relacionamento com o técnico ($r = 0,52$). Conclui-se que as atletas de futsal apresentaram altos escores para os estados de humor de vigor e fadiga durante dos Jogos Universitários Brasileiros.

Palavras-chave: Futsal. Afeto. Esporte.

ABSTRACT

State of humor in female futsal athletes

This cross-sectional study aimed to assess the mood of female futsal athletes participating in the 2016 Brazilian University Games. A total of 114 athletes with a mean age of 22.07 (sd=3.14) years participated in the study. The instruments used were the Brunel Mood Scale - BRUMS and a sociodemographic questionnaire. The analyzes were performed using the Kruskal-Wallis, Mann-Whitney "U" and Spearman correlation tests ($p < 0.05$). The results showed that the athletes who, depending on the number of physical training sessions per week, found a significant difference between the groups in the mood states of anger ($p = 0.041$) and fatigue ($p = 0.012$). Regarding the number of tactical training sessions per week, a significant difference was found between the groups in the mood states of anger ($p = 0.005$), confusion ($p = 0.003$), depression ($p = 0.044$), fatigue ($p = 0.004$) and vigor ($p = 0.002$). When comparing the futsal athletes' mood state as a function of receiving financial support, there was a significant difference between the groups only in the state of vigor mood ($p = 0.005$). Significant and negative correlations were identified between relationship with teammates with anger ($r = 0.30$) and depression ($r = -0.22$) and positive correlations between relationship with teammates and relationship with coach ($r = 0.52$). It is concluded that the futsal athletes presented high scores for the mood states of vigor and fatigue during the Brazilian University Games.

Key words: Futsal. Affection. Sport.

1 - Universidade Unopar, Cianorte-PR, Brasil.
 2 - Universidade Unicesumar, Instituto Cesumar de Ciência, Tecnologia e Inovação-ICETI, Maringá-PR, Brasil.

3 - Universidade Federal do Vale do São Francisco, Petrolina-PE, Brasil.
 4 - Universidade Estadual de Maringá, Maringá-PR, Brasil.
 5 - Universidade Cesumar, Maringá-PR, Brasil.

INTRODUÇÃO

O futsal caracteriza-se como uma modalidade esportiva coletiva bastante popular e praticado em diversas localidades do Brasil.

Devido à semelhança existente com o futebol, a modalidade é uma das mais praticadas nas aulas de educação física escolar e também em espaços de educação não formais, atraindo assim vários adeptos (Santana, 2008).

Desta forma, existe uma maior predominância de participação masculina desta modalidade, bem como maiores investigações no meio acadêmico/científico (Flôres e colaboradores, 2020; Amorim e colaboradores, 2020; Lago-Fuentes e colaboradores, 2020).

Diante deste cenário a participação feminina foi reconhecida em 1983, sendo o primeiro evento oficial realizado no interior de São Paulo, em 1992, esse evento ficou conhecido como Taça do Brasil de clubes (Barreira, 2018).

Mesmo com a crescente evolução da modalidade, o futsal feminino ainda carece de divulgação acadêmica/científica e apoio da mídia, já que são quase inexistentes as transmissões de jogos na TV aberta (Barreira, 2018).

Nessa perspectiva, a prática do esporte competitivo é fundamental que a preparação dos atletas seja oriunda de um planejamento sistemático que vise promover adaptações físicas, táticas e psicológicas, para que os atletas consigam desempenhar o melhor desempenho durante as competições (Loturco e colaboradores, 2020; Filter e colaboradores, 2020).

Assim, os aspectos psicológicos passam a ser considerados de suma importância por ser um fator distinto entre o sucesso e o fracasso dentro do ambiente esportivo (Filter e colaboradores, 2020).

Dentre estes aspectos, um dos estados emocionais mais recorrentes no esporte competitivo é os estados de humor, os quais refletem os estados emocionais, comportamentais, sentimentais e os pensamentos que interferem em determinada tarefa e que podem comprometer ou otimizar o desempenho (Lago-Fuentes e colaboradores, 2020; Weinberg e Gould, 2016).

Os estados de humor também têm sido investigados no esporte porque apresentam

relação com lesões, sendo observado que baixos níveis de depressão e fadiga e altos níveis de vigor físico estão associados com menor incidência de lesões e um rendimento aumentado (Leandro e colaboradores, 2018; Dias e colaboradores, 2020).

Dias e colaboradores (2020) publicaram uma revisão sistemática que teve por objetivo revisar os estudos publicados em língua portuguesa que utilizaram a Escala de Humor de Brunel (BRUMS) para investigar a influência dos estados de humor no desempenho de atletas de alto rendimento. Essa publicação reforça a necessidade de estudos voltados para o futsal, uma vez que apenas um estudo foi incluído sobre a modalidade, sendo este realizado com amostra do sexo masculino.

Ao considerar o aspecto apresentado, verifica-se a importância de analisar o estado de humor em atletas de futsal feminino, mas também é necessária a compreensão de como essa variável se relacionam com o relacionamento com equipe e treinador na percepção das atletas de futsal feminino.

