

Ansiedade pré-competitiva em atletas de diferentes esportes: um estudo de revisão

Pre-competitive anxiety in different sports: a review study

Íris dos Santos¹
Vinicius Mafra Maciel²
Vivian de Oliveira³
Ivan Wallan Tertuliano⁴

Resumo: O objetivo do presente estudo foi revisar publicações que investigaram a ansiedade pré-competitiva de atletas de diferentes modalidades esportivas e verificar se sexo, idade e experiência, além da modalidade esportiva praticada, influenciam os resultados. Para isso, adotou-se uma revisão bibliográfica, buscando por artigos publicados entre 2010 e 2018, nas principais bases eletrônicas de dados. Os achados demonstraram que a maior parte dos estudos convergem para resultados em que homens e mulheres apresentam níveis parecidos de ansiedade e autoconfiança. Frente as comparações acerca da idade dos atletas, os estudos revisados, apontam que atletas mais velhos apresentam menos ansiedade que os atletas mais jovens. Tratando-se do fator experiência, os estudos demonstraram que atletas mais experientes apresentam menos ansiedade e mais autoconfiança, quando comparados a atletas menos experientes. Por fim, os resultados dos estudos analisados demonstraram que na comparação entre os esportes coletivos e esportes individuais há similaridade nos níveis de ansiedade e autoconfiança, tendo a autoconfiança os níveis mais elevados. Pode-se considerar, com base nos artigos revisados, que os atletas apresentam elevados níveis de autoconfiança em prol de níveis baixos a moderados de ansiedade (cognitiva e somática), o que corrobora a teoria multidimensional da ansiedade.

Palavras-chave: Ansiedade pré-competitiva; Psicologia do Esporte; Estudo de revisão.

Abstract: The objective of the present study was to review publications that investigated the pre-competitive anxiety of athletes of different sports and to verify if gender, age and experience, besides the sports modality, influence the results. For this, a bibliographic review was adopted, searching for articles published between 2010 and 2018, in the main electronic databases. The findings demonstrated that most of the studies converge to outcomes in which men and women have similar levels of anxiety and self-confidence. Compared with athletes' age, the studies reviewed that older athletes are less anxious than younger athletes. As for the experience factor, studies have shown that the most experienced athletes have less anxiety and more self-confidence when compared to less experienced athletes. Finally, the results of the studies analyzed showed that, in the comparison between collective and individual sports, there is similarity in levels of anxiety and self-confidence, with self-confidence at the highest levels. Based on the reviewed articles, it can be considered that athletes have high levels of self-

¹ Graduanda de Educação Física. Centro Universitário Adventista de São Paulo - UNASP, Campus São Paulo. E-mail: iryssa19@gmail.com

² Graduando de Educação Física. Centro Universitário Adventista de São Paulo - UNASP, Campus São Paulo. E-mail: vinicius.mafra.maciell@outlook.com

³ Mestra. Centro Universitário FIEO -UNIFIEO, Osasco. E-mail:vivian_oliveira58@hotmail.com

⁴ Doutor. Centro Universitário Adventista de São Paulo - UNASP, Campus São Paulo. E-mail: ivanwallan@gmail.com

confidence in favor of low to moderate levels of anxiety (cognitive and somatic), which corroborates the anxiety multidimensional theory.

Keywords: Pre-competitive anxiety; Sports Psychology; Review study.

1 INTRODUÇÃO

A ansiedade é algo que todos experimentamos, e quando se trata do esporte, ela aparece com uma das variáveis que pode afetar o desempenho do atleta (WEINBERG; GOULD, 2017). Para Chaplin (1981) ansiedade é compreendida como um sentimento misto de receio e apreensão acerca do futuro, sem um fator específico para que isso ocorra. Em contrapartida, Gould e Krane (1992) definem ansiedade como sendo um impacto emocional, ou dimensão cognitiva da ativação, podendo ser estudada à partir de seus efeitos emocionais negativos.

Relacionada ao esporte, a ansiedade é interpretada como um estado emocional negativo com sentimentos de nervosismo, preocupação e apreensão associados com ativação do corpo (WEINBERG; GOULD, 2017). A ansiedade pode ser dividida em ansiedade cognitiva e ansiedade somática. A ansiedade cognitiva diz respeito ao grau em que o atleta se preocupa ou tem pensamentos negativos em relação ao seu desempenho desportivo, enquanto a ansiedade somática se refere aos aspectos fisiológicos da experiência de sentir-se ansioso, os quais provocam alteração da função autonômica (FERNANDES; VASCONCELOS-RAPOSO; FERNANDES, 2012a).

Além disso, a ansiedade pode ser classificada como ansiedade-traço ou ansiedade-estado (DE ROSE JUNIOR et al., 1997; LAVOURA; MACHADO, 2006; SCHMIDT; WRISBERG, 2010). A ansiedade-estado é caracterizada por reações diante das situações temporárias, um estado imediato de ordem emocional, ou seja, apresentação de sentimentos de preocupação, tensão ou nervosismo desencadeado por um estímulo ou um acontecimento determinado (MARTENS; VEALEY; BURTON, 1990). No atleta competitivo este estímulo pode ser uma competição que faz com que o atleta fique com nível alto de ansiedade e perceba que essa situação é desagradável e que pode gerar certos tipos de sintomas podendo eles ser cognitivos ou somáticos. Por outro lado, a ansiedade-traço é caracterizada por um estado mais durável e permanente (SPIELBERGER, 1972), que leva o indivíduo a determinar

situações ameaçadoras ou não, ou seja, tem características da personalidade do indivíduo.

Assim, entende-se que ansiedade é um constructo multidimensional, pois refere a disposição para responder ao estresse e a tendência a perceber situações estressantes (FERNANDES et al., 2013a). Samulski (2009) aponta que o principal estressor para os atletas é a competição. A competição tem algumas características específicas que podem aumentar a ansiedade. O contato visual do atleta com seu oponente momentos antes da competição e a possibilidade de ouvir o locutor pronunciando seu nome e o de seus oponentes momentos antes de entrar no jogo, por exemplo, podem gerar ansiedade.

Enquanto estudo, diferentes instrumentos foram desenvolvidos, com o intuito de compreender melhor o papel da ansiedade no rendimento dos atletas, como o STAI (State-trait anxiety inventory) que no Brasil é conhecido como IDATE – inventário de Ansiedade traço-estado (BIAGGIO; NATALÍCIO; SPIELBERGER, 1977) e o CSAI-2 (Competitive State Anxiety Inventory – 2) (MARTENS; VEALEY; BURTON, 1990). Desses instrumentos, o CSAI-2 é o mais utilizado pois parte do pressuposto de mensurar ansiedade à partir de três subescalas: ansiedade de estado cognitiva, ansiedade de estado somática e autoconfiança (ausência de ansiedade), o que é apontado como relevante para compreensão da ansiedade dentro do constructo multidimensional (PONS et al., 2018).

O CSAI-2, no Brasil, foi validado para língua portuguesa (COELHO; VASCONCELOS-RAPOSO; MAHL, 2010), bem como sua versão reduzida, o CSAI-2R (Competitive State Anxiety Inventory – 2R, versão reduzida) (COX; MARTENS; RUSSELL, 2003), a qual foi validada e traduzida por Fernandes, Vasconcelos-Raposo e Fernandes (2012b), com 17 itens e posteriormente por Fernandes et al. (2013b), com 16 itens.

