

**ANSIEDADE COMPETITIVA EM ATLETAS UNIVERSITÁRIOS
DE FUTSAL: COMPORTAMENTO DAS DIMENSÕES NOS
MOMENTOS PRÉ E PÓS-JOGO**

***COMPETITIVE ANXIETY IN COLLEGE FUTSAL ATHLETES:
PATTERNS OF DIMENSIONS BEFORE AND AFTER GAMES***

***ANSIEDAD COMPETITIVA EN ATLETAS UNIVERSITARIOS DE
FÚTBOL SALA: COMPORTAMIENTO DE LAS DIMENSIONES EN
LOS MOMENTOS PRE Y POSTPARTIDO***

Eduarda Bezerra da Silva

Bacharel em Educação Física

Universidade de Pernambuco (UPE)

Recife, Pernambuco – Brasil

E-mail: eduarda.bezerra@upe.br

Orcid: <https://orcid.org/0009-0003-1598-7370>

Wlaldemir Roberto dos Santos

Doutor em Ciências Biológicas

Universidade de Pernambuco (UPE)

Recife, Pernambuco – Brasil

E-mail: wlaldemir.santos@upe.br

Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-5706-2243>

Tainá Maria de Souza Vidal

Doutora em Neuropsiquiatria e Ciências do Comportamento

Universidade de Pernambuco (UPE)

Recife, Pernambuco – Brasil

E-mail: taina.vidal@upe.br

Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-3828-7310>

Marlene Salvina Fernandes da Costa

Doutoranda em Educação Física pela Universidade de Pernambuco (PAPGEF-UPE/UFPB)

Universidade de Pernambuco –UPE

Recife, Pernambuco – Brasil.

E-mail: marlene.costa@gmail.com

Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-2188-6686>

RESUMO

A prática esportiva em contexto competitivo impõe demandas emocionais significativas aos atletas, sendo a ansiedade competitiva um fator determinante para o desempenho, especialmente em modalidades coletivas como o futsal. O objetivo deste estudo foi analisar o comportamento das dimensões da ansiedade competitiva (ansiedade cognitiva, somática e autoconfiança) ao longo de quatro jogos de uma competição universitária de futsal, comparando os momentos pré e pós-jogo, em atletas com diferentes tempos de prática esportiva. A amostra foi composta por 11 atletas do sexo masculino (mediana de idade = 23 anos; 19–33), participantes do campeonato estadual universitário. Foram aplicados questionário sociodemográfico, o Inventário de Ansiedade Competitiva (CSAI-2R) e a Escala de Humor de Brums, em quatro jogos, nos momentos pré e pós-competição. Evidências mostraram que a ansiedade somática permaneceu estável ao longo dos jogos, enquanto a ansiedade cognitiva apresentou tendência de aumento nos momentos decisivos. Em contrapartida, a autoconfiança manteve-se elevada e consistente, sugerindo papel protetor para o desempenho esportivo. Os atletas universitários de futsal conseguem manter estabilidade somática e altos níveis de autoconfiança durante a competição, mas apresentam maior vulnerabilidade cognitiva em jogos decisivos. Esses achados reforçam a importância de estratégias psicológicas específicas, voltadas ao manejo da ansiedade e à regulação da pressão competitiva, de modo a potencializar o rendimento esportivo e reduzir riscos de queda de desempenho em momentos críticos.

Palavras-chave: Ansiedade competitiva. Futsal. Autoconfiança. Desempenho.

ABSTRACT

Sport practice in competitive settings imposes significant emotional demands on athletes, with competitive anxiety being a key factor influencing performance, particularly in team sports such as futsal. This study aimed to analyze the behavior of the dimensions of competitive anxiety (cognitive anxiety, somatic anxiety, and self-confidence) across four matches of a university futsal competition, comparing pre- and post-match moments in athletes with different levels of sports experience. The sample consisted of 11 male athletes (median age = 23 years; range 19–33), participants in a state university championship. A sociodemographic questionnaire, the Competitive State Anxiety Inventory-2 Revised (CSAI-2R), and the Brunel Mood Scale (BRUMS) were administered across four matches, at both pre- and post-competition moments. The findings showed that somatic anxiety remained stable throughout the matches, whereas cognitive anxiety tended to increase in decisive moments. In contrast, self-confidence remained high and consistent, suggesting a protective role in sports performance. University futsal athletes appear to maintain physiological stability and high levels of self-confidence during competition, but exhibit greater cognitive vulnerability in decisive matches. These findings highlight the importance of implementing specific psychological strategies aimed at anxiety management and regulation of competitive pressure, in order to optimize performance and reduce the risk of performance decline in critical situations.

Keywords: Competitive anxiety. Futsal. Self-confidence. Performance.