Desta forma, este estudo justifica-se pela ausência de investigações sobre os estados de humor em atletas de futsal feminino, pela necessidade de atualização do cenário feminino, devido ao elevado número de jogadoras envolvidas com a modalidade.

Assim, o presente estudo teve por objetivo avaliar o estado de humor de atletas de futsal feminino participantes dos Jogos Universitários Brasileiros de 2016.

MATERIAIS E MÉTODOS

Delineamento do estudo e procedimentos

Trata-se de um estudo descritivo com delineamento transversal e investigação metodológica.

O estudo foi desenvolvido por meio das diretrizes do Strengthening the Reporting of Observational Studies in Epidemiology (STROBE) (Malta e colaboradores, 2010) para estudos observacionais.

Os procedimentos adotados nesta pesquisa estão de acordo com os critérios de ética em pesquisa com seres humanos de acordo com a resolução (466/12) do Conselho Nacional de Saúde. Inicialmente, o contato era com a gerência da Confederação Brasileira de

Desporto Universitário (CBDU) para obter autorização para coleta de dados. Em seguida, o Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Cesumar aprovou o estudo (protocolo 2.391.582).

Os participantes foram selecionados de forma não-probabilística e por conveniência e a coleta de dados se deu por de questionários. Os sujeitos que tiveram o interesse em participar da pesquisa fizeram o aceite por meio da assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido em seguida as atletas foram instruídas do como responder o questionário. Os questionários foram aplicados de forma coletiva com preenchimento individual com duração de 15 a 20 minutos para preenchimento por participante.

Participantes

Participaram do estudo 114 atletas do futsal feminino, representantes de 13 equipes que disputaram os Jogos Universitários Brasileiros (JUBs), ocorridos entre os dias 02 e 13 de novembro de 2016, na cidade de Cuiabá-MS.

As participantes tinham média de idade de 22,07 (dp = 3,14) anos, tempo médio de prática de 10,58 (dp = 3,93) anos e frequência semanal de treino de 2,28 dias de treino físico (dp=0,78) e 2,39 dias de treino técnico/tático (dp=0,71).

O JUBs é considerado o maior evento realizado pela Confederação Brasileira do Desporto Universitário e reúne mais de sete mil participantes de todo o país. Ao longo dos anos, o JUBs cresceu, se estruturou e hoje é conhecido como a maior competição universitária da América Latina.

Instrumentos

Foi utilizada uma ficha de dados sociodemográficos contendo dados referentes a idade, tempo de prática, tempo de duração e frequência semanal de treinamentos.

Para análise da mudança de humor foi utilizada a Escala de Humor de Brunel - BRUMS (Terry e colaboradores, 2003), cuja

validação para o idioma português foi realizada por Rohlf e colaboradores (2008), que possuem 24 indicadores de humor, que compõem seis subescalas: Raiva, Confusão, Depressão, Fadiga, Tensão e Vigor.

Os avaliados respondem como se sentem em relação às tais sensações, de acordo com a escala de 5 pontos (de 0 = nada a 4 = extremamente).

A forma colocada na pergunta é "Como você se sente agora". Com a soma das respostas de cada subescala, obtém-se um escore que pode variar de 0 a 16.

Análise dos Dados

A análise dos dados foi realizada por meio do Software SPSS 23.0, mediante uma abordagem de estatística descritiva e inferencial. Foi utilizado frequência e percentual como medidas descritivas para as variáveis categóricas.

Para as variáveis numéricas, inicialmente foi verificada a normalidade dos dados por meio do teste Kolmogorov-Smirnov. Como os dados não apresentaram distribuição normal, foram utilizadas Mediana (Md) e Quartis (Q1; Q3) para a caracterização dos resultados.

A comparação dos estados de humor de acordo com a faixa etária e treinos físicos, treinos táticos e apoio financeiro foi efetuada por meio dos testes de Kruskal-Wallis e "U" de Mann-Whitney. A correlação o estado de humor, tempo de prática, relacionamento com a equipe e com o técnico foi verificada por meio do coeficiente de Spearman. Foi adotada a significância de $p < 0,05$.

RESULTADOS

Os resultados da Figura 1 evidenciam que as atletas de futsal apresentaram escores superiores para os estados de humor de vigor (Md=2,00) e fadiga (Md=1,50).

Os menores escores foram encontrados para os estados de confusão (Md=0,00), depressão (MD=0,00) e raiva (MD=0,00).