Diante do exposto, o objetivo do presente estudo foi revisar os estudos que investigaram a ansiedade pré-competitiva de atletas de diferentes modalidades esportivas e verificar se sexo, idade e experiência, além da modalidade esportiva praticada, influenciam os resultados.

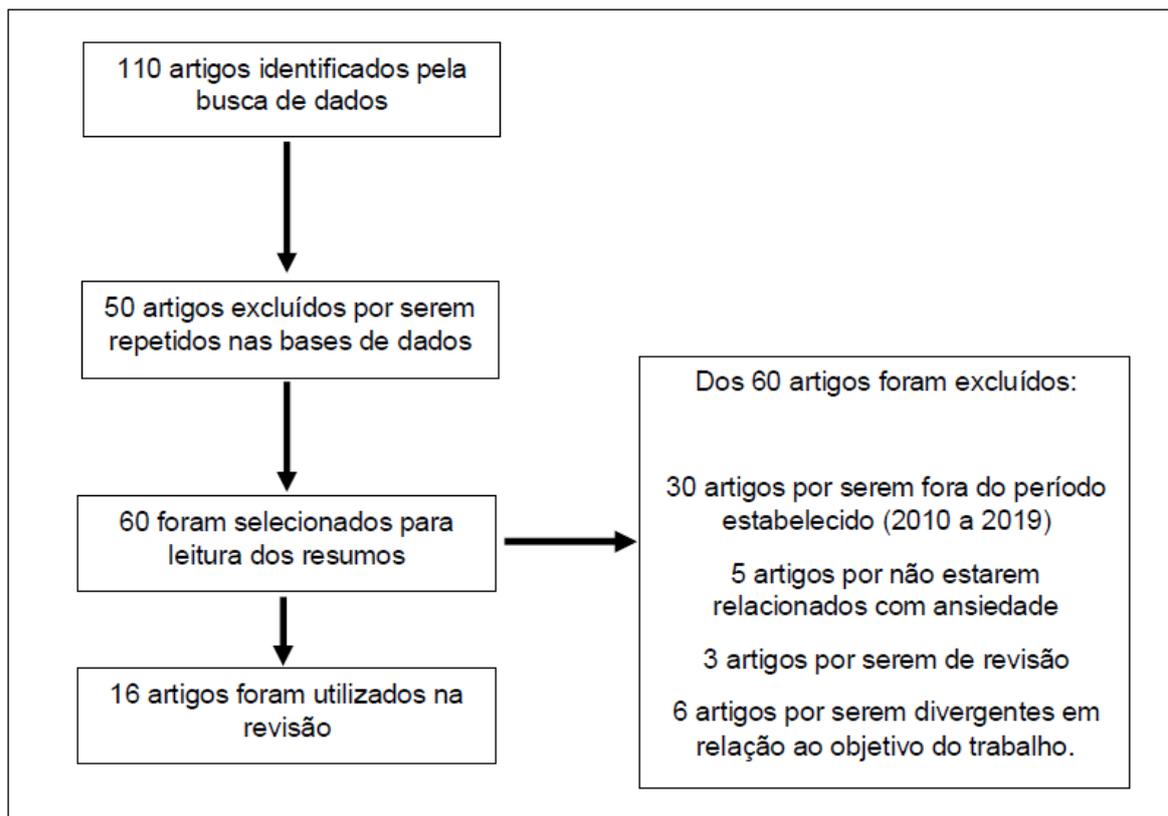
2 METODOLOGIA

O presente estudo caracteriza-se como uma revisão bibliográfica, um tipo de estudo envolve pesquisas que buscam inventariar a produção em determinada área de conhecimento (MARCONI; LAKATOS, 2017). Dessa forma, conduziu-se a busca dos artigos durante o mês de março de 2018, por meio dos descritores em língua portuguesa: atletas, ansiedade, ansiedade pré-competitiva, em todas as combinações possíveis. A busca foi realizada nas principais bases eletrônicas de dados: Scielo, Google Acadêmico, Proquest, Capes e Mendeley.

Como critérios de inclusão, contemplaram-se artigos originais publicados entre 2010 e 2019. A busca encontrou um total de 110 artigos. A princípio foram analisados os títulos, ano de publicação e tema dos artigos para verificar duplicações em diferentes bases, ou ainda trabalhos fora do período estipulado ou que não se encaixavam no objetivo do estudo. Desses, 50 artigos foram excluídos por estarem repetidos nas bases, 30 artigos foram excluídos por estarem fora do período estabelecido (2010 a 2019) e 5 artigos foram excluídos por não estarem relacionados com ansiedade.

Assim, 25 foram selecionados para leitura dos resumos, nos quais buscou-se identificar a relação com o objetivo do presente estudo. Destes, 22 artigos foram escolhidos para a leitura na íntegra, pois se encaixavam nos critérios de inclusão do estudo, já que 3 artigos eram de revisão e, por isso, foram descartados. Desse total, 6 foram excluídos por serem divergentes em relação ao objetivo do trabalho. Ao final do processo de seleção, 16 artigos foram analisados por serem considerados relevantes ao objetivo do estudo.

Figura 1 – Fluxo das buscas nas fontes de informação, seleção e utilização dos estudos na revisão.



Fonte: os autores.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os artigos utilizados para essa revisão são apresentados abaixo seguindo a ordem cronológica de publicação. Cabe tecer que os artigos apresentados abaixo vão de encontro ao objetivo do presente manuscrito e seguem os critérios de seleção supracitados.

Sonoo et al. (2010) analisaram a ansiedade-traço e a ansiedade-estado no Voleibol, com relação ao desempenho pré-competitivo e competitivo. Participaram do estudo nove atletas com idades entre 12 e 14 anos, todas do sexo feminino. Os instrumentos utilizados foram: CSAI – 2 (Competitive State Anxiety Inventory-2) e SCAT (Sport Competition Anxiety Test).

Os resultados indicaram que não houveram diferenças significativas para ansiedade-traço antes e durante a competição. Em relação à ansiedade-estado, os resultados apresentaram diferenças significantes para o componente cognitivo, com uma maior ansiedade na medida competitiva,

comparada com a pré-competitiva. Os autores concluíram que a ansiedade pode afetar o desempenho dos atletas jovens de Voleibol em situações competitivas.

Vieira et al. (2011) investigaram os níveis de ansiedade pré-competitiva e compararam os resultados encontrados sobre a ansiedade com os resultados conquistados pelos atletas em uma competição. Participaram do estudo 75 atletas de atletismo, de ambos os sexos, com idade 14 e 19 anos. Os autores utilizaram como instrumento o CSAI-2. Os resultados demonstraram que não houve diferença estatística significativa entre homens e mulheres para os níveis de ansiedade, tendo os participantes apresentado níveis de ansiedade somática e cognitiva similares entre homens e mulheres e, além disso, os níveis de ansiedade foram menores que os níveis de autoconfiança.

No que tange a ansiedade, quando comparada entre grupos de atletas que tinham uma grande expectativa em conquistar bons resultados na competição e o grupo que não tinha, para o sexo feminino, os resultados não apresentaram diferenças estatísticas significantes entre os grupos. Já para o sexo masculino, os resultados demonstraram que os atletas com alta expectativa de bons resultados apresentaram, estatisticamente, níveis superiores de ansiedade.