RESUMEN

La práctica deportiva en contextos competitivos impone importantes demandas emocionales a los atletas, siendo la ansiedad competitiva un factor determinante para el rendimiento, especialmente en deportes colectivos como el futsal. El objetivo de este

estudio fue analizar el comportamiento de las dimensiones de la ansiedad competitiva (ansiedad cognitiva, somática y autoconfianza) a lo largo de cuatro partidos de una competición universitaria de fútbol sala, comparando los momentos pre y postpartido, en deportistas con diferentes tiempos de práctica deportiva. La muestra estuvo compuesta por 11 atletas masculinos (mediana de edad = 23 años; rango 19–33), participantes de un campeonato estatal universitario. Se aplicaron un cuestionario sociodemográfico, el Inventario de Ansiedad Competitiva (CSAI-2R) y la Escala de Estado de Ánimo de Brunel (BRUMS) en cuatro partidos, en los momentos pre y post-competición. Los resultados mostraron que la ansiedad somática se mantuvo estable a lo largo de los partidos, mientras que la ansiedad cognitiva presentó una tendencia de aumento en los momentos decisivos. Por otro lado, la autoconfianza se mantuvo elevada y consistente, sugiriendo un papel protector en el rendimiento deportivo. Los atletas universitarios de futsal logran mantener estabilidad fisiológica y altos niveles de autoconfianza durante la competición, pero presentan mayor vulnerabilidad cognitiva en partidos decisivos. Estos hallazgos refuerzan la importancia de estrategias psicológicas específicas orientadas al manejo de la ansiedad y la regulación de la presión competitiva, con el fin de optimizar el rendimiento y reducir el riesgo de disminución del desempeño en situaciones críticas.

Palabras clave: Ansiedad competitiva. Fútbol sala. Autoconfianza. Rendimiento.

1 INTRODUÇÃO

No campo da psicologia do esporte, o desempenho atlético tem sido amplamente investigado a partir de múltiplas variáveis psicológicas que influenciam o rendimento em contextos competitivos. Dentre essas variáveis, a ansiedade competitiva ocupa posição de destaque, uma vez que pode impactar negativamente tanto os componentes fisiológicos da performance, como as respostas corporais ao estresse, quanto os componentes cognitivos, incluindo atenção, concentração e tomada de decisão. Essa resposta emocional pode manifestar-se por meio de tensão, preocupação excessiva, nervosismo e aumento da ativação fisiológica, interferindo diretamente na execução esportiva (Weinberg; Gould, 2017).

Em estudos recentes com jogadores de futsal, foi observado que fatores situacionais, como o local da partida (casa ou fora) e a fase da competição e o “*load competitivo*” acumulado ao longo de partidas sucessivas, influenciam os níveis de ansiedade e o estado emocional dos atletas. Por exemplo, Paludo *et al.* (2022) investigaram atletas de futsal U-20 e encontraram diferenças nos níveis de ansiedade pré-competitiva de acordo com a fase da competição e localização do jogo. Além disso,

Ribeiro *et al.* (2022) analisaram tolerância ao estresse e a ansiedade competitiva em partidas sucessivas, enfatizando a relevância das demandas das competições sobre a regulação emocional dos esportistas.

Outra dimensão importante é a autoconfiança, entendida como a crença do indivíduo em sua própria capacidade de realizar com sucesso uma determinada tarefa esportiva. Altos níveis de autoconfiança tendem a atenuar os efeitos negativos da ansiedade, favorecendo o foco, o controle de pensamentos intrusivos e a regulação emocional (autocontrole) (dos Santos *et al.*, 2019).

Em esportes coletivos, evidências sugerem correlações negativas entre ansiedade cognitiva e autoconfiança, ou que a autoconfiança pode funcionar como mediadora na relação entre a intensidade da ansiedade e seu impacto no desempenho. Estudos mais gerais (não apenas em futsal) confirmam que atletas com maior experiência competitiva relatam interpretações mais funcionais dos sintomas de ansiedade (direção positiva) e níveis mais elevados de autoconfiança. (Mellalieu *et al.*, 2004; Mellalieu, Hanton; O'Brien, 2005).

O tempo de prática esportiva ou experiência competitiva surge então como uma variável moderadora ou mediadora relevante. Atletas mais experientes tendem a ter desenvolvido estratégias de enfrentamento de pressão, ao passo que iniciantes ou com menos tempo de prática podem estar mais vulneráveis à ansiedade pré-competitiva e suas interferências cognitivas (Fernandes *et al.*, 2014). O estudo de Fernandes *et al.*, (2014) demonstra que experiência competitiva tem efeito significativo sobre várias dimensões da ansiedade competitiva e da autoconfiança, tanto em modalidades individuais quanto coletivas.