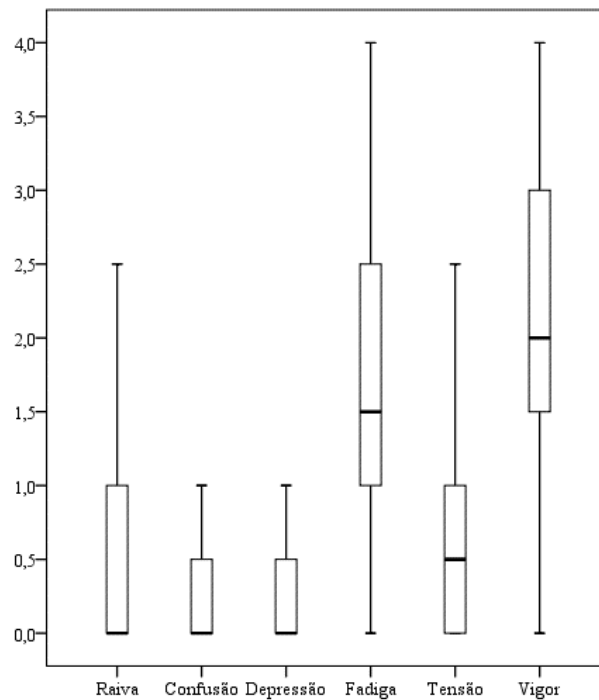


Figura 1 - Estado de humor de atletas das equipes de futsal feminino participantes dos Jogos Universitários Brasileiros de 2016.

Quando analisado os estados de humor das atletas de futsal em função da faixa etária, não foi encontrada diferença significativa

($p > 0,05$), indicando que a idade parece não ser um fator interveniente no estado de humor das atletas (Tabela 1).

Tabela 1 - Comparação do estado de humor das atletas de futsal em função da faixa etária. Jogos Universitários Brasileiros, 2016.

Estados de humor	Faixa etária				p
	17 a 19 anos (n=27)	20 a 22 anos (n=39)	23 a 25 anos (n=32)	Mais de 25 anos (n=16)	
	Md (Q1-Q3)	Md (Q1-Q3)	Md (Q1-Q3)	Md (Q1-Q3)	
Raiva	0,0 (0,0-1,0)	0,0 (0,0-0,5)	0,0 (0,0-1,0)	0,0 (0,0-2,3)	0,773
Confusão	0,5 (0,0-1,0)	0,0 (0,0-1,0)	0,0 (0,0-0,5)	0,0 (0,0-0,5)	0,138
Depressão	0,0 (0,0-0,5)	0,0 (0,0-0,5)	0,0 (0,0-0,5)	0,0 (0,0-0,6)	0,993
Fadiga	1,0 (1,0-3,0)	1,5 (1,0-3,0)	1,0 (0,0-2,4)	1,8 (0,5-3,1)	0,156
Tensão	0,5 (0,0-1,0)	0,5 (0,0-1,0)	0,5 (0,0-1,0)	0,5 (0,0-1,0)	0,323
Vigor	2,0 (1,0-3,0)	2,5 (2,0-3,0)	2,0 (1,1-3,0)	2,0 (1,4-2,6)	0,159

Legenda: Md=média; Q=interquartil; Teste de Kruskal-Wallis.

Ao comparar o estado de humor das atletas de futsal em função do número de treinos físicos por semana (Tabela 2), foi encontrada diferença significativa entre os grupos nos estados de humor de raiva ($p=0,041$) e fadiga ($p=0,012$).

Ressalta-se que as atletas que reportaram ter treinos físicos no máximo uma vez por semana (Md=0,5) apresentaram maior

escore de raiva em comparação às atletas que reportaram ter treinos físicos de duas a três vezes por semana (Md=0,0).

Além disso, as atletas que reportaram ter treinos físicos mais de três vezes por semana (Md=2,0) apresentaram maior escore de fadiga quando comparadas às atletas dos demais grupos.

Tabela 2 - Comparação do estado de humor das atletas de futsal em função do número de treinos físicos por semana.

Estados de humo	Treinos físicos			p
	Até 1 vez (n=17)	2 a 3 vezes (n=51)	Mais de 3 vezes (n=46)	
	Md (Q1-Q3)	Md (Q1-Q3)	Md (Q1-Q3)	
Raiva	0,5 (0,0-2,6) ^a	0,0 (0,0-0,5)	0,0 (0,0-1,5)	0,041*
Confusão	0,0 (0,0-1,0)	0,0 (0,0-0,5)	0,0 (0,0-1,0)	0,506
Depressão	0,0 (0,0-0,9)	0,0 (0,0-0,0)	0,0 (0,0-1,0)	0,054
Fadiga	1,0 (0,1-1,4)	1,0 (1,0-2,5)	2,0 (1,0-3,0) ^b	0,012*
Tensão	0,5 (0,0-0,9)	0,5 (0,0-1,0)	0,5 (0,0-1,0)	0,477
Vigor	2,0 (1,5-3,9)	2,5 (1,5-3,0)	2,0 (1,0-2,6)	0,072

Legenda: *Diferença significativa - $p < 0,05$ - Teste de Kruskal-Wallis; ^a Até 1 vez versus 2 a 3 vezes; ^b Mais de 3 vezes versus até 1 vez e versus 2 a 3 vezes.

Na comparação do estado de humor das atletas de futsal em função do número de treinos táticos por semana (Tabela 3), foi encontrada diferença significativa entre os grupos nos estados de humor de raiva ($p=0,005$), confusão ($p=0,003$), depressão ($p=0,044$), fadiga ($p=0,004$) e vigor ($p=0,002$).