Por fim, todos os grupos apresentaram, estatisticamente, níveis superiores de autoconfiança, independentemente do tipo de análise, quando comparada com a ansiedade (somática e cognitiva). Assim, os autores concluíram que os atletas que apresentam altas expectativas de bons resultados competitivos, também apresentam, estatisticamente, níveis superiores de ansiedade (somática e cognitiva) e autoconfiança.

Souza, Teixeira e Lobato (2012) investigaram a ansiedade competitiva no contexto da natação. Participaram do estudo 51 atletas com idade entre 14 e 24 anos, de ambos os sexos. Os autores utilizaram como instrumento o CSAI-2 e o SCAT (Sport Competition Anxiety Test), aplicados no início e no final da competição. Os resultados apresentaram diferenças estatísticas significativas em relação a idade e experiência, para o sexo feminino, ou seja,

as atletas mais jovens e menos experientes apresentaram valores, estatisticamente, superiores de ansiedade (somática e cognitiva).

Em relação a autoconfiança, os resultados apontaram maiores escores para os atletas com mais experiência, para ambos os sexos (diferença estatística). Em relação a ansiedade-traço, os resultados demonstraram que as mulheres apresentaram, estatisticamente, maiores escores, bem como atletas mais jovens (ambos os sexos). Os autores concluíram que os níveis de ansiedade de traço e estado são maiores em atletas mais jovens e com menos experiência competitiva.

Villas-Boas et al. (2012) investigaram os níveis de ansiedade-estado competitiva em jovens atletas de futsal do Estado do Paraná. Participaram do estudo 48 atletas do sexo masculino com idade entre 12 e 13 anos. Os autores utilizaram como instrumento o CSAI-2. Os resultados não demonstraram diferença estatística significativa entre as variáveis investigadas, quando comparadas entre as equipes, bem como não apresentaram diferenças estatísticas significativas entre a posição dos atletas, ou seja, goleiro e pivô, por exemplo, apresentam níveis de ansiedade e autoconfiança similares, tendo a ansiedade e a autoconfiança apresentado escores próximos.

Somado a isso, o fato de o atleta ser titular ou reserva não demonstrou diferença estatística nos resultados supracitados. Diante de tais resultados, os autores concluíram que não houve diferença estatística significativa entre os níveis de ansiedade e autoconfiança na comparação entre equipes, nem em relação a classificação obtida, bem como entre as posições dos jogadores.

Interdonato, Miarka e Franchini (2013) analisaram os níveis de ansiedade durante o pré-competitivo e o competitivo em judocas. Participaram do estudo 40 atletas (20 homens e 20 mulheres), com idade entre 14 e 18 anos. O instrumento utilizado foi questionário Sport Competition Anxiety Test (SCAT). Os resultados demonstraram que homens e mulheres apresentam, estatisticamente, escores superiores de ansiedade no período competitivo, quando comparado com o período de pré-competição.

Além disso, as mulheres, tanto em período competitivo, quanto em período pré-competitivo, apresentaram, estatisticamente, os maiores escores de ansiedade, quando comparadas com os homens. Diante de tais resultados, os autores concluíram que as mulheres apresentam maiores índices de ansiedade, independentemente do período analisado.

Fernandes et al. (2014) investigaram a correlação entre as três dimensões de respostas (intensidade, direção e frequência) do CSAI-2r (versão reduzida do CSAI-2) e sua relação com a experiência competitiva. Para isso os autores utilizaram 267 atletas amadores (196 homens e 71 mulheres), com idade entre 18 e 40 anos. O instrumento utilizado foi o CSAI-2r, que é uma versão resumida do CSAI-2. Os resultados demonstraram, estatisticamente, que a experiência competitiva exerce efeito significativo sobre as dimensões da ansiedade competitiva.

Além disso, tanto os atletas das modalidades individuais, como os atletas das modalidades coletivas, com baixa experiência competitiva, apresentaram, estatisticamente, níveis inferiores de autoconfiança, comparados aos atletas com maior experiência competitiva. Diante desses resultados, os autores concluíram que a experiência competitiva apresenta influência significativa na ansiedade dos atletas, tanto para esportes individuais, quanto coletivos.

Silva et al. (2014) analisaram a influência dos níveis de ansiedade pré competitiva nos aspectos técnicos do Voleibol em partidas dentro e fora de casa. Participaram do estudo 13 atletas femininas de Voleibol com idade entre 15 e 17 anos. Utilizou-se o inventário de ansiedade de Beck e o CSAI-2. As atletas responderam aos questionários durante o campeonato, tendo um total de 10 coletas. Os resultados demonstraram, estatisticamente, que os níveis de ansiedade se mantiveram similares, quando comparados os jogos dentro e fora de casa, não demonstrando diferenças estatísticas significantes entre os níveis de ansiedade para partidas como mandante e como visitante.

Frente aos resultados de correlação entre os níveis de ansiedade e os aspectos técnicos, os resultados demonstraram, estatisticamente, que a

ansiedade não influenciou os níveis técnicos dos atletas, tanto nos jogos dentro de casa, como nos fora de casa. Os autores concluíram que não houve diferença significativa nos níveis de ansiedade dos atletas em jogos dentro e fora de casa e que a ansiedade não influenciou a qualidade técnica dos atletas, já que a mesma se apresentou baixa.

Salles et al. (2015) investigaram a relação dos níveis de ansiedade de atletas universitários com os aspectos de cunho pessoal e com a classificação final das equipes. Participaram do estudo 65 atletas, com idade igual ou acima de 18 anos, de ambos os sexos, praticantes de esportes coletivos (Futsal, Handebol e Voleibol). Utilizou-se o SCAT. Os resultados indicaram que a maioria dos atletas apresentaram, estatisticamente, níveis de ansiedade moderados para ansiedade-traço.

Além disso, os resultados demonstraram, estatisticamente, que não houve relação significativa entre os níveis de ansiedade e o sexo dos atletas, a modalidade praticada ou a classificação final da equipe na competição, embora tenha se constatado que o sexo feminino apresentou, não estatisticamente, níveis de ansiedade mais elevados, seja no âmbito geral ou na especificidade de cada modalidade em particular. Os autores concluíram que o nível médio de ansiedade-traço foi comum em todos os atletas e que esse fator pode ter relação com o bom trabalho do técnico e com a experiência dos atletas.

Paes et al. (2016) analisaram a relação entre os níveis de coesão grupal e ansiedade de atletas de uma equipe de Voleibol em momento de competição. Participaram do estudo 12 atletas de Voleibol, do sexo masculino, com idade entre 15 e 17 anos. Os autores utilizaram como instrumento GEQ - Group Environment Questionnaire e o CSAI-2R. Cabe tecer que apenas os resultados sobre os níveis de ansiedade serão apresentados, pois convergem para o objetivo deste estudo.

Os resultados demonstraram, estatisticamente, que a autoconfiança obteve os maiores escores, quando comparada com a ansiedade (cognitiva e somática), para as três dimensões analisadas (frequência, direção e intensidade). Diante desses resultados, os autores concluíram que a

autoconfiança se apresentou, para essa amostra, frequente nos atletas, com escores elevados (intensidade) e como facilitadora do desempenho competitivo (direção).

Machado et al. (2016) investigaram os níveis de ansiedade de atletas finalistas da Taça Paraná de Voleibol 2011, comparando os escores de homens e mulheres, equipe campeã e vice-campeã, os escores dos titulares e reservas, bem como relacionando os níveis de ansiedade com a experiência dos atletas. Participaram do estudo 47 atletas de ambos os sexos, com idade média de 16 anos. Os autores utilizaram como instrumento CSAI-2. Os resultados demonstraram que mulheres apresentam escores superiores de ansiedade e os homens escores superiores de autoconfiança.

