

RECLUSÃO ESPORTIVA E NOVAS TECNOLOGIAS: VIÉS DE TREINADORES DE FORMAÇÃORenato Henrique Verzani¹, Kauan Galvão Morão¹Guilherme Bagni¹, Afonso Antonio Machado¹Adriane Beatriz de Souza Serapião²**RESUMO**

O ambiente de formação no futebol é bastante complexo, necessitando de reflexões constantes e acompanhando novas realidades que surgem, como a imersão no ambiente das redes sociais virtuais e a utilização de tecnologias, que acrescentam novas percepções para debates, como quanto a importância da reclusão esportiva, por exemplo. Este tipo de estratégia muitas vezes é adotado em momentos competitivos, visando principalmente aumentar a concentração. Assim, o objetivo foi entender a visão dos treinadores sobre a importância do contexto de reclusão e as possíveis alterações que as novas tecnologias proporcionaram a esta realidade. Foram entrevistados 10 treinadores de formação, com média de idade foi de 47 anos ($\pm 11,5$). Como resultados, a maioria dos treinadores consideram bom e importante este ambiente de reclusão. Também é possível perceber que há um impacto das tecnologias neste contexto, sendo que apesar de considerarem aspectos positivos quanto as redes sociais, a maioria acha que o uso de celular pode comprometer a atenção em momentos importantes. Contudo, grande parte não considera correto retirá-los dos jovens. Portanto, foi possível constatar que ainda há uma valorização do ambiente de reclusão pelos treinadores, bem como que há um impacto das novas demandas tecnológicas neste, podendo ser então uma oportunidade educativa e de conscientização dos jovens quanto aos riscos e desvantagens relacionados. As reflexões dos profissionais sobre novas demandas são fundamentais, planejando atitudes eficazes e evitando causar situações negativas que possam piorar a situação e gerar mais estresse.

Palavras-chave: Psicologia do Esporte. Futebol. Desenvolvimento Tecnológico.

1-Laboratório de Estudos e Pesquisas em Psicologia do Esporte (LEPESPE), Departamento de Educação Física, Instituto de Biociências, Universidade Estadual Júlio de Mesquita Filho (UNESP), Rio Claro-SP, Brasil.

ABSTRACT

Sports confinement and new technologies: coaches perspective

The formation in football is quite complex, requiring constant reflections on the new realities that emerge, such as the immersion in the environment of virtual social networks and the use of technologies, that add new insights to debates such as the importance of sports confinement, for example. This type of strategy is often adopted at competitive times, mainly aimed at increasing concentration. Thus, the aim was to understand the coaches' view of the importance of the confinement context and the possible changes that new technologies have brought to this reality. Ten coaches were interviewed, with a mean age of 47 years ($\pm 11,5$). As a result, most coaches find this confinement environment good and important. It is also possible to realize that there is an impact of technologies in this context, and despite considering positive aspects regarding social networks, most think that the use of mobile phones can compromise attention at important times. However, most do not consider it correct to remove them. Therefore, it was possible to verify that there is still an appreciation of the environment of confinement by the coaches, as well as that there is an impact of the new technological demands on it, which can then be an educational opportunity for young people about the related risks and disadvantages. Professionals' reflections on new demands are fundamental, planning effective attitudes and avoiding causing negative situations that can make the situation worse and generate more stress.

Key words: Sport psychology. Football. Technological development.

2-Instituto de Geociências e Ciências Exatas, Universidade Estadual Júlio de Mesquita Filho (UNESP), Rio Claro-SP, Brasil.

INTRODUÇÃO

A formação esportiva nas mais diversas modalidades exige dos profissionais envolvidos reflexões e aprofundamentos, lidando com novas demandas ou mesmo frente a situações que surgem e alteram perspectivas já abordadas, como no caso da reclusão/concentração no esporte.

O futebol é uma modalidade complexa, na qual um rendimento adequado cobra uma boa integração de diversos fatores, como físicos, táticos, técnicos, psicológicos, dentre outros.

Desta maneira, considerando alterações que ocorrem no decorrer dos anos, é fundamental estar atento às mudanças que, muitas vezes, ocorrem de maneira muito fugaz.

Weinberg e Gould (2017) salientam que é imprescindível o domínio e avaliação correta das situações para que nenhum dos fatores acima citados, como o psicológico, sejam prejudicados.