Destaca-se que as atletas que reportarem ter treinos táticos mais de três vezes por semana apresentaram maior escore

de fadiga e menor escore de vigor em comparação aos demais grupos, além de terem apresentado maior escore de confusão e depressão quando comparadas às atletas que tem treinos táticos de duas a três vezes por semana.

Além disso, as atletas que têm treinos táticos de duas a três vezes por semana apresentaram menor escore de raiva em comparação às atletas dos demais grupos.

Tabela 3 - Comparação do estado de humor das atletas de futsal em função do número de treinos táticos por semana.

Estados de humo	Treinos táticos			p
	Até 1 vez (n=9)	2 a 3 vezes (n=52)	Mais de 3 vezes (n=53)	
	Md (Q1-Q3)	Md (Q1-Q3)	Md (Q1-Q3)	
Raiva	0,5 (0,0-3,3)	0,0 (0,0-0,0) ^a	0,0 (0,0-1,5)	0,005*
Confusão	0,0 (0,0-0,8)	0,0 (0,0-0,0)	0,5 (0,0-1,0) ^b	0,003*
Depressão	0,0 (0,0-1,0)	0,0 (0,0-0,0)	0,5 (0,0-1,0) ^b	0,044*
Fadiga	0,5 (0,0-2,0)	1,0 (0,5-2,5)	2,0 (1,0-3,0) ^c	0,004*
Tensão	0,5 (0,0-1,0)	0,5 (0,0-1,0)	0,5 (0,0-1,0)	0,437
Vigor	3,0 (1,5-3,8)	2,5 (2,0-3,0)	2,0 (1,0-2,5) ^c	0,002*

Legenda: *Diferença significativa - $p < 0,05$ - Teste de Kruskal-Wallis; ^a 2 a 3 vezes versus até 1 vez e versus mais de 3 vezes; ^b Mais de 3 vezes versus 2 a 3 vezes; ^c Mais de 3 vezes versus até 1 vez e versus 2 a 3 vezes.

A Tabela 4 apresenta a comparação do estado de humor das atletas de futsal em função do recebimento de apoio financeiro.

Verificou-se diferença significativa entre os grupos somente no estado de humor

de vigor ($p=0,005$), evidenciando que as atletas que reportaram não receber apoio financeiro ($Md=2,5$) apresentaram maior escore do que às atletas que relataram receber apoio financeiro ($Md=2,0$).

Tabela 4 - Comparação do estado de humor das atletas de futsal em função do recebimento de apoio financeiro.

Estados de humor	Apoio financeiro		p
	Sim (n=56)	Não (n=58)	
	Md (Q1-Q3)	Md (Q1-Q3)	
Raiva	0,0 (0,0-1,4)	0,0 (0,0-0,5)	0,137
Confusão	0,0 (0,0-1,0)	0,0 (0,0-0,5)	0,399
Depressão	0,0 (0,0-1,0)	0,0 (0,0-0,3)	0,131
Fadiga	1,8 (1,0-1,3)	1,0 (0,5-2,5)	0,089
Tensão	0,5 (0,0-1,0)	0,5 (0,0-1,0)	0,875
Vigor	2,0 (1,0-2,5)	2,5 (2,0-3,0)	0,005*

Legenda: *Diferença significativa - $p < 0,05$ - Teste "U" de Mann-Whitney.

Ao analisar a correlação entre o estado de humor, o tempo de prática e o relacionamento com a equipe e com o técnico (Tabela 5), verificou-se as seguintes correlações significativas ($p < 0,05$): relacionamento com as companheiras de equipe com raiva ($r = -0,30$) e depressão ($r = -0,22$); relacionamento com as companheiras de

equipe e relacionamento com o técnico ($r = 0,52$).

Destaca-se que existe uma associação inversamente proporcional entre o aumento dos estados de raiva e depressão com o relacionamento com as companheiras de equipe, além de uma associação linear entre o relacionamento com as companheiras de equipe e relacionamento com o técnico.

Tabela 5 - Correlação entre o estado de humor, tempo de prática, relacionamento com a equipe e com o técnico.

Variáveis	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Raiva	-	0,42*	0,66*	0,32*	0,26*	-0,08	0,07	-0,30*	-0,12
2. Confusão		-	0,40*	0,27*	0,45*	-0,05	-0,05	-0,17	-0,03
3. Depressão			-	0,35*	0,16	-0,19*	0,01	-0,22*	-0,13
4. Fadiga				-	0,14	-0,31*	-0,05	0,02	0,04
5. Tensão					-	0,29*	0,09	-0,13	-0,06
6. Vigor						-	-0,05	0,12	0,08
7. Tempo de prática							-	0,01	0,05
8. Relac. Equipe								-	0,52*
9. Relac. Técnico									-

Legenda: *Correlação significativa ($p < 0,05$) - Correlação de Spearman. Relac.: relacionamento.

DISCUSSÃO

Este estudo teve por objetivo avaliar o estado de humor de atletas de futsal feminino participantes dos Jogos Universitários Brasileiros e como principais resultados, ressalta-se: a) a faixa etária não influenciou nos estados de humor das atletas avaliadas; b) os maiores escores observados foram para os estados de humor de vigor e fadiga e os menores para os estados de confusão, depressão e raiva; c) treinar mais que 3x/semana foi relacionado a escores mais altos

de raiva, fadiga, confusão e depressão; d) o relacionamento com as companheiras de equipe e com o técnico são variáveis importantes no estado de humor de atletas.