Em relação a comparação entre a equipe campeã e a vice-campeã, não foram encontradas diferenças estatísticas significantes, ou seja, as equipes apresentam valores similares de ansiedade (somática e cognitiva) e autoconfiança, sendo a autoconfiança a variável com maiores escores, tanto para homens, quanto para mulheres. No que tange a comparação entre titulares e reservas, os resultados demonstraram, estatisticamente, que para as mulheres a variável autoconfiança apresentou diferenças significantes, com os maiores escores para as atletas titulares.

Por fim, os resultados não demonstraram, estatisticamente, relação entre os níveis de ansiedade e a experiência dos atletas (homens e mulheres). Diante desses resultados, os autores concluíram que as equipes finalistas apresentam níveis de ansiedade similares, com a autoconfiança superior à ansiedade (cognitiva e somática). Além disso, os autores consideram que o tempo de experiência não influenciou os resultados e que mulheres demonstram-se com maiores índices de ansiedade.

Corrêa (2016) investigou os níveis de ansiedade em atletas de Basquetebol sobre rodas, comparando os resultados entre atletas mais experientes e atletas menos experientes, assim como entre atletas mais velhos e mais novos. Participaram do estudo 11 atletas de Basquete sobre rodas, com

idade entre 25 e 35 anos, todos do sexo masculino. Os autores utilizaram como instrumento CSAI-2.

Os resultados demonstraram, estatisticamente, que todos os atletas da amostra apresentaram níveis superiores de autoconfiança, quando comparados aos níveis de ansiedade (cognitiva e somática). Além disso, que os atletas mais velhos e os atletas mais experientes apresentam, estatisticamente, maiores índices de autoconfiança, quando comparados com os atletas mais novos e menos experientes, respectivamente. Diante desses resultados o autor concluiu que os resultados corroboram a literatura, apontando que a experiência é um fator benéfico para o controle da ansiedade.

Abelini et.al. (2017) analisaram os níveis de ansiedade de atletas de Futsal. Participaram do estudo 8 atletas masculinos, com média de idade de 16 anos. Os autores utilizaram o CSAI-2. Os resultados demonstram, estatisticamente, que a autoconfiança obteve escores significativamente superior à ansiedade cognitiva e ansiedade somática. Além disso, os resultados demonstraram, estatisticamente, que os atletas apresentaram escores similares e baixos para ansiedade somática e cognitiva. Diante de tais resultados os autores concluíram que os atletas avaliados apresentam elevados níveis de autoconfiança, o que pode ser interpretado como favorável para bons resultados em uma competição.

Bernardt e Sehnem (2017) analisaram os níveis de ansiedade pré-competitiva e autoconfiança de atletas de esportes coletivos. Participaram do estudo 11 atletas masculinos com idade entre 12 e 14 anos, de uma única modalidade esportiva. Utilizou-se como instrumento o CSAI-2. Os resultados demonstram, estatisticamente, que os atletas apresentam níveis baixos de ansiedade somática e cognitiva e assim, maiores escores de autoconfiança, corroborando a teoria Multidimensional da ansiedade (MARTENS; VEALEY; BURTON, 1990). Diante de tais resultados os autores concluíram que os atletas avaliados apresentam escores elevados de autoconfiança, o que pode facilitar o rendimento em competições.

Santos et al. (2017) analisaram os níveis de ansiedade em judocas no início de uma competição. Participaram do estudo 28 judocas, iniciantes em competição, todos do sexo masculino. Utilizou-se o SCAT como instrumento de pesquisa. Os resultados demonstraram, estatisticamente, que os níveis de ansiedade dos atletas encontravam-se em sua maioria na média e acima da média, com apenas dois atletas apresentando um quadro de ansiedade alta. Diante de tais resultados os autores concluíram que a experiência é um fator que contribui para o controle da ansiedade.

Igeski et al. (2018) analisaram a influência da competição nos níveis de ansiedade de atletas de Futebol, categoria Sub17. Participaram do estudo 18 atletas do sexo masculino, com idade entre 16 e 17 anos. Utilizou-se como instrumento o CSAI-2, o qual foi aplicado em 4 momentos diferentes da competição. Os resultados demonstraram, estatisticamente, que em todos os momentos avaliados a autoconfiança apresentou-se superior à ansiedade, mesmo tendo apresentado valores medianos (somática e cognitiva). Diante de tais resultados os autores concluíram que os atletas apresentam níveis elevados de autoconfiança, mostrando-se confiantes, além dos atletas terem apresentado estabilidade, já que os níveis de autoconfiança e de ansiedade não se alteraram durante a competição.

Silva et al. (2018) analisaram os níveis de ansiedade de atletas de Karatê antes de uma competição. Participaram do estudo 30 atletas de ambos os sexos, praticantes de Karatê, com idade acima de 15 anos. O instrumento utilizado foi a escala de ansiedade pré-competitiva de Beck. Os resultados demonstraram, estatisticamente, que não houve diferença significativa entre ansiedade e autoconfiança, porém os níveis de autoconfiança, dos atletas, se mostraram superiores, estatisticamente, aos de ansiedade (somática e cognitiva). Os autores concluíram que os níveis de ansiedade apresentados pelos atletas são considerados mínimo e leve, não caracterizando um quadro patológico, e que a autoconfiança apresentou-se superior aos níveis de ansiedade, porém não de forma significativa.

A tabela 1 resume os estudos incluídos nesta revisão, apresentando os estudos por autor, a mostra, objetivo, método e resultados principais (os resultados com diferenças apresentados são apenas os resultados que obtiveram diferenças estatísticas significantes).

Tabela 1 – Apresentação dos estudos incluídos na revisão (n = 15).

Autor (ano)	Amostra	Objetivo	Método	Resultados
Sonoo et al. (2010)	09 atletas com idades entre 12 e 14 anos, sexo feminino.	Analisar a ansiedade-traço e ansiedade-estado no Voleibol, com relação ao desempenho pré-competitivo e competitivo.	Questionário: CSAI-2 e SCAT.	Ansiedade-traço: sem diferença antes e durante a competição Ansiedade-estado: maior ansiedade na medida competitiva (componente cognitivo).
Vieira et al. (2011)	75 atletas de atletismo, de ambos os sexos, com idades entre 14 e 19 anos.	Investigar os níveis de ansiedade pré-competitiva e compararam os resultados encontrados sobre a ansiedade com os resultados conquistados pelos atletas em uma competição.	Questionário: CSAI-2.	Sexo: Sem diferença. Expectativa para mulheres: sem diferença entre grupos. Expectativa para homens: maior ansiedade para o grupo com alta expectativa. Todos os grupos apresentaram maiores escores para autoconfiança, em qualquer análise.
Souza, Teixeira e Lobato (2012)	51 atletas com idades entre 14 e 20 anos, de ambos os sexos.	Investigar a ansiedade competitiva no contexto da natação.	Questionários: CSAI-2 e SCAT.	Ansiedade tem influência da idade, sexo e experiência. Mulheres: mais ansiedade que os homens (cognitiva e somática). Autoconfiança: superior nos atletas experientes (ambos os sexos).
Villas-Boas et al. (2012)	48 atletas masculinos, com idades entre 12 e	Investigar os níveis de ansiedade-estado competitiva em jovens	Questionário: CSAI-2.	Não houve diferença entre ansiedade e