No futebol, é comum que sejam adotadas estratégias como reunir em um local, como alojamentos, todos os atletas em momentos que antecedem a competição, o que é considerado como reclusão esportiva (Machado e Gomes, 2011; Morão e colaboradores, 2016), visando assim maior concentração para a partida.

Ainda de acordo com estes autores, poucos são os estudos que abordam a real eficácia frente ao seu principal objetivo, que é evitar decréscimos ao rendimento e aumentos de concentração.

Em alguns momentos, como apontam Morão e colaboradores (2016), é inevitável que haja este ambiente de concentração esportiva, como em competições que exigem deslocamentos da equipe para outras cidades ou estados.

Kocian, Kocian e Machado (2005) citam que é bastante comum a adoção desta estratégia no esporte de iniciação, pois normalmente há uma busca quanto a copiar questões voltadas ao alto rendimento.

Neste sentido, há um questionamento por parte de Machado e Gomes (2011), no sentido do modo como deve ser abordada a estratégia, visto que quando voltada para jovens, deveria ser mais lúdica e prazerosa, tornando-se um ambiente de aprendizagem.

Bagni e colaboradores (2018) apontam ainda que estas estratégias de reclusão esportiva que visavam o isolamento para

proporcionar mais concentração contam agora com uma nova demanda, pois as tecnologias permitem o acesso virtual aos mais diversos ambientes.

Assim, a nova realidade permitida pelos avanços cobra novas reflexões e posicionamentos, pois é inviável replicar trabalhos passados que não condizem com mesma.

Linhares (2013) expõe que existe um encurtamento de distâncias e uma inexistência de fronteiras a partir das tecnologias, viabilizando um fluxo fugaz de informações que ficam disponíveis em qualquer lugar e para qualquer pessoa.

Verzani e colaboradores (2018) constataram grande presença de atletas de futebol em ambientes como as redes sociais virtuais, bem como a possibilidade de problemas neste ambiente, devido a imprevisibilidade dele, podendo desencadear em reflexos negativos.

Estas situações podem ser ainda mais potencializadas por questões como o efeito cascata (Rebustini, 2012).

Para este autor, a grande utilização destas ferramentas permite com que não haja controle de situações indesejadas, visto que as publicações passam a ser compartilhadas por diversos usuários e pelos amigos destes, ampliando o alcance.

Assim, é preciso ter atenção quanto às mudanças na realidade, pois alterações emocionais podem interferir não apenas no contexto esportivo, mas também no pessoal, trazendo prejuízos ao desenvolvimento (Weinberg e Gould, 2017).

Desta maneira, o objetivo desta pesquisa foi entender a visão dos treinadores sobre a importância do contexto de reclusão e as possíveis alterações que as novas tecnologias proporcionaram a esta realidade.

MATERIAIS E MÉTODOS

Foi realizada uma pesquisa descritiva, contando com a participação de 10 treinadores de futebol durante uma competição envolvendo escolinhas da modalidade.

A média de idade foi de 47 anos ($\pm 11,5$), sendo que o tempo médio como treinador foi de 18 anos ($\pm 13,5$). Apenas dois destes realizaram algum tipo de pós-graduação.

Realizou-se uma entrevista com 10 perguntas, sendo que para este estudo foram selecionadas cinco (que serão expostas ao

longo dos resultados), pois atendem ao objetivo proposto.

A análise dos resultados ocorreu pela análise de conteúdo (Franco, 1994).

Todos os participantes assinaram o TCLE (termo de consentimento livre e esclarecido), de acordo com o previsto no parecer aprovado número 2.219.052, do Comitê de Ética em Pesquisa do Instituto de Biociências da Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho.

Visando preservar a identidade dos participantes, utilizou-se P1 a P10, considerando "P" como participante e "1 a 10" como uma diferenciação entre estes.

RESULTADOS

Por meio das categorizações realizadas na análise, foi possível entender o posicionamento dos treinadores quanto as perguntas realizadas.

Na primeira, que era "O que você acha do ambiente de concentração?", encontrou-se que 70% acham bom, 10% ruim e que 20% relatam que depende da situação.

Assim, procurou-se entender quais seriam os aspectos positivos e negativos que consideram sobre o contexto.

Como positivos: interação entre os atletas (40%), concentração para competição (20%), adequação à rotina de um profissional (20%), motivação (10%) e estabelecimento de limites (10%).