No contexto específico do futsal, há estudos que comparam categorias etárias (por exemplo, sub-16 vs sub-19), demonstrando que jogadores mais jovens ou menos experientes frequentemente apresentam níveis elevados de ansiedade cognitiva e somática, ou menor autoconfiança, em comparação com jogadores mais velhos ou com maior vivência (Ferreira *et al.*, 2021). Um exemplo é o estudo de Ferreira *et al.*, (2021) que contribui para esse entendimento ao mostrar que tanto nas categorias sub-16 quanto sub-19, a autoconfiança mostrou-se consistente e superior aos níveis de ansiedade, sugerindo que os jogadores demonstram crença sólida em suas capacidades.

Contudo, apesar desses avanços, ainda persistem lacunas relevantes. Poucos estudos exploram especificamente atletas universitários de futsal amador, considerando a influência do tempo de prática esportiva e o comportamento dessas variáveis psicológicas ao longo de uma sequência de jogos no contexto pré e pós-competitivo

Assim, delinear-se as seguintes hipóteses de pesquisa: atletas com maior tempo de prática esportiva apresentarão menores níveis de ansiedade (cognitiva e somática) e maiores níveis de autoconfiança em comparação aos atletas menos experientes^{H1}; os níveis de ansiedade cognitiva e somática sofrerão uma redução significativa do momento pré para o pós-jogo em cada partida^{H2}; e os níveis de ansiedade e autoconfiança oscilarão ao longo dos quatro jogos em função do acúmulo da carga competitiva na torneio^{H3}.

Diante desse cenário, o presente estudo tem como objetivo analisar o comportamento das dimensões da ansiedade competitiva (cognitiva e somática) e autoconfiança ao longo de quatro jogos de uma competição universitária de futsal, comparando os momentos pré e pós-jogo em atletas com diferentes tempos de prática esportiva.

3 METODOLOGIA

Participantes

Participaram do estudo 11 atletas do sexo masculino, selecionados por amostragem não probabilística por conveniência, com idades entre 19 e 33 anos, integrantes da equipe de futsal amador do Centro Universitário FACOL (UNIFACOL), regularmente inscritos na edição de 2025 dos Jogos Universitários de Pernambuco (JUPS). Foram incluídos atletas universitários maiores de 18 anos, devidamente vinculados à instituição, com participação regular nos treinamentos, inscrição ativa na competição e tempo mínimo de prática na modalidade de seis meses. Foram excluídos os atletas que não participaram de todas as etapas da coleta de dados ou que, ao longo da competição, apresentaram lesões que impossibilitassem a participação nos jogos avaliados. O convite para participação no estudo ocorreu de forma intencional e voluntária, mediado pelo técnico da equipe universitária.

A coleta de dados foi realizada ao longo de quatro jogos de uma competição universitária estadual, nos momentos pré e pós-jogo, por meio de questionário

sociodemográfico e do Inventário de Ansiedade Competitiva (CSAI-2R). Esse delineamento permitiu descrever e analisar os níveis de ansiedade competitiva e suas dimensões em diferentes situações de jogo, considerando os momentos pré e pós-competição ao longo das quatro partidas

Instrumentos

O Questionário sociodemográfico foi aplicado, abordando questões referente à identificação do voluntário: nome, sexo, data nascimento, peso, estatura, tempo de prática na modalidade, além da informação referente ao histórico de lesão do atleta, questões padronizadas com objetivo da caracterização da amostra.

Para analisar a ansiedade foi utilizado o *Inventário de Ansiedade-Estado Competitiva* (CSAI-2R) (Martens *et al.*, 1990) com a versão brasileira, validada por Fernandes, Vasconcelos-Raposo e Fernandes (Fernandes *et al.*, 2012), optou-se pela versão reduzida do CSAI-2R (Cox *et al.*, 2003). O instrumento é multidimensional e engloba, distintamente, três dimensões de avaliação (ansiedade cognitiva, ansiedade somática e autoconfiança) totalizando 17 itens. Os itens de fator 2, 5, 8, 11, 14 correspondem a ansiedade cognitiva; os itens 1, 4, 6, 9, 12, 15 e 17 à ansiedade somática e itens 3, 7, 10, 13, 16 à autoconfiança, é possível também calcular um escore para cada dimensão, através da soma das respostas dos itens daquele fator divididos pelos números de itens do fator (esta média é calculada porque as subescalas do CSAI-2R (Cox *et al.*, 2003), têm número diferente de itens), podendo os valores variar entre 1 e 4. A homogeneidade dos itens, o estudo demonstrou uma forte consistência interna das três subescalas, com coeficientes alfa de Cronbach que variaram entre 0,79 e 0,90 (Fernandes *et al.*, 2012).