	13 anos.	atletas de futsal.		autoconfiança em qualquer tipo de análise (equipe, posição de jogo e experiência).
Interdonato, Miarka e Franchini (2013)	40 atletas, de ambos os sexos, com idades entre 14 e 18 anos.	Analisar os níveis de ansiedade durante o período pré-competitivo e o competitivo em judocas.	Instrumento: SCAT.	Ansiedade maior em homens e mulheres durante a competição, quando comparado com o período pré-competitivo. Mulheres com maiores escores de ansiedade, pré-competitivo e competitivo.
Fernandes et al. (2014)	267 atletas amadores, de ambos os sexos, com idades entre 18 e 40 anos.	Analisar a relação da ansiedade com a experiência do atleta.	Questionário: CSAI-2R.	Ansiedade: influenciada pela experiência. Autoconfiança: menor em atletas jovens (menos experiência) e de modalidades individuais.
Silva et al. (2014)	13 atletas femininas de Voleibol com idades entre 15 e 17 anos.	Analisar a influência do nível de ansiedade pré-competitiva nos aspectos técnicos do Voleibol em partidas dentro e fora de casa.	Inventário de ansiedade de Beck e o CSAI-2.	Ansiedade: igual para jogos dentro e fora de casa. A ansiedade não influenciou os níveis técnicos.
Salles et al. (2015)	65 atletas, de ambos os sexos, praticantes de Handebol, Futsal e Voleibol.	Analisar o nível de ansiedade dos atletas em uma competição.	Instrumento: SCAT.	Ansiedade: Não foi influenciada pelo sexo dos atletas, resultado na competição ou modalidade praticada.
Paes et al. (2016)	12 atletas de Voleibol, do sexo masculino, com idades entre 15 e 17 anos	Analisar a relação entre os níveis de coesão grupal e ansiedade de atletas de uma equipe de Voleibol em momento de competição	GEQ e CSAI-2R	Autoconfiança superior a ansiedade (cognitiva e somática), para as três dimensões analisadas (frequência, direção e intensidade).

Machado et al. (2016)	47 atletas de ambos os sexos, com idade média de 16 anos	Investigar os níveis de ansiedade de atletas finalistas da Taça Paraná de Voleibol 2011, comparando os escores de homens e mulheres, equipe campeã e vice-campeã, titulares e reservas, bem como relacionando os níveis de ansiedade com a experiência dos atletas.	Questionário: CSAI-2.	Mulheres com escores superiores de ansiedade e homens com escores superiores de autoconfiança. Finalistas com níveis similares de autoconfiança e ansiedade. Experiência não influenciou os resultados. Titulares e reservas com resultados de autoconfiança superior, apenas para mulheres.
Corrêa (2016)	11 atletas de Basquete sobre rodas, com idades entre 25 e 35 anos, todos do sexo masculino.	Analisar os níveis de ansiedade em atletas de Basquete sobre rodas, comparando os resultados entre atletas mais experientes e atletas menos experientes, assim como entre atletas mais velhos e mais novos.	Questionário: CSAI-2.	Autoconfiança superior a ansiedade (todos os atletas). Os atletas mais velhos e os atletas mais experientes apresentam mais autoconfiança que os atletas mais novos e menos experientes, respectivamente.
Abelini et al. (2017)	8 atletas do sexo masculino, com média de idade de 16 anos.	Analisar os níveis de ansiedade de atletas de Futsal.	Questionário: CSAI-2.	Autoconfiança superior a ansiedade (somática e cognitiva).
Bernardt e Sehnem (2017)	11 atletas do sexo masculino, com idades entre 12 e 14 anos.	Analisar o nível de ansiedade pré-competitiva e autoconfiança de atletas de esportes coletivos.	Questionário: CSAI-2.	Autoconfiança superior a ansiedade (somática e cognitiva).
Santos et al. (2017)	28 atletas de judô do sexo masculino.	Analisaram os níveis de ansiedade em judocas no início de uma competição.	Instrumento: SCAT.	Ansiedade com níveis moderados ou acima da média.
Igeski et al. (2018)	18 atletas do sexo masculino, com idades entre 16 e 17 anos.	Analisar a influência da competição nos níveis de ansiedade de atletas de Futebol, categoria Sub17.	Questionário: CSAI-2.	Em todos os momentos avaliados, a autoconfiança apresentou-se

				superior a ansiedade (somática e cognitiva). Durante a competição: sem alteração de níveis de ansiedade e autoconfiança.
Silva et al. (2018)	30 atletas de ambos os sexos, com idades acima de 15 anos.	Analisar os níveis de ansiedade de atletas de Karatê antes de uma competição.	Questionário: escala de ansiedade pré-competitiva de Beck.	Não houve diferença significativa entre ansiedade (cognitiva e somática) e autoconfiança.

Fonte: os autores

Em relação as análises por sexo, observou-se na presente revisão que os resultados de três estudos não demonstraram diferenças estatísticas significantes entre homens e mulheres (SALLES et al., 2015; SILVA et al., 2018; VIEIRA et al., 2011), o que difere de outros dois estudos investigados, nos quais os homens apresentaram, estatisticamente, maior autoconfiança (MACHADO et al., 2016; PAES et al., 2016). Assim, os estudos desta revisão, bem como outros estudos (BERTUOL; VALENTINI, 2006; HAGAN JR.; POLLMANN; SCHACK, 2017; SEELEY et al., 2000), demonstram que não existe diferença estatística significativa entre homens e mulheres para ansiedade, sendo que a ansiedade apresenta escores baixos e a autoconfiança escores elevados (BERTUOL; VALENTINI, 2006; HAGAN JR.; POLLMANN; SCHACK, 2017; SALLES et al., 2015; SEELEY et al., 2000; SILVA et al., 2018; VIEIRA et al., 2011).

Nesses estudos as mulheres demonstram, estatisticamente, níveis similares aos homens e, além disso, os dois grupos apresentam elevados escores de autoconfiança, o que diminui os escores de ansiedade somática e cognitiva, corroborando a teoria multidimensional da ansiedade (MARTENS; VEALEY; BURTON, 1990). Em síntese, os estudos investigados no presente estudo convergem para mesma direção, ou seja, no geral, os atletas apresentam valores superiores de autoconfiança, quando comparados com os escores de ansiedade somática e cognitiva (FERNANDES et al., 2014; MACHADO et al., 2016; PAES et al., 2016; SALLES et al., 2015).

Em relação as mulheres, a literatura (SOUZA; TEIXEIRA; LOBATO, 2012) cita que as mesmas apresentam uma responsividade maior em relação ao estímulo externo, o que interferiria em seus níveis de autoconfiança, ou seja, que as mulheres apresentaram valores inferiores de autoconfiança quando comparadas aos homens (MACHADO et al., 2016). Todavia cabe tecer que esses resultados foram encontrados na minoria dos estudos, o que nos leva a direcionar a discussão para o supracitado, ou seja, mulheres e homens, em grande parte dos estudos, apresentam valores similares de autoconfiança, sendo essa variável superior a ansiedade somática e cognitiva (ABELINI et al., 2017; BERNARDT; SEHNEM, 2017; CORRÊA, 2016; IGESKI et al., 2018; MACHADO et al., 2016; PAES et al., 2016; PONS et al., 2018; SOUZA; TEIXEIRA; LOBATO, 2012; VILLAS-BOAS et al., 2012).