Três treinadores apontaram aspectos negativos, que foram: condições dos alojamentos, comportamento das outras equipes e que pode prejudicar o descanso. Neste último caso, P9 afirma: "cada um descansa de um jeito, cada um tem um horário para descansar e as vezes pode acabar atrapalhando também aquele que quer descansar mais cedo [...]".

Dando continuidade, a segunda pergunta era se "Considera importante alojar sua equipe antes dos jogos?". Nesta, 80% responderam que sim e 20% que depende. Destes últimos, a justificativa consistia na distância do local do jogo, como apontam P2, "não tem como vir e voltar, então por isso eu acho importante a gente estar alojado. Quando é possível, é preferível eles ficarem na casa" e P9, "Quando a gente joga em outra cidade, sim". Por outro lado, quanto a maioria que considera importante, os principais motivos foram: aumento da concentração (37,5%), interação social (37,5%) e o descanso (25%).

A terceira pergunta foi "Quais as influências das redes sociais virtuais no dia-a-dia? Quais mudanças elas trouxeram?". Consideraram que as influências foram positivas 70%. Os principais pontos levantados foram a busca por informações (42,9%), como apontam P5, "a gente procura se informar sobre as outras equipes [...]" e P10, "falando em termos de futebol hoje, hoje você entra na rede social e tem tudo ali, tanto nosso, tanto do adversário, da mesma maneira que a gente vê o adversário, o adversário também vê a gente [...]". Outros pontos foram: interatividade (14,3%), comunicação (14,3%), evolução no comportamento (14,3%) e maior visibilidade (14,3%). Entre as respostas negativas, 66,7% destacam prejuízos na concentração e 33,3% problemas quanto ao desenvolvimento, como destaca P4, "infância de quinze, vinte anos atrás [...] onde se brincava na rua, [...] a modernidade inibiu esse tipo de brincadeira e o desenvolvimento motor".

A quarta pergunta era "Você considera que o uso do celular pode prejudicar a concentração de seus atletas em momentos importantes da competição?". Como resultado, 90% responderam que sim. O principal fator apontado foi prejudicar a concentração e atenção (44,5%), seguido pelos que afirmam que prejudica se não houver controle (33,3%) e por atrapalhar o descanso (22,2%), como cita P5, "[...] acaba tirando o foco do menino, [...] são situações que acabam prejudicando ele na verdade porque acaba não dormindo, acaba varando a noite". A justificativa para quem acredita que não (10%) é que pode ser uma ferramenta para relaxar, como apresenta P9: "[...] é uma maneira de passar o tempo, tirar o nervosismo, a ansiedade do atleta, ele tá lá, ele tá jogando, ele tá conversando com os familiares, então eu acho que isso é válido".

Por fim, a quinta pergunta foi "o que você acha de técnicos que retiram os aparelhos eletrônicos (celular, notebook) de atletas no período de competição?". Acharam correto 30% dos técnicos, sendo que destes 66,7% afirmam que recolhem os aparelhos e 33,3% que combinam horários para os atletas entregarem e retirarem seus aparelhos. Já quanto aos 70% que consideram errado, 71,4% veem como uma oportunidade para estabelecer limites e trabalhar questões de responsabilidade, como destaca P4, "a minha opinião é que a gente tem que dosar, se a gente for ao extremo, eles também vão acabar não rendendo, eles vão ficar preocupados, vão acabar ficando estressados, outros inquietos

[...], enquanto que 28,6% afirmam como algo que não fariam.

DISCUSSÃO

Por meio dos resultados apresentados, pode-se perceber que há ainda uma posição favorável de boa parte dos treinadores formadores quanto à inclusão de concentrações esportivas, bem como que acreditam haver mais aspectos positivos na realidade envolvendo as redes sociais virtuais, apesar de apontarem que os aparelhos eletrônicos podem atrapalhar a concentração.

Mesmo assim, a maioria da amostra é contrária a retirada destes, considerando que é uma oportunidade para trabalhar a responsabilidade.

Como ficou perceptível nas duas primeiras perguntas, há uma tendência dos treinadores em visualizarem este ambiente de reclusão como algo bom ou importante de ser realizado em momentos competitivos.

Na pesquisa de Morão e colaboradores (2016), envolvendo 211 atletas de categorias de base de futebol, percebe-se que estes também apresentam um posicionamento favorável a este ambiente, também apresentando como um dos principais aspectos a interação social. Assim como citado pelos treinadores deste estudo, os atletas também citaram considerar um aumento no foco, na coesão e no descanso dos atletas.