Para avaliar o humor foi usado o questionário de BRUMS, autoaplicável, que permitiu uma rápida mensuração do estado de humor de populações compostas por adultos. Adaptado do “Profile of Mood States (POMS)”, a BRUMS contém 24 indicadores simples de humor, tais como as sensações de raiva, disposição, nervosismo e insatisfação que são perceptíveis pelo indivíduo que está sendo avaliado. O questionário apresenta a pergunta “Como você se sente agora?”, cabendo aos avaliados responderem como se situam em relação a cada sensação dos 24 indicadores, de acordo com a escala do tipo *Likert* de 5 pontos (nada = 0; um pouco = 1; moderadamente = 2; bastante = 3;

extremamente = 4). Os 24 itens da escala compõem seis subescalas: raiva, confusão mental, depressão, fadiga, tensão e vigor. Cada subescala contém quatro itens, obtendo-se um escore que pode variar de 0 a 16 para cada subescala. Para a presente investigação foi identificada consistência interna de 0,78 para a BRUMS e superior a 0,70 para todas as subescalas (Rohlf, 2006, Rohlf *et al*, 2008).

Procedimentos

O primeiro contato com o técnico da equipe foi realizado por telefone, com o objetivo de apresentar o projeto e agendar a visita inicial. Nesse primeiro encontro, o estudo foi detalhado à comissão técnica, visando à obtenção de autorização para a realização da pesquisa. O projeto foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Pernambuco, em conformidade com a Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde, sob o parecer nº 3.696.219, sendo a coleta de dados iniciada somente após essa aprovação.

Em um segundo momento, foi realizada uma reunião com os atletas, na qual foram explicados os objetivos do estudo, os procedimentos de coleta, bem como os possíveis riscos e benefícios da participação, ocasião em que foram entregues os Termos de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Na visita subsequente, os termos devidamente assinados foram recolhidos, e foram aplicados o questionário sociodemográfico e a Escala de Humor de Brums, com orientação do avaliador. Posteriormente, em nova visita, foram realizadas as aferições das medidas corporais dos atletas.

A etapa principal da coleta ocorreu ao longo de quatro jogos do campeonato universitário, nos quais o Inventário de Ansiedade Competitiva (CSAI-2R) foi aplicado em dois momentos distintos, imediatamente antes e imediatamente após cada partida, de forma individual e com acompanhamento direto do avaliador.

Análise dos dados

A normalidade e a homogeneidade de variância dos dados foram analisadas e os pressupostos da estatística paramétrica não foram atendidos. As variáveis de caracterização da amostra foram apresentadas em média e desvio-padrão (DP), incluindo as medidas antropométricas, o tempo de prática esportiva, a frequência semanal de

treinamento e os escores de humor. Para a análise inferencial dos domínios da ansiedade competitiva (ansiedade somática, cognitiva e autoconfiança), foi utilizada estatística não paramétrica. O teste de Friedman foi empregado para a comparação entre os quatro jogos, nos momentos pré e pós-jogo, e, quando identificadas diferenças significativas, foram realizadas comparações pareadas pelo teste de Wilcoxon. As análises estatísticas foram conduzidas utilizando os softwares Jamovi (versão 23.210) e SPSS (versão 20.0; IBM Corp., Armonk, NY, EUA), adotando-se nível de significância de $p < 0,05$.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A amostra foi composta por 11 atletas universitários de futsal, com idade mediana de 23 anos (19–33 anos). A massa corporal apresentou mediana de 74,6 kg, com valores variando entre 61,2 kg e 117,0 kg, enquanto a estatura mediana foi de 1,74 m (1,63–1,92 m). O índice de massa corporal (IMC) mediano foi de 24,1 kg/m², com variação de 20,0 a 31,6 kg/m² (Tabela 1), caracterizando um perfil antropométrico compatível com atletas de modalidades coletivas.

Tabela 1. Características gerias da amostra

	Média (DP) (n=11)	Min - Max
Idade (anos)	24.20± 4.40	19-33
Massa corporal (kg)	77.00±14.70	61.20-117.00
Estatura (cm)	1.74±8.31	1.63-1.92
IMC (kg/m ²)	25.40±3.49	20.00-31.60
Idade iniciou esporte (anos)	7.36±1.69	4-9
Tempo pratica esporte (anos)	13.00±8.23	2-26
Frequência semanal treino (dias)	3.82±1.47	2-6
Score humor	17.70±9.68	5-43

A Tabela 2 apresenta o comportamento da ansiedade somática dos atletas de futsal universitário ao longo das quatro partidas, comparando os níveis de sintomas físicos percebidos nos momentos pré e pós-jogo. A análise inferencial, conduzida pelo teste de Friedman, não revelou diferenças estatisticamente significativas entre os momentos pré-

competitivos ($\chi^2=2,86$; $p = 0,414$) nem entre as medidas coletadas após as partidas ($\chi^2 = 4,08$; $p = 0,253$).