Tais achados, como já citado, corroboram a teoria proposta por Martens, Vealey e Burton (1990), Teoria Multidimensional da Ansiedade, e com os resultados de outros estudos (ARRUDA et al., 2017; COWDEN; FULLER; ANSHEL, 2014; FERNANDES; VASCONCELOS-RAPOSO; FERNANDES, 2012b, 2012a; FORTES et al., 2017; HAGAN JR.; POLLMANN; SCHACK, 2017; NASCIMENTO JUNIOR et al., 2016; PAES et al., 2016).

De acordo com a Teoria Multidimensional da Ansiedade (MARTENS; VEALEY; BURTON, 1990), as ansiedades somática e cognitiva apresentam-se baixas quando os índices e autoconfiança estão elevados. Tais achados demonstram a importância do Psicólogo do Esporte junto aos atletas, pois o seu trabalho pode contribuir com o controle da ansiedade e o fortalecimento da autoconfiança dos atletas (FERNANDES et al., 2014; INTERDONATO; MIARKA; FRANCHINI, 2013).

Em relação as análises por idade, observou-se na presente revisão que os atletas mais velhos apresentam, de forma significativa, menos ansiedade pois interpretam os sinais do ambiente e da competição de forma positiva, facilitando o desempenho (FERNANDES et al., 2014; INTERDONATO; MIARKA; FRANCHINI, 2013; SANTOS et al., 2017; SOUZA; TEIXEIRA; LOBATO, 2012), corroborando os achados de outros estudos (BERTUOL;

VALENTINI, 2006; PONS et al., 2018). Por outro lado, outros estudos encontraram resultados divergentes (CORRÊA, 2016; DE ROSE JUNIOR et al., 1997; GONÇALVES; BELO, 2007; INTERDONATO et al., 2010), nos quais os resultados apontam que a diferença de idade não influenciou os níveis de ansiedade ou de autoconfiança.

Assim, os autores citados argumentam que a ansiedade pode ser afetada por inúmeros fatores, como insegurança, o que não necessariamente tem direta relação com a idade ou experiência competitiva do atleta (SOUZA; TEIXEIRA; LOBATO, 2012). Porém, ao tratar da experiência do atleta frente a competições, a literatura aponta que a mesma influencia os níveis de ansiedade e autoconfiança (FERNANDES et al., 2014; NASCIMENTO JUNIOR et al., 2016; NOGUEIRA, 2016; PAES et al., 2016; VIEIRA et al., 2011).

De acordo com Fernandes et al. (2013b) os atletas mais experientes interpretam os sinais de ansiedade e autoconfiança como facilitadores para o desempenho, da mesma forma que atletas mais velhos (BERTUOL; VALENTINI, 2006; FERNANDES et al., 2013a, 2014; PONS et al., 2018; SANTOS et al., 2017; SOUZA; TEIXEIRA; LOBATO, 2012). Em contrapartida, os atletas menos experientes interpretam os sinais de ansiedade e autoconfiança como dificultadores do desempenho (CORRÊA, 2016; FERNANDES et al., 2014). Assim, os atletas com alta experiência competitiva tendem a interpretar os sinais de ansiedade e de autoconfiança como positivos para o desempenho, além de apresentarem menos pensamentos relacionados a ansiedade (BERNARDT; SEHNEM, 2017; CORRÊA, 2016; SANTOS et al., 2017).

Estes achados reforçam a ideia de Hanton et al. (2008), na qual a experiência competitiva é uma variável de fundamental importância no estudo da ansiedade multidimensional. Além disso, os resultados da presente revisão reforçam a teoria de Gould, Petchlikoff e Weinberg (1984), na qual os autores apontam que o melhor preditor para ansiedade cognitiva é a experiência do atleta, sendo que quanto mais experiência o indivíduo tem, menores são os sinais de ansiedade cognitiva.

Em relação as análises por esporte (coletivo *versus* individual), observou-se na presente revisão que os atletas de esportes coletivos apresentam resultados similares aos atletas de esportes individuais (FERNANDES et al., 2014; SALLES et al., 2015), quando avaliando os níveis de ansiedade e autoconfiança. Todavia, um dos estudos da revisão (BERNARDT; SEHNEM, 2017), encontrou resultados divergentes, ou seja, os atletas de esportes individuais apresentam maiores escores de ansiedade, assim como o encontrado no estudo de Interdonato et al. (2010).

De acordo com os autores, pode-se dizer que os atletas de esportes individuais tendem a apresentar maiores índices de ansiedade pelo fato de compartilharem a responsabilidade da vitória ou derrota, expondo-se, sozinhos, as pressões físicas e psíquicas, tornando-se mais presentes (FERNANDES et al., 2013b, 2014; INTERDONATO et al., 2010), enquanto que os atletas de esportes coletivos dividem a responsabilidade com os colegas de equipe, o que pode auxiliar na diminuição da ansiedade (GONÇALVES; BELO, 2007).

Entretanto, como já citado, os estudos revisados apontaram para similaridade estatística nos níveis de ansiedade entre os atletas de esportes coletivos e esportes individuais (FERNANDES et al., 2014; SALLES et al., 2015). Esses resultados direcionam o entendimento de que talvez a relação da ansiedade não esteja com o tipo de esporte praticado, mas com o nível de experiência do atleta (HANTON et al., 2008). Essa hipótese pode ser reforçada com os resultados apresentados acerca da relação entre a experiência competitiva e os níveis de ansiedade e autoconfiança, já apresentados no presente trabalho.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo revisou alguns dos estudos que investigaram a ansiedade pré-competitiva de atletas de diferentes modalidades esportivas e verificar se sexo, idade e experiência, além da modalidade esportiva praticada, influenciam os resultados. Cabe tecer que no presente estudo um dos critérios

de seleção está relacionado a publicação, ou seja, apenas artigos publicados em português foram utilizados.

Dessa forma, em relação aos estudos revisados, tratando-se dos resultados apresentados em relação as análises por sexo, observou-se que a maior parte convergem para semelhança entre homens e mulheres em relação aos níveis de ansiedade e autoconfiança (SALLES et al., 2015; SILVA et al., 2018; VIEIRA et al., 2011), ou seja, os resultados vão de encontro aos achados de outros estudos (BERTUOL; VALENTINI, 2006; HAGAN JR.; POLLMANN; SCHACK, 2017; SEELEY et al., 2000).

Falando-se, agora dos estudos revisados, no que tange as comparações frente a idade dos atletas, os estudos revisados, na maioria (FERNANDES et al., 2014; INTERDONATO; MIARKA; FRANCHINI, 2013; SANTOS et al., 2017; SOUZA; TEIXEIRA; LOBATO, 2012), apontam que atletas mais velhos apresentam menos ansiedade que os atletas mais jovens (BERTUOL; VALENTINI, 2006; PONS et al., 2018).

Tratando do fator experiência, a literatura revisada demonstrou que atletas mais experientes apresentam menos ansiedade e mais autoconfiança, quando comparados a atletas menos experientes (BERNARDT; SEHNEM, 2017; CORRÊA, 2016; FERNANDES et al., 2014; PAES et al., 2016; SANTOS et al., 2017; VIEIRA et al., 2011), corroborando o exposto por outros autores (BERTUOL; VALENTINI, 2006; NASCIMENTO JUNIOR et al., 2016; NOGUEIRA, 2016; PONS et al., 2018).