O presente estudo mostrou que a idade parece não ser um fator interveniente no estado de humor das atletas e outros raros estudos conduzidos com o público feminino têm verificado resultados semelhantes, embora conduzidos com variáveis desfechos diferentes.

Um estudo realizado com 227 atletas de elite de futsal, dos 15 clubes que

participaram da Liga Nacional de Futsal Feminino no ano de 2014, verificou que não houve efeito da idade relativa na amostra investigada (Morales Júnior e colaboradores, 2017).

Alguns autores acreditam que a falta de competições de futsal feminino em idades mais baixas tendem a diminuir as desigualdades existentes nos processos maturacionais e psicológicos das atletas (Santana e Reis, 2008), além do fato de haver menos competição no processo de seleção, se comparado ao futsal masculino (MacDonald e colaboradores, 2009).

Vale ressaltar que, no Brasil, histórica e culturalmente o futsal é considerado um esporte masculino, o que dificulta a participação das mulheres (Silveira e Stigger, 2013).

A literatura tem apontado que atletas de rendimento, quando comparados a amostras não esportistas, apresentam maior estado de humor, especialmente na escala de vigor, além de apresentarem menores escores para tensão, depressão, fadiga e confusão (Rietjens e colaboradores, 2005), e que maiores valores de vigor são preditores da titularidade de jovens atletas de futsal (Werneck e colaboradores, 2015).

O estado de humor de vigor foi a subescala com os maiores escores, no início e no final da temporada, de uma equipe masculina de basquetebol de São Paulo (Oliveira e colaboradores, 2020), corroborando os nossos achados. Altos escores de vigor podem estar relacionados a fatores como conquistas da equipe ao longo da competição e aumento da coesão de grupo (Oliveira e colaboradores, 2020) e, por outro lado, altos escores de cansaço emocional, estado de humor depressivo e fadiga podem estar relacionados a um perfil menos otimista do atleta, indicando que as variáveis relacionadas aos estados de humor têm valor preditivo para o bem estar psicológico e físico de atletas (Gil e colaboradores, 2015).

Um estudo com método misto de pesquisa (delineamento quantitativo e qualitativo) que avaliou o perfil de humor em atletas de alto-rendimento, do sexo masculino, das modalidades de voleibol e tênis, apontou que os atletas de voleibol apresentaram maior frequência de vigor e raiva, enquanto os atletas de tênis, tensão e fadiga.

Além disso, foi identificado que a modalidade e o tempo de prática explicaram 11% da variação no vigor dos atletas (Rotta, 2015). Outro estudo, conduzido com uma equipe masculina de atletas de futsal, participantes da fase final dos Jogos da Juventude do Paraná, identificou que a variação do humor durante a competição contribuiu para a derrota da equipe, ressaltando que compreender as características psicológicas pode ser uma importante ferramenta na tentativa de aumentar o rendimento esportivo (Oliveira, Fogagnoli e Vieira, 2015).

A nível nacional, altos escores de vigor foram encontrados em uma equipe profissional de futsal masculino. No pós jogo das partidas em que houve derrota, as médias do vigor caíram e, níveis elevados de tensão, depressão, raiva, fadiga e confusão mental foram observados, principalmente nos pré e pós-jogos que resultaram em derrotas (Bevilacqua e colaboradores, 2019), indicando que compreender os estados de humor, antes e depois das partidas, pode ser uma estratégia interessante.

Nós acreditamos que os altos escores para o estado de humor de fadiga, encontrado na amostra, podem estar relacionados ao tipo da competição, uma vez que os JUB's tiveram todos os jogos concentrados em apenas 12 dias de competição e que, na maioria das vezes, os atletas ficam alojados em locais que nem sempre permitem um descanso adequado.

No presente estudo, as atletas que reportaram não receber apoio financeiro apresentaram maior escore no estado de humor de vigor do que as atletas que tinham apoio financeiro. Tal achado pode estar relacionado às expectativas e ambições relacionadas à prática do futsal, uma vez que estas atletas podem estar em busca de uma profissionalização na modalidade (Cosvoski e colaboradores, 2019).

Outro achado interessante do presente estudo refere-se ao fato de um maior escore de fadiga, confusão e depressão, e um menor escore de vigor, ter sido encontrado em atletas que tiveram treinos táticos superiores a 3x/semana. Cosvoski e colaboradores (2019) identificaram baixa média para a Síndrome de Burnout em atletas mulheres de futsal, entretanto, foi possível observar que uma maior frequência de treinamentos físicos e táticos

esteve relacionada a uma maior exaustão física e emocional.

As diferentes ações táticas realizadas durante um jogo estão associadas às exigências das capacidades físicas do atleta, sendo essencial que técnicos e preparadores físicos conheçam o atleta e a equipe, realizando assim um planejamento de treino adequado (Alvares e colaboradores, 2017).