Tabela 2. Comparação da Ansiedade Somática entre jogadores de futsal: Pré e Pós-jogos

Momento	J1 (Mediana)	J2 (Mediana)	J3 (Mediana)	J4 (Mediana)	χ^2	p-valor
Pré-jogo	9 (7–9)	7 (7–8)	8 (7–8)	9 (7.5–11.5)	2.86	0.414
Pós-jogo	7 (7–11)	8 (7.5–9)	7 (7–9)	10 (7–10.5)	4.08	0.253

Nota: Os dados estão expressos em mediana e intervalo interquartil (Q1–Q3). $\chi^2 =$ Teste de Friedman ($df = 3$); $p < 0,05$ indica significância estatística.

A Tabela 3 apresenta as variações nos níveis de ansiedade cognitiva dos atletas ao longo das quatro partidas, foi observada diferença significativa ao longo da competição tanto no momento pré-jogo ($\chi^2 = 7,95$; $p = 0,047$) quanto no pós-jogo ($\chi^2 = 17,10$; $p < 0,001$).

Na análise post-hoc com o teste de Wilcoxon, identificou-se que, no momento pré-jogo, houve um incremento significativo na ansiedade cognitiva apenas na comparação entre o terceiro e o quarto jogo ($W=0,00$; $p=0,036$; $r = -1,00$). No momento pós-jogo, os resultados apontaram que o quarto jogo gerou níveis de ansiedade significativamente superior em relação ao primeiro ($W=0,00$; $p < 0,001$; $r = -1,00$), ao segundo ($W=2,00$; $p=0,004$; $r = -0,82$) e ao terceiro jogo ($W=0,00$; $p < 0,001$; $r = -1,00$). Esses achados, de magnitude elevada ($r \geq 0,82$), sugerem uma acentuação das demandas cognitivas conforme o avanço da fase competitiva.

Tabela 3. Comparação da Ansiedade Cognitiva entre jogadores de futsal: Pré e Pós-jogos

Momento	J1 (Mediana)	J2 (Mediana)	J3 (Mediana)	J4 (Mediana)	χ^2	p-valor
Pré-jogo	6 (5-7)	6 (5-8)	5 (5-8)	7 (5-9.50)	7.95	0.047*
Pós-jogo	5 (5-5.50)	5 (5-8)	5 (5-8)	8 (5.50-10.50)	17.10	<0.001*

Nota: Dados expressos em mediana e intervalo interquartil (Q1-Q3). χ^2 refere-se ao teste de Friedman ($df=3$). * = $p < 0,05$ indica significância estatística.

A Tabela 4 apresenta os resultados da autoconfiança dos atletas e a análise inferencial por meio do teste de Friedman não indicou diferenças estatisticamente significativas entre os momentos pré-competitivos ($\chi^2=1,79$; $p=0,616$) e nem nas avaliações pós-jogo ($\chi^2=7,48$; $p=0,058$).

Os dados demonstram que os níveis de autoconfiança mantiveram-se estáveis e em patamares elevados ao longo das quatro partidas, sugerindo que a percepção de preparo e capacidade de enfrentamento dos atletas permaneceu consistente, independentemente da evolução ou do desfecho da fase competitiva.

Tabela 4. Comparação da Autoconfiança entre jogadores de futsal universitário: Pré e Pós jogos

Momento	J1 (Mediana)	J2 (Mediana)	J3 (Mediana)	J4 (Mediana)	χ^2	p-valor
Pré-jogo	19 (17-20)	17 (16.50-19.50)	18 (15-19)	17 (15.50-19)	1.79	0.616
Pós-jogo	20 (18.50-20)	17 (14.50-20)	19 (16.50-20)	16 (15-19.50)	7.48	0.058

Nota: Os dados estão expressos em mediana e intervalo interquartilico (Q1–Q3). χ^2 = Teste de Friedman (df = 3); $p < 0,05$ indica significância estatística.

Os resultados deste estudo, que teve como objetivo analisar o comportamento das dimensões da ansiedade competitiva ao longo de quatro jogos de uma competição universitária de futsal, comparando os momentos pré e pós-jogo, evidenciaram padrões distintos entre ansiedade somática, cognitiva e autoconfiança, indicando que a experiência esportiva contribuiu para a compreensão das respostas emocionais observadas, embora não explique de forma uniforme todas as dimensões da ansiedade.