Por fim, os resultados desta revisão demonstraram que atletas de esportes coletivos e de esportes individuais apresentam, na maioria das vezes, resultados parecidos (FERNANDES et al., 2014; SALLES et al., 2015), no que tange os níveis de ansiedade e autoconfiança. Os resultados da presente revisão demonstram, de modo geral, que os atletas dos artigos revisados apresentam maiores níveis de autoconfiança em prol de níveis baixos a moderados de ansiedade (cognitiva e somática).

Esses resultados corroboram a teoria multidimensional da ansiedade (MARTENS; VEALEY; BURTON, 1990) e os resultados de outros estudos (ARRUDA et al., 2017; COWDEN; FULLER; ANSHEL, 2014; FERNANDES et

al., 2013b; FERNANDES; VASCONCELOS-RAPOSO; FERNANDES, 2012b; FORTES et al., 2017; HAGAN JR.; POLLMANN; SCHACK, 2017; NASCIMENTO JUNIOR et al., 2016) e apontam a importância do Psicólogo do Esporte durante toda preparação e manutenção de habilidades psicológicas, já que independentemente do sexo, da idade ou da modalidade, a ansiedade é uma variável a ser controlada, o que deve ocorrer por meio de acompanhamento de um profissional capacitado.

Enquanto acompanhamento sugere-se que o mesmo tenha como meta o aumento da autoconfiança, o que é denominado pela literatura de tenacidade mental (COWDEN; FULLER; ANSHEL, 2014). Além disso, de modo geral, o aumento da autoconfiança, enquanto estratégia de intervenção pode funcionar como estratégia de *coping* para o enfrentamento da ansiedade que a competição gera no atleta antes de seu início (NASCIMENTO JUNIOR et al., 2016).

Todavia o presente estudo apresenta a limitação de ser uma revisão e de utilizar apenas estudos de língua portuguesa. Assim, novo estudo, original, faz-se necessário, comparando os novos resultados com os já apresentados pela literatura, bem como a correlação com outras variáveis, como por exemplo, a coesão de grupo e o perfil do treinador, ou até uma revisão mais ampla, atingindo artigos publicados em outras línguas.

REFERÊNCIAS

ABELINI, H. G.; MOURA, F.; MIGUEL, H.; CAMPOS, M. V. A. Análise dos Níveis de Ansiedade Pré-Competitivo no Futsal nas Categorias Sub -17 do Município de São Jose do Rio Pardo – SP. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento**, São Paulo, v. 01, n. 2, p. 359–371, 2017.

ARRUDA, A. F. S.; AOKI, M. S.; PALUDO, A. C.; MOREIRA, A. Salivary steroid response and competitive anxiety in elite basketball players: Effect of opponent level. **Physiology & behavior**, Zurich, v. 177, n. 1, p. 291–296, 2017.

BERNARDT, A. M.; SEHNEM, S. B. Ansiedade Pré-Competitiva e autoconfiança em modalidade de esporte coletivo. **Pesquisa em Psicologia: anais eletrônicos**, Joaçaba, p. 37–44, 2017.

BERTUOL, L.; VALENTINI, N. C. Ansiedade competitiva de adolescentes: gênero, maturação, nível de experiência e modalidades esportivas. **Revista da Educação Física da UEM**, Maringá, v. 17, n. 1, p. 65–74, 2006.

BIAGGIO, A. M. B.; NATALÍCIO, L.; SPIELBERGER, C. D. Desenvolvimento da forma experimental em português do inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE) de Spielberger. **Arquivos Brasileiros de Psicologia Aplicada**, Rio de Janeiro, v. 29, n. 3, p. 31–44, 1977.

CHAPLIN, J. P. **Dicionário de psicologia**. Lisboa: Publicações Dom Quixote, 1981.

COELHO, E. M.; VASCONCELOS-RAPOSO, J.; MAHL, A. C. Confirmatory factorial analysis of the Brazilian version of the Competitive State Anxiety Inventory-2 (CSAI-2). **The Spanish journal of psychology**, Madrid, v. 13, n. 1, p. 453–60, 2010.

CORRÊA, W. H. Basquete sobre rodas: análise da ansiedade pré-competitiva. **Revista da Sobama**, Marília, v. 17, n. 2, p. 31–36, 2016.

COWDEN, R. G.; FULLER, D. K.; ANSHEL, M. H. Psychological predictors of mental toughness in elite Tennis: an exploratory study in learned resourcefulness and competitive trait anxiety. **Perceptual and Motor Skills**, Norfolk, v. 119, n. 3, p. 661–678, 2014.

COX, R. H.; MARTENS, M. P.; RUSSELL, W. D. Measuring anxiety in athletics: the revised competitive State Anxiety Inventory–2. **Journal of Sport and Exercise Psychology**, Bath, v. 25, n. 4, p. 519–533, 2003.

DE ROSE JUNIOR, D.; VASCONCELLOS, E. G.; DE ROSE JÚNIOR, D.; VASCONCELLOS, E. G. Ansiedade-traço competitiva e atletismo: um estudo com atletas infanto-juvenis. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, v. 11, n. 2, p. 148–154, 1997.

FERNANDES, M. G.; NUNES, S. A. N.; VASCONCELOS-RAPOSO, J.; FERNANDES, H. M. Factors influencing competitive anxiety in Brazilian athletes. **Brazilian Journal of Kinanthropometry and Human Performance**, Florianópolis, v. 15, n. 6, p. 705–715, 2013a.

FERNANDES, M. G.; NUNES, S. A. N.; VASCONCELOS-RAPOSO, J.; FERNANDES, H. M. Efeitos da experiência nas dimensões de intensidade, direção e frequência da ansiedade e autoconfiança competitiva: Um estudo em atletas de desportos individuais e coletivos. **Motricidade**, Ribeira de Pena, v. 10, n. 2, p. 81–89, 2014.

FERNANDES, M. G.; NUNES, S. A.; RAPOSO, J. V.; FERNANDES, H. M.; BRUSTAD, R. The CSAI-2: An examination of the instrument's factorial validity and reliability of the intensity, direction and frequency dimensions with Brazilian

athletes. **Journal of applied sport psychology**, London, v. 25, n. 4, p. 377–391, 2013b.

FERNANDES, M. G.; VASCONCELOS-RAPOSO, J.; FERNANDES, H. M. Relação entre orientações motivacionais, ansiedade e autoconfiança, e bem-estar subjetivo em atletas brasileiros. **Motricidade**, Ribeira de Pena, v. 8, n. 3, p. 4–18, 2012a.

FERNANDES, M. G.; VASCONCELOS-RAPOSO, J.; FERNANDES, H. M. Propriedades psicométricas do CSAI-2 em atletas brasileiros. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, Porto Alegre, v. 25, n. 4, p. 679–687, 2012b.

FORTES, L. S.; COSTA, B. D. V.; PAES, P. P.; NASCIMENTO JÚNIOR, J. R. A.; FIORESE, L.; FERREIRA, M. E. C. Influence of competitive-anxiety on heart rate variability in swimmers. **Journal of Sports Science & Medicine**, Bursa Turkey, v. 16, n. 4, p. 498–504, 2017.

GONÇALVES, M. P.; BELO, R. P. Ansiedade-traço competitiva: diferenças quanto ao gênero, faixa etária, experiência em competições e modalidade esportiva em jovens atletas. **Revista Psicologia-USF**, Itatiba, v. 12, n. 2, p. 301–307, 2007.