Como apontam Machado e Gomes (2011), há sempre uma grande importância em analisarmos qual é a opinião dos atletas quanto aquilo que pode gerar influências no rendimento. Ainda de acordo com eles, isto vale para qualquer que seja a categoria analisada, partindo desde a iniciação até o alto rendimento.

Contudo, como apontam Morão e colaboradores (2016), é preciso estimular a criticidade e consciência dos atletas, pois muitas vezes acabam replicando argumentos dos treinadores, algo que pode comprometer a avaliação.

Quanto a interação social, é importante destacar que a coesão de grupo é algo fundamental no processo, pode vai direcionar todos na busca por união a conquista de objetivos (Carron, 1988).

Ainda sobre este aspecto, Benson e colaboradores (2016), ao analisar centenas de atletas com aproximadamente 15 anos, apontaram que o desempenho tem relação

com a coesão (social e da tarefa), reafirmando a importância deste tipo de relação dentro do contexto esportivo.

Contudo, como aspectos negativos percebidos, comportamentos inadequados e problemas quanto ao descanso também foram relatados, como também encontrado por Kocian, Kocian e Machado (2005), visto que em seu estudo com atletas de futebol, questões como a bagunça e não cumprimento de regras são fatores prejudiciais deste ambiente, podendo assim afetar alguns dos principais objetivos da proposta.

Considerando a terceira pergunta, há um posicionamento que abrange maiores resultados relacionados aos aspectos positivos das redes sociais virtuais no cotidiano.

Dentre o que foi apontado neste sentido, temos uma proximidade com o que atletas juniores de futebol relataram na pesquisa de Bagni e colaboradores (2018).

Contudo questões mais voltadas a interatividade e comunicação obtiveram maior destaque que a coleta de informações nos dados citados (Bagni e colaboradores, 2018), enquanto que os treinadores apresentam maior foco nas informações, fato que pode ser justificado pela própria diferença de cargos ocupados, visto que os treinadores necessitam destas para conduzir a melhor preparação e planejar de modo efetivo, enquanto que a distância de amigos e familiares e a subordinação dos jovens às atividades propostas pelos mesmos pode fazer com que usufruam mais dos recursos que os aproximem das pessoas que convivem no dia-a-dia e tenham menos atenção às informações, pois provavelmente serão passadas pelos treinadores.

Além disso, como aponta Alcântara (2013), é preciso ter atenção com as redes sociais virtuais, pois estão cada vez mais presentes e representam uma nova realidade.

Moioli (2013) apresenta a questão dos jovens representarem o que é chamado de nativos digitais, visto que estão se desenvolvendo neste ambiente tecnológico e apresentam grande imersão.

Esta grande presença é um fato também confirmado por Verzani (2017), ao constatar em uma pesquisa com atletas profissionais de futebol que 95% dos participantes estão presentes neste ambiente todos os dias.

Quanto aos aspectos negativos, um ponto interessante abordado foi dos possíveis problemas relacionados ao desenvolvimento

devido às alterações nos comportamentos ao longo das gerações.

Esta é uma discussão que existe na literatura, como apontam Silva Junior e colaboradores (2017), ao citarem que hábitos modernos relacionados às facilidades permitidas pelas tecnologias podem estar relacionadas à carência de movimentos, tendo inclusive relação com sedentarismo e problemas de saúde pública.

Outro aspecto negativo que foi citado pelos participantes e que tem relação com o tema da quarta pergunta é a possibilidade de prejuízos na concentração.

Neste ponto, a grande maioria dos participantes observa que o uso do celular pode afetar a concentração.

As principais justificativas apresentadas têm relação com alterações na concentração e prejuízos quanto ao descanso, dados estes que corroboram com estudos anteriores (Morão e colaboradores, 2016; Bagni e colaboradores, 2018).

Quanto a este aspecto, Keen (2012) destaca que uma das alterações proporcionadas por esta nova realidade, que conta com grande presença no ambiente virtual, consiste na dificuldade em manter a concentração no que fazemos.

Neste mesmo sentido, Picon e colaboradores (2015) afirmam que o envolvimento com as redes sociais virtuais pode fazer com que, buscando picos de bem-estar cerebrais, as pessoas fiquem constantemente acessando seus perfis, buscando comunicação e visualização de curtidas nas postagens.