Os dados descritivos caracterizaram a amostra quanto ao histórico esportivo, porém ressalta-se que o presente estudo não testou estatisticamente a relação entre o tempo de prática e os níveis de ansiedade. Desse modo, a interpretação dos achados deve concentrar-se fundamentalmente no impacto que as características situacionais e as fases decisivas da competição exercem sobre o estado emocional dos atletas, independentemente de sua trajetória prévia na modalidade.

A partir desse panorama, os resultados evidenciaram comportamentos distintos entre as dimensões da ansiedade competitiva, reforçando a perspectiva da Teoria Multidimensional da Ansiedade (Martens, Vealey, & Burton, 1990), na qual os componentes cognitivo, somático e a autoconfiança apresentam dinâmicas próprias frente ao contexto competitivo.

No que se refere à ansiedade somática, os resultados indicaram estabilidade ao longo dos quatro jogos, sem diferenças significativas entre os momentos pré e pós-competição. Esse padrão sugere que as respostas fisiológicas mantiveram-se controladas e constantes ao longo dos confrontos, parecendo menos sensíveis à progressão da fase competitiva. Achados na literatura apontam que modalidades coletivas frequentemente apresentam menor variabilidade nos escores somáticos durante torneios curtos (Bernardt & Sehnem, 2017), o que reforça a ideia de que o estresse fisiológico pode estabilizar-se após o início da vivência no torneio

Em relação à ansiedade cognitiva, observou-se um aumento significativo ao longo dos jogos, com elevação mais evidente na partida final e nas fases mais decisivas. Esse comportamento evidencia forte sensibilidade às demandas situacionais da competição. O incremento observado reflete, previsivelmente, a intensificação da pressão por resultados, das expectativas externas e da responsabilidade percebida pelos atletas à medida que o torneio avança, o que pode impactar diretamente processos cognitivos como atenção e tomada de decisão (Eysenck *et al.*, 2007).

Da mesma forma, Gould, Petchlikoff e Weinberg (1984) apontam a experiência competitiva como um dos principais preditores da ansiedade cognitiva. Contudo, a elevação observada em momentos decisivos sugere que, mesmo em atletas experientes, o contexto competitivo pode intensificar pensamentos de preocupação, indicando que a regulação cognitiva da ansiedade é mais sensível às demandas situacionais do que às respostas fisiológicas. Contudo, outros estudos abordando o mesmo assunto difere dos resultados citados, (Gonçalves & Belo, 2007; Silva *et al.*, 2017) relatam sobre ansiedade-traço em jovens atletas, observando diferença estatisticamente significativa quando se trata do fator idade, trazendo outra perspectiva a ser analisada pela abordagem

Samulski (2009) destaca que, embora a competição seja reconhecida como um importante estressor, atletas mais experientes tendem a desenvolver maior controle sobre as respostas fisiológicas de ansiedade. Embora alguns autores apontem que características

individuais ou a vivência competitiva prévia possam modular a ansiedade cognitiva (Gould et al., 1984), o achado central deste estudo reside na constatação de que o contexto situacional de jogos decisivos sobressai-se como o principal fator estressor, elevando a preocupação e a apreensão dos atletas na reta final, independentemente de outros fatores não testados.

No que se refere à autoconfiança, os resultados indicaram níveis elevados e relativamente estáveis ao longo da competição. Considerando a Teoria Multidimensional da Ansiedade (Martens, Vealey e Burton, 1990) que aponta uma relação inversa entre autoconfiança e ansiedade cognitiva, os achados indicam que essa dinâmica não ocorre de forma linear na prática esportiva real. Mesmo com escores elevados de autoconfiança, observou-se o aumento da ansiedade cognitiva nos jogos decisivos, corroborando Boas *et al.* (2012) ao sugerirem que fatores contextuais, como a importância e a pressão da partida, modulam essa interação de maneira independente. Assim, a ansiedade competitiva deve ser compreendida como um fenômeno multifatorial, influenciado tanto por características individuais quanto por demandas situacionais.

Apesar das contribuições do estudo em descrever o comportamento emocional em ambiente ecológico válido, algumas limitações importantes devem ser explicitamente assumidas. A participação de apenas 11 atletas de uma mesma equipe configura um tamanho amostral reduzido que diminui consideravelmente o poder estatístico do estudo, exigindo profunda cautela na generalização dos resultados. Além disso, o acompanhamento restrito a quatro jogos limita a compreensão da estabilidade emocional a longo prazo, e o uso de instrumentos autorreferidos está sujeito a vieses de resposta.

Adicionalmente, variáveis contextuais relevantes, como tempo efetivo de jogo, nível do adversário e histórico de lesões, não foram controladas, fatores que poderiam influenciar a percepção de segurança e o desempenho. Em contrapartida, a coleta realizada em um cenário competitivo real confere relevância ecológica aos achados, retratando o comportamento emocional autêntico dos atletas em situação de jogo.