Um atleta fadigado tem queda de desempenho e diminuição da capacidade de realizar ações rápidas, repetitivas e com alto nível de potência (Bradley e colaboradores, 2010), características essas essenciais em uma partida de futsal.

Apesar de o futsal ser uma modalidade praticada majoritariamente pelo sexo masculino, há um crescente interesse pela prática por parte das mulheres, as quais podem encontrar na modalidade, a satisfação das necessidades básicas da vida, incluindo o relacionamento no esporte, favorecendo a participação ativa e o sentimento de pertencimento à determinados grupos sociais (Vissoci e colaboradores, 2013).

Neste sentido, verificou-se no presente estudo que o relacionamento com as companheiras de equipe é de vital importância na modalidade, uma vez que mostrou estar relacionado a um bom relacionamento com o técnico e com menores escores de raiva e depressão.

Sabe-se que equipes que desenvolvem um bom relacionamento com o técnico apresentam maior confiança nas habilidades e na realização das tarefas com sucesso e, quanto mais um atleta acredita e confia em seus companheiros, melhor será a coesão e o foco dos membros do grupo (Moura e colaboradores, 2019).

A literatura tem apontado que o treinador, na condição de líder e condutor da equipe, atua sobre o desempenho e bem-estar emocional dos atletas (García-Calvo e colaboradores, 2014) e que as influências das outras pessoas, como fontes de motivação para a realização de atividades, podem refletir sobre as relações dentro da equipe (Vieira e colaboradores, 2018) sendo importante compreender que agentes sociais externos, como treinadores e amigos, exercem influência significativa na inserção dos indivíduos nos esportes (Rigby e Ryan, 2018).

Um bom relacionamento com a equipe esteve relacionado à menores escores de raiva e depressão, na amostra investigada e, em jogadores de futsal de alto rendimento, foi verificado que a satisfação das necessidades psicológicas básicas desempenha um papel importante na percepção da coesão grupal entre os jogadores, revelando potenciais facilitadores da união da equipe para o desempenho coletivo, cumprimento de metas e relacionamento dentro do grupo (Nascimento Júnior e colaboradores, 2019).

Embora o presente estudo tenha fornecido evidências importantes sobre os estados de humor em atletas universitárias de futsal, algumas limitações precisam ser abordadas. Primeiramente, foi investigada uma única modalidade esportiva, o que não permite a generalização dos resultados para outras modalidades.

Outra limitação importante refere-se ao desenho transversal deste estudo, que não permite compreender relações de causa e efeito entre as variáveis. Talvez estudos longitudinais possam apontar a natureza causal das relações entre frequência de treinamento e alterações nos estados de humor, por exemplo.

Além disso, devido aos poucos estudos publicados com atletas de futsal feminino, há uma restrição ao aprofundamento das discussões dos resultados encontrados.

Foi possível identificar, mediante busca nas bases de dados, uma carência no que se refere a estudos voltados para a área da Psicologia do Esporte na modalidade do futsal feminino.

Os poucos estudos publicados, em sua grande maioria, abordam aspectos físicos, biomecânicos, de sexo e relacionados aos tipos de lesões na modalidade.

Como pontos fortes do estudo ressalta-se o fato de terem sido incluídas, na amostra, atletas de futsal de diferentes regiões do Brasil, o que pode representar a realidade das atletas universitárias da modalidade do país.

Além disso, este foi o primeiro estudo, a nível nacional, a abordar os estados de humor e a relação com idade e frequência de treinamento de atletas universitárias de futsal.

CONCLUSÃO

As atletas apresentaram altos escores para os estados de humor de vigor e fadiga, não

houve influência da faixa etária sob os estados de humor, a participação mais frequente (>3x/semana) em treinamentos físicos e táticos aumentaram o escore de raiva, fadiga, confusão e depressão e um bom relacionamento com a equipe esteve relacionado à menores escores de raiva e depressão, além de melhorar o relacionamento com o técnico.

Com base nos achados, o estudo traz algumas implicações práticas que merecem destaque. Os treinadores devem prezar e criar oportunidades de bom relacionamento entre os membros da equipe, uma vez que isso está relacionado ao estado de humor positivo das atletas. Compreender de que forma os estados de humor, antes, durante e após os treinamentos e partidas, influenciam no rendimento das atletas torna-se de suma importância na busca por bons resultados.

Faz-se necessário que a avaliação e o diagnóstico dos estados de humor sejam realizados por profissionais capacitados e que intervenções baseadas no perfil da equipe e do(a) atleta sejam criadas a fim de repercutir em desempenho favorável nas competições.

Sugere-se, ainda, que futuras pesquisas avaliem os estados de humor em diferentes fases da competição e que busquem elucidar as associações existentes entre estados de humor e outras variáveis relacionadas à Psicologia do esporte.