Os problemas relacionados à concentração são vistos como potenciais influenciadores nos níveis de performance (Weinberg e Gould, 2017).

Por fim, a última questão buscava o posicionamento dos treinadores quanto a possível retirada dos aparelhos eletrônicos dos jovens próximos aos jogos.

Assim, constatou-se que a maioria dos mesmos não entende como correta esta atitude, tendo como principal justificativa a possibilidade de estabelecer limites e trabalhar a responsabilidade.

Vale lembrar que, dentre os que retiram o celular, também houve relatos de que faz parte de um acordo e diálogo com os atletas, não sendo atitude imposta, aproximando-se assim também desta oportunidade educativa para os jovens.

Estes resultados, quando comparados ao posicionamento dos atletas, como realizado no estudo de Bagni e colaboradores (2018), revelam que esta retirada pode ser equivocada, pois a maioria destes destacou discordar de tal atitude, citando a falta de entretenimento, contato com a família, dentre outros. O posicionamento de um dos treinadores ressalta também a possibilidade de aumentar a preocupação e o estresse.

Um dos principais pontos que pode tornar esta atitude inadequada, principalmente em momentos importantes e quando é algo imposto, é que pode ter um efeito contrário e gerar mais problemas do que benefícios.

Verzani (2017) ressalta a necessidade de planejar intervenções ao longo do processo, de modo adequado e evitando gestos isolados, que podem trazer alterações emocionais.

Este ponto também é enfatizado por Cárdenas e Cárdenas (2012), afirmando que há a criação de maiores tensões e problemas quando atitudes não habituais são tomadas em momentos importantes, como competições, sendo que o impacto pode ser negativo.

Além disso, como ressalta Alcântara (2013), além da possibilidade de contato com pessoas próximas, o entretenimento proporcionado por estas tecnologias pode proporcionar com que se desliguem de suas obrigações em seus momentos livres, fazendo algo que gostem.

Assim, caso sejam estabelecidos limites e combinados horários, podem até mesmo tornar-se estratégias interessantes para diminuir o estresse e ansiedade em momentos que antecedem competições.

Estes apontamentos e reflexões também reforçam a complexidade das questões que precisam ser levadas em consideração no ambiente esportivo.

Como apontam Brandão e Machado (2008), os compromissos relacionados ao esporte podem conduzir à necessidade de viagens, sendo que os momentos precisam do devido planejamento prévio, pois os trabalhos já realizados e o conhecimento quanto às necessidades e planos de intervenção são fundamentais, facilitando o enfrentamento quanto às demandas que podem surgir.

CONCLUSÃO

Portanto, foi possível perceber que os treinadores de formação no futebol analisados

ainda consideram o ambiente de reclusão esportiva como importante nos momentos competitivos, bem como que é possível perceber o impacto que novas realidades viabilizadas pela inserção das tecnologias e imersão no ambiente das redes sociais virtuais estão causando.

Estes dados reforçam a complexidade relacionada ao trabalho de formação, carecendo de aprofundamentos e reflexões em diversos sentidos, evitando gerar situações negativas.

É interessante perceber que, apesar da maioria apontar a existência de prejuízos à concentração, muitos destes não consideram que atitudes como a retirada sejam adequadas, algo que poderia prejudicar ainda mais a situação.

Este posicionamento é condizente com a realidade, uma vez que muitos jovens são nativos digitais e isto é parte de sua realidade, além de que em um ambiente de formação é necessário diálogo, conscientização e estabelecimento de limites, que futuramente contribuirão na perspectiva esportiva e na vida pessoal.

Considera-se fundamental a atenção e reflexão dos profissionais quanto às novas necessidades, que não podem ser ignoradas, permitindo que sejam realizadas intervenções pertinentes e positivas na realidade dos atletas, focando não apenas no desempenho, mas também no desenvolvimento destes.

É imprescindível que haja diálogo com os jovens quanto ao uso destas tecnologias e permanência no ambiente virtual, salientando os riscos, perigos e desvantagens, permitindo um posicionamento crítico e uma atitude consciente.

REFERÊNCIAS

1-Alcântara, C. Cumplicidade Virtu@l. São Paulo. Casa do Psicólogo. 2013.

2-Bagni, G.; Morão, K.G.; Verzani, R.H.; Machado, A.A. jovens atletas e as mídias digitais: percepções e alterações no contexto esportivo. Revista Brasileira de Futsal e Futebol. São Paulo. Vol. 10. Num. 40. 2018. p. 531-537.