5 CONCLUSÃO

Os resultados do presente estudo evidenciam que as dimensões da ansiedade competitiva respondem de maneira heterogênea às demandas de uma competição de

futsal universitário. Enquanto a ansiedade somática e a autoconfiança mantiveram-se estáveis ao longo do torneio, a ansiedade cognitiva apresentou um aumento significativo em direção aos momentos mais decisivos. Esse comportamento reforça a relevância de se atentar aos fatores situacionais e à pressão inerente às partidas finais, independentemente de características individuais não testadas.

Nesse sentido, a inserção de técnicas de treinamento psicológico, como exercícios respiratórios, estratégias de reestruturação cognitiva, visualização mental e práticas de atenção plena, pode contribuir para uma melhor regulação emocional dos atletas antes e durante as partidas. Tais intervenções tendem a auxiliar no manejo da ansiedade, favorecendo maior concentração, tomada de decisão mais eficiente e melhor desempenho em situações de maior exigência competitiva.

Por outro lado, a estabilidade observada na ansiedade somática e os níveis elevados de autoconfiança ao longo dos jogos indicam uma adequada adaptação fisiológica e emocional dos atletas ao ambiente competitivo. Destaca-se que, devido ao tamanho reduzido da amostra e às limitações inerentes ao desenho do estudo, os achados devem ser interpretados com cautela e restritos ao contexto investigado.

Apesar disso, por ter sido realizado em contexto real de competição, o estudo confere evidências com elevada aplicabilidade prática, permitindo que as intervenções propostas estejam mais próximas das demandas emocionais vivenciadas pelos atletas em situações reais de jogo. O monitoramento contínuo das respostas emocionais revela-se uma ferramenta valiosa para subsidiar a comissão técnica na preparação psicológica, na preservação do desempenho e na promoção do bem-estar de atletas no esporte universitário.

REFERÊNCIAS

BELO, João et al. Study of Body Composition and Motor Skills of Futsal Athletes of Different Competitive Levels. **Sports**, v. 12, n. 5, p. 137, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/sports12050137>. Acesso em: 1 ago. 2025.

BERNARDT, Andréia Maria; SEHNEM, Scheila Beatriz. Ansiedade Pré-Competitiva e autoconfiança em modalidade de esporte coletivo. **Pesquisa em Psicologia-anais eletrônicos**, p. 37-44, 2017. Disponível em: https://periodicos.unoesc.edu.br/pp_ae/article/view/15580/8392. Acesso em: 15 set. 2025.

BOAS, Marcelo Silva Villas et al. Análise do nível de ansiedade de jovens atletas da modalidade de futsal. **Conexões**, v. 10, n. 3, p. 77-86, 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.20396/conex.v10i3.86376> Acesso em: 5 ago. 2025.

CORRÊA, WILLIAN HENRIQUE. Basquete sobre rodas: análise da ansiedade pré-competitiva. **Revista da Associação Brasileira de Atividade Motora Adaptada**, v. 17, n. 02, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.36311/2674-8681.2016.v17n2.05.p31> Acesso em: 18 ago. 2025.

COX, Richard H.; MARTENS, Matthew P.; RUSSELL, William D. Measuring anxiety in athletics: the revised competitive state anxiety inventory-2. **Journal of sport and exercise psychology**, v. 25, n. 4, p. 519-533, 2003. Disponível em: <https://doi.org/10.1123/jsep.25.4.519> Acesso em: 19 set. 2025.

DOS SANTOS, Íris et al. Ansiedade pré-competitiva em atletas de diferentes esportes: um estudo de revisão. **Revista Mundi Saúde e Biológicas (ISSN: 2525-4766)**, v. 4, n. 2, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.21575/25254766msb2019vol4n2916> Acesso em: 05 ago. 2025.

EYSENCK, Michael W. et al. Anxiety and cognitive performance: attentional control theory. **Emotion**, v. 7, n. 2, p. 336, 2007. Disponível em: <https://doi.org/10.1037/1528-3542.7.2.336> Acesso em: 06 ago. 2025.

FERNANDES, Marcos Gimenes; VASCONCELOS-RAPOSO, José; FERNANDES, Helder Miguel. Propriedades psicométricas do CSAI-2 em atletas brasileiros. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, v. 25, p. 679-687, 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-79722012000400007> Acesso em: 10 set. 2025.

FERNANDES, M. G. et al. Effects of experience on the dimensions of intensity, direction and frequency of the competitive anxiety and self-confidence: a study in athletes of individual and team sports. 2014. Disponível em: [https://dx.doi.org/10.6063/motricidade.10\(2\).2930](https://dx.doi.org/10.6063/motricidade.10(2).2930) Acesso em: 08 ago. 2025.