REFERÊNCIAS

- 1-Alvares, P.D.; Diniz, R.R.; Santana, P.V.A.; Lima, F.A.; Costa, L.L.; Leite, R.D.; Carvalho, R.P.; Reis, A.D.; Pires, F.O. Potência anaeróbia máxima e índice de fadiga em atletas de futsal feminino: uma análise entre as posições. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*. Vol. 25. Núm. 4. p.84-91. 2017.
- 2-Amorim, A.C.; Nascimento Junior, J.R.A.; Contreira, A.R.; Granja, C.T.L.; Vieira, J.L.L. O autoconceito é um atributo interveniente no estilo de liderança de treinadores de futsal de alto rendimento? *Revista iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte*. Vol. 15. Núm. 1. p.7-11. 2020.
- 3-Barreira, J.; Gonçalves, M.C.R.; Medeiros, D.C.C.; Galatti, L.R. Produção acadêmica em futebol e futsal feminino: estado da arte dos artigos científicos nacionais na área da educação física. *Movimento*. Vol. 24. Núm. 2. p.607-618. 2018.
- 4-Bevilacqua, G.G.; Viana, M.S.; Gutierrez Filho, P.J.B.; Borges, V.S.; Brandt, R. Estados de Humor e Resultado Esportivo de Uma Equipe ao Longo da Segunda Fase da Liga Nacional de Futsal. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*. vol. 35. 2019.
- 5-Bradley, P.S.; Di Mascio, M.; Peart, D.; Olsen, P.; Sheldon, B. High-intensity activity profiles of elite soccer players at different performance levels. *The journal of strength & conditioning research*. Vol. 24. Núm. 9. p.2343-2351. 2010.
- 6-Cosvoski, T.; Antunes M.D.; Oliveira, D.V.; Freire, G.L.M.; Nascimento Júnior. J.R.A.; Acencio, F.R. Síndrome de burnout em atletas de futsal feminino universitárias: um estudo comparativo. *Pensar a Prática*. Vol. 22. p.1-19. 2019.
- 7-Dias, H.M.; Martins, L.T.; Oliveira, V.; Machado, A.A.; Tertuliano, I.W. Perfil dos estados de humor em atletas de alto rendimento: revisão dos estudos publicados no Brasil. *Arquivos de Ciências do Esporte*. Vol. 7. Núm. 4. 2020.
- 8-Filter, A.; Olivares, J.; Santalla, A.; Nakamura, F.Y.; Loturco, I.; Requena, B. New curve sprint test for soccer players: Reliability and relationship with linear sprint. *Journal of sports sciences*. Vol. 38. Núm. 11-12. p.1320-1325. 2020.
- 9-Flôres, F.S.; Milani, M.F.; Copetti, F.; Luz, C.; Cordovil, R. O impacto da prática do futsal na competência motora de crianças. *Motrivivência*. Vol. 32. Núm. 63. p.1-13. 2020.
- 10-García-Calvo, T.; Leo, F.M.; Gonzalez-Ponce, I.; Sánchez-Miguel, P.A.; Mouratidis, A.; Ntoumanis, N. Perceived coach-created and peer-created motivational climates and their associations with team cohesion and athlete satisfaction: Evidence from a longitudinal study. *Journal of Sports Sciences*. Vol. 32. Núm. 18. p1738-1750. 2014.
- 11-Gil, R.B.; Montero, F.O.; Fayos, E.J.; Gullón, J.M.L.; Pinto, A. Otimismo, burnout e estados

de humor em desportos de competição. *Análise Psicológica*. Vol. 33. Núm. 2. p.221-233. 2015.

12-Lago-Fuentes, C.; Rey, E.; Padrón-Cabo, A.; Prieto-Troncoso, J.; García-Núñez, J. The relative age effect in professional futsal players. *Journal of Human Kinetics*. Vol. 72. Núm. 1. p.173-183. 2020.

13-Leandro, L.S.; Aniceto, R.R.; Oliota-Ribeiro, L.S.; Batista, G.R.; Silva, R.M.N.; Cirilo-Sousa, M.S.; Macêdo, J.O.R. Perfil de estados de humor em atletas de basquetebol entre competições e posições de jogo. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*. Vol. 26. Núm. 3. p.141-147. 2018.

14-Loturco, I.; Pereira, L.A.; Reis, V.P.; Bishop C.; Zanetti, V.; Alcaraz, P.E.; Freitas T.T.; McGuigan, M.R. Power training in elite young soccer players: Effects of using loads above or below the optimum power zone. *Journal of sports sciences*. Vol. 38. Núm. 11-12. p.1416-1422. 2020.

15-MacDonald, D.J.; Cheung, M.; Côté, J.; Abernethy, B. Place but not date of birth influences the development and emergence of athletic talent in American football. *Journal of applied sport psychology*. Vol. 21. Núm.1. p.80-90. 2009.

16-Malta, M.; Cardoso, L.O.; Bastos, F.I.; Magnanini, M.M.F.; Silva, C.M.F.P. STROBE initiative: guidelines on reporting observational studies. *Revista de saúde pública*. Vol. 44. Núm. 3. p.559-565. 2010.

17-Morales Júnior, V.R.; Alves, I.V.G.; Galatti, L.R.; Marques, R.F.R. The relative age effect on Brazilian elite futsal: Men and women scenarios. *Motriz: Revista de Educação Física*. Vol. 23. Núm. 3. 2017.