GOULD, D.; KRANE, V. The arousal–athletic performance relationship: Current status and future directions. In: HORN, T. S. (Ed.). **Advances in sport psychology**. Champaign: Human Kinetics Publishers, 1992. p. 119–142.

GOULD, D.; PETLICHKOFF, L.; WEINBERG, R. S. Antecedents of, temporal changes and relationships between CSAI-2 subcomponents. **Journal of Sport Psychology**, London, v. 6, n. 289–304, p. 289–304, 1984.

HAGAN JR., J. E.; POLLMANN, D.; SCHACK, T. Interaction between gender and skill on competitive state anxiety using the time-to-event paradigm: What roles do intensity, direction, and frequency dimensions play? **Frontiers in Psychology**, Lausanne Switzerland, v. 8, n. 692, p. 1–13, 2017.

HANTON, S.; NEIL, R.; MELLALIEU, S.; FLETCHER, D. Competitive experience and performance status: An investigation into multidimensional anxiety and coping. **European Journal of Sport Science**, Cologne, v. 8, n. 3, p. 143–152, 2008.

IGESKI, B. C.; OLIVEIRAJUNIOR, R. C. De; SKAVINKI, M. A.; CAVALHEIRO, F. S.; RIBAS, M. R.; BASSAN, J. C. Variações das dimensões da ansiedade durante competição nacional de Futebol na categoria Sub17. **Revista Brasileira de Futsal e Futebol**, São Paulo, v. 10, n. 38, p. 341–346, 2018.

INTERDONATO, G. C.; MIARKA, B.; FRANCHINI, E. Análise da ansiedade pré-competitiva e competitiva de jovens judocas. **Revista de Artes Marciales Asiáticas**, León, v. 8, n. 2, p. 471–479, 2013.

INTERDONATO, G. C.; OLIVEIRA, A. R.; LUIZ JUNIOR, C. C.; GREGUOL, M. Análise da ansiedade de traço competitiva em jovens atletas. **Conexões**, Campinas, v. 8, n. 3, p. 1–9, 2010.

LAVOURA, T. N.; MACHADO, A. A. Esporte de aventura de rendimento e estados emocionais: relações entre ansiedade, autoconfiança e auto-eficácia. **Motriz**, Rio Claro, v. 12, n. 2, p. 143–148, 2006.

MACHADO, T. do A.; PAES, M. J.; ALQUIERE, S. M.; OSIECKI, A. C. V.; LIRANI, L. da S.; STEFANELLO, J. M. F. Ansiedade estado pré-competitiva em atletas de voleibol infanto-juvenis. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 30, n. 4, p. 1061–1067, 2016.

MARCONI, M. A.; LAKATOS, E. M. **Metodologia Científica**. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2017.

MARTENS, R.; VEALEY, R. S.; BURTON, D. **Competitive anxiety in sports**. Champaign: Human Kinetics, 1990.

NASCIMENTO JUNIOR, J. R. A.; BALBIM, G. M.; VISSOCI, J. R. N.; MOREIRA, C. R.; PASSOS, P. C. B.; VIEIRA, L. F. Análise das relações entre ansiedade estado e coesão de atletas de handebol. **Revista Psicologia: Teoria e Prática**, São Paulo, v. 18, n. 2, p. 89–102, 2016.

NOGUEIRA, F. C. A. **Crença de auto eficácia e ansiedade em atletas de Voleibol**. 2016. 115 f. Tese (Doutorado em Psicologia - Instituto de Ciências Humanas, Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora, 2016).

PAES, M. J.; MACHADO, T. do A.; BERBETZ, S. R.; STEFANELLO, J. M. F. Frequência, intensidade e direção da ansiedade e sua relação com a coesão grupal em uma equipe de voleibol infanto-juvenil masculina. **Revista Brasileira de Psicologia do Esporte**, São Paulo, v. 6, n. 3, p. 46–56, 2016.

PONS, J.; VILADRICH, C.; RAMIS, Y.; POLMAN, R. The mediating role of coping between competitive anxiety and sport commitment in adolescent athletes. **The Spanish journal of psychology**, Madrid, v. 21, p. E7, 2018.

SALLES, W. N.; OLIVEIRA, C. C.; BARROSO, M. L. C.; PACHECO, R. W. Ansiedade pré-competitiva e esporte: estudo com atletas universitários. **Conexões**, Campinas, v. 13, n. 3, p. 85–100, 2015.

SAMULSKI, D. M. **Psicologia do Esporte: conceitos e novas perspectivas**. Barueri: Manole, 2009.

SANTOS, M. H. Dos; MIRANDA, D. F. A.; LUIS, D. A.; SOUZA, J. de O.; SILVA, F. P. Da; YOUSSEF, A. L.; ARANHA, A. C. M. Análise dos aspectos da ansiedade pré competição em atletas iniciantes de judô. **American journal of**

Sports Training, Erechim, n. 2001, p. 1–9, 2017.

SCHMIDT, R. A.; WRISBERG, C. A. **Aprendizagem e Performance Motora: Uma abordagem da aprendizagem baseada na situação**. 4. ed. Porto Alegre: ArtMed, 2010.

SEELEY, G.; STOREY, J.; WAGNER, D.; WALKER, C.; WATTS, K. Anxiety levels and gender differences in social volleyball players before and during competition in an Australian setting. **SportPsyc Unpublished**, Sydney, v. 1, p. 1–5, 2000.

SILVA, J. V. S.; CAMARGO, G. B.; ARANTES, J. P.; PERUCHI, L. H. Ansiedade pré-competitiva em atletas praticantes de Karatê. **Revista Científica UMC**, Mogi das Cruzes, n. especial, p. 1–4, 2018.

SILVA, M. M. F.; VIDUAL, M. B. P.; OLIVEIRA, R. A.; YOSHIDA, H. M.; BORIN, J. P.; FERNANDES, P. T. Ansiedade e desempenho de jogadoras de Voleibol em partidas realizadas dentro e fora de casa. **Revista da Educação Física da UEM**, Maringá, v. 25, n. 4, p. 585–596, 2014.

SONOO, C. N.; GOMES, A. L.; DAMASCENO, M. L.; SILVA, S. R.; LIMANA, M. D. Ansiedade e desempenho: um estudo com uma equipe infantil de voleibol feminino. **Motriz**, Rio Claro, v. 16, n. 3, p. 629–637, 2010.

SOUZA, M. A. P.; TEIXEIRA, R. B.; LOBATO, P. L. Manifestação da ansiedade pré-competitiva em nadadores amadores. **Revista da Educação Física da UEM**, Maringá, v. 23, n. 2, p. 195–203, 2012.

SPIELBERGER, C. D. **Anxiety: current trends in theory and research**. New York: Academic Press, 1972.

VIEIRA, L. F.; TEIXEIRA, C. L.; VIEIRA, J. L. L.; OLIVEIRA FILHO, A. Autoeficácia e nível de ansiedade em atletas jovens do atletismo paranaense. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, Florianópolis, v. 13, n. 3, p. 183–188, 2011.

VILLAS-BOAS, M. S.; COELHO, R. W.; VIEIRA, L. F.; FONSECA, P. H. S.; KUCZYNSKI, K. M.; VILLAS-BOAS, A. G. B. Análise do nível de ansiedade de jovens atletas da modalidade de Futsal. **Conexões**, Campinas, v. 10, n. 3, p. 77–86, 2012.

WEINBERG, R. S.; GOULD, D. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. 6. ed. Porto Alegre: ArtMed, 2017.