FERREIRA, Sergio Costa et al. Comparison of pre-competitive anxiety between futsal players of sub-16 and sub-19 category. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 7, p. e5510716189-e5510716189, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i7.16189> Acesso em: 14 set. 2025.

GOULD, Daniel; PETLICHKOFF, Linda; WEINBERG, Robert S. Antecedents of, temporal changes in, and relationships between CSAI-2 subcomponents. **Journal of Sport and Exercise Psychology**, v. 6, n. 3, p. 289-304, 1984. Disponível em: <https://doi.org/10.1123/jsep.6.3.289> Acesso em: 12 set. 2025.

MARTENS, Rainer; VEALEY, Robin S.; BURTON, Damon. Competitive anxiety in sport. 1990.

MAZZARDO, Tatiane et al. Intervenção pedagógica nos esportivos coletivos: uma revisão sistemática. **Journal of Physical Education**, v. 33, p. e3338, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.4025/jphyseduc.v33i1.3338> Acesso em: 02 set. 2025.

MELLALIEU, Stephen D.; HANTON, Sheldon; O'BRIEN, Michael. Intensity and direction of competitive anxiety as a function of sport type and experience. **Scandinavian journal of medicine & science in sports**, v. 14, n. 5, p. 326-334, 2004. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2004.00389.x> Acesso em: 18 out. 2025.

MELLALIEU, S. D.; HANTON, S.; O'BRIEN, M. Intensity and Direction Of Competitive Anxiety as a Function of Sport Type and Experience. **Journal of Orthopaedic & Sports Physical Therapy**, v. 35, n. 6, p. 395, 2005. Disponível em: <https://www.ovid.com/journals/jospt/abstract/00001218-200506000-00032~intensity-and-direction-of-competitive-anxiety-as-a-function> Acesso em: 09 out. 2025.

MOREIRA, Valmo José Penna; MATIAS, Cristino Julio Alves da Silva; GRECO, Pablo Juan. A influência dos métodos de ensino-aprendizagem-treinamento no conhecimento tático processual no futsal. **Motriz: Revista de Educação Física**, v. 19, p. 84-98, 2013. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1980-65742013000100009> Acesso em: 11 set. 2025.

NASCIMENTO JUNIOR, José Roberto de Andrade do et al. Does life skills development within sport predict the social behaviours and sports values of youth futsal players?. **International Journal of Sport and Exercise Psychology**, v. 20, n. 3, p. 981-995, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/1612197X.2021.1907764> Acesso em: 10 set. 2025.

PALUDO, Ana Carolina et al. Pre-competitive anxiety and autonomic responses in professional U-20 futsal players: Effect of the competition phase and game location. **Physiology & Behavior**, v. 254, p. 113903, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.physbeh.2022.113903> Acesso em: 22 ago. 2025.

RIBEIRO, Bruno Laerte Lopes et al. Analysis of stress tolerance, competitive-anxiety, heart rate variability and salivary cortisol during successive matches in male futsal players. **BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation**, v. 14, n. 1, p. 187, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s13102-022-00582-3> Acesso em: 20 ago. 2025.

ROHLFS, Izabel Cristina Provenza de Miranda et al. Validação do teste BRUMS para avaliação de humor em atletas e não atletas brasileiros. 2006.

ROHLFS, Izabel Cristina Provenza de Miranda et al. A Escala de Humor de Brunel (Brums): instrumento para detecção precoce da síndrome do excesso de treinamento. **Revista Brasileira de Medicina do esporte**, v. 14, n. 3, p. 176-181, 2008. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1517-86922008000300003> Acesso em: 25 set. 2025.

SAMULSKI, Dietmar. **Psicologia do esporte: conceitos e novas perspectivas**. Manole, 2009.

SILVA, Glauber Castelo Branco et al. Avaliação psicométrica da ansiedade traço em jovens nadadores brasileiros. **Revista Brasileira de Psicologia do Esporte**, v. 7, n. 1, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.31501/rbpe.v7i1.6836> Acesso em: 23 set. 2025.

SOUZA, Mário Alberto Pereira de; TEIXEIRA, Robson Bonoto; LOBATO, Paulo Lanes. Manifestação da ansiedade pré-competitiva em nadadores amadores. **Revista da Educação Física/UEM**, v. 23, n. 2, p. 195-203, 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.4025/reveducfis.v23i2.14737> Acesso em: 23 set. 2025.

THOMAS, Jerry R.; NELSON, Jack K.; SILVERMAN, Stephen J. **Métodos de pesquisa em atividade física**. Artmed Editora, 2009.

WEINBERG, Robert S.; GOULD, Daniel. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. Artmed editora, 2016.

Recebido em: 18 de jun. 2026

Aceito em: 09 de set. 2026