18-Moura, M.C.A.R.; Silva, T.N.; Assis, M.L.R.; Costa, L.C.A.; Amorim, A.C.; Fiorese, L.; Contreira, A. R. O relacionamento com o treinador pode afetar a motivação de atletas paranaenses de futsal? *Saúde e Pesquisa*. Vol. 12. Núm. 1. p.29-38. 2019.

19-Nascimento Júnior, J.R.A.; Granja, C.T.L.; Silva, A.A.; Fortes, L.S.; Gonçalves, M.P.; Oliveira, D.V.; Fiorese, L. Association between

basic psychological needs of the self-determination theory and perception of group cohesion among high-performance futsal athletes. *Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano*. Vol. 21. 2019.

20-Oliveira, F.A.; Dorneles, S.P.; Prado, V.L.O.; Garcia, R.L.S.; Machado, A.A.; Tertuliano, I.W. Estado de humor de atletas da base de uma equipe de basquetebol. *Motrivivência*. Vol. 32. Núm. 62. p.1-19. 2020.

21-Oliveira, L.P.; Fogagnoli, A.H.; Vieira, L.F. Estado de humor e desempenho: uma análise sob a ótica da teoria da catástrofe. *Caderno de Educação Física e Esporte*. Vol.13. Núm. 1. p.51-59. 2015.

22-Rietjens, G.; Kuipers, H.; Adam, J.; Saris, W.; Breda, E.V.; Hamont D.V.; Keizer, H.A. Physiological, biochemical and psychological markers of strenuous training-induced fatigue. *International Journal of Sports Medicine*. Vol. 26. Núm. 1. p.16-26. 2005.

23-Rigby, C.S.; Ryan, R.M. Self-determination theory in human resource development: New directions and practical considerations. *Advances in Developing Human Resources*. Vol. 20. Núm. 2. p.133-147. 2018.

24-Rohlf, I.C.P.M.; Rotta, T.M.; Luft, C.D.B.; Andrade, A.; Krebs, R.J.; Carvalho, T. A Escala de Humor de Brunel (Brums): instrumento para detecção precoce da síndrome do excesso de treinamento. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*. Vol.14. Núm.3. p.176-181. 2008.

25-Rotta, T.M. Avaliação de estados de humor em atletas de tênis e voleibol jovens e adultos de alto rendimento. *Saúde & Transformação Social*. Vol. 6. Núm. 2. p.28-43. 2015.

26-Santana, W.C. Futsal: apontamentos pedagógicos na iniciação e na especialização. 2ª edição. Campina: Autores Associados. 2008.

27-Santana, W.C.; Reis, H.H. Futsal feminino: perfil e implicações pedagógicas. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*. Vol. 11. Núm. 4. p.45-50. 2008.

28-Silveira, R.; Stigger, M.P. Jogando com as feminilidades: um estudo etnográfico em um time de futsal feminino de Porto Alegre. Revista Brasileira de Ciências do Esporte. Vol. 35. Núm. 1. p.179-194. 2013.

Recebido para publicação em 31/01/2022
Aceito em 04/03/2022

29-Terry, P.C.; Potgieter, J.R.; Fogarty, G.J. The Stellenbosch mood scale: A dual-language measure of mood. International Journal of Sport and Exercise Psychology. Vol. 1. Núm. 3. p.231-245. 2003.

30-Vieira, L.F.; Pizzo, G.C.; Contreira, A.R.; Lazier-Leão, T.R.; Moreira, C.R.; Rigoni, P.A.G.; Nascimento Júnior, J.R.A. Associação entre motivação e coesão de grupo no futebol profissional: o relacionamento treinador-atleta é um fator determinante? Revista de psicología del deporte. Vol. 27. Núm. 4. p.51-57. 2018.

31-Vissoci, J.R.N.; Fiordelize, S.S.; Oliveira, L.P.; Nascimento Junior, J.R.A. A influência do suporte parental no desenvolvimento atlético de jogadoras de futsal. Psicologia: teoria e prática. Vol. 15. Núm. 1. p.145-156. 2013.

32-Weinberg, R.S.; Gould, D. Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício: Porto Alegre. Artmed. 2016.

33-Werneck, F.Z.; Coelho, E.; Ferreira, R.; Paula, H.; Soares, T.M. Características preditoras da escalação de jovens atletas de futsal. Revista Brasileira de Futebol. Vol. 8. Núm. 1. p.43-52. 2015.

E-mail dos autores:

maria.oliveira.90@edu.unipar.br
d.vicentini@hotmail.com
yara.fidelix@univasf.edu.br
bi88el@gmail.com
jroberto.jrs01@gmail.com
rose.bennemann@unicesumar.edu.br
fabioacencio@hotmail.com

Autor correspondente:

Daniel Vicentini de Oliveira.
d.vicentini@hotmail.com
Avenida Londrina, 934. Apto 1907 A.
Maringá, Paraná, Brasil.
CEP: 87050-790.
Fone: (44) 99942-8575.