3-Benson, A.J.; Siska, P.; Eys, M.; Priklerová, S.; Slepicka, P. A prospective multilevel examination of the relationship between cohesion and team performance in elite youth

sport. Psychology of Sport and Exercise. Vol. 27. 2016. p. 39-46.

4-Brandão, M.R.F.; Machado, A.A. Viajando com a equipe: o papel do psicólogo do esporte. Motriz. Vol. 14. Num. 4. 2008. p. 513-518.

5-Cárdenas, R.N.; Cárdenas, Y.N. A psicologia como ciência aplicada ao esporte de alto rendimento. EFDeportes.com. Revista Digital. Ano 15. Num. 166. 2012.

6-Carron, A.V. Group dynamics in sport. London. Spody. 1988.

7-Franco, M.L.P.B. Ensino Médio: desafios e reflexões. Campinas. Papirus. 1994.

8-Keen, A. Vertigem digital: porque as redes sociais estão nos dividindo, diminuindo e desorientando. Rio de Janeiro. Zahar. 2012.

9-Kocian, R.C.; Kocian, W.E.; Machado, A.A. Aspectos psicológicos positivos e negativos de uma concentração esportiva: uma visão dos atletas. EFDeportes. Ano 10. Num. 89. 2005.

10-Linhares, T.T. A proteção da criança e do adolescente em tempos de globalização e novas tecnologias. In: Congresso Internacional de Direito e Contemporaneidade: mídias e direitos da sociedade em rede, 2. 2013. Santa Maria. Anais... Santa Maria. 2013. p. 795-808.

11-Machado, A.A.; Gomes, R. Psicologia do Esporte - da escola à competição. Várzea Paulista. Fontoura. 2011.

12-Moioli, A. A Relação das novas mídias de comunicação e o esporte: rupturas e conflitos para a formação moral a partir da representação social do futebol. Tese de Doutorado. Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho. Instituto de Biociências. Rio Claro. 2013.

13-Morão, K.G.; Bagni, G.; Verzani, R.H.; Barbosa, C.G.; Machado, A.A. A reclusão/concentração esportiva para atletas de categorias de base do futebol brasileiro. RPCD. Vol. 16. Num. 3. 2016. p. 78-89.

14-Morão, K.G.; Sena, A.B.D.; Bagni, G.; Verzani, R.H.; Machado, A.A. Novas mídias digitais, redes sociais virtuais e suas implicações no esporte. Coleção Pesquisa em

Educação Física. Vol. 16. Num. 1. 2017. p. 89-96.

15-Picon, F.; Karam, R.; Breda, V.; Restano, A.; Silveira, A.; Spritzer, D. Precisamos falar sobre tecnologia: caracterizando clinicamente os subtipos de dependência de tecnologia. Revista Brasileira de Psicoterapia. Vol. 17. Num. 2. 2015. p. 44-60.

16-Rebustini, F. A vulnerabilidade no esporte e a exposição às novas mídias: um estudo sobre o twitter. Tese de Doutorado. Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho. Instituto de Biociências. Rio Claro. 2012.

17-Silva Junior, F.G.; Silva, T.B.L.G.; Ferreira, J.S.; Fonseca Junior, S.J. Sedentarismo e atividade física em adolescentes com faixa etária de escolares de ensino médio e reflexões para educação física escolar. Revista Saúde Física & Mental. Vol. 7. Num. 1. 2017. p.76-88.

18-Verzani, R. H. Novas mídias sociais, atletas e coping: relações impertinentes. Dissertação de Mestrado. Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho. Instituto de Biociências. Rio Claro. 2017.

19-Verzani, R.H.; Morão, K.G.; Bagni, G.; Machado, A.A.; Serapião, A.B.S. Interferências da cibercultura em atletas de alto rendimento: olhar sobre futebolistas. Revista Brasileira de Futsal e Futebol. São Paulo. Vol. 10. Num. 40. 2018. p. 583-588.

20-Weinberg, R.; Gould, D. Fundamentos da psicologia e do exercício. Porto Alegre. Artmed. 2017.

E-mail dos autores:

renato_verzani@hotmail.com

kauangm@hotmail.com

guilhermebagni@uol.com.br

afonsoa@gmail.com

adriane@rc.unesp.br

Recebido para publicação em 13/10/2019

Aceito em 25/03/2020