

INICIAÇÃO ESPORTIVA E OS FATORES DE RISCO NA FORMAÇÃO DE ATLETAS ESCOLARES

SPORTS INITIATION AND RISK FACTORS IN THE TRAINING OF SCHOOL ATHLETES

Walgrenio Medeiros Alves¹

Resumo

A iniciação esportiva é algo muito relevante hoje seja nos aspectos acadêmicos, esportivos ou na literatura esportiva, sobretudo esta iniciação esportiva quando não é desenvolvida dentro de uma pedagogia adequada, logo aparecem os fatores de risco, tendo uma participação muito negativa na formação de atletas esportivos escolares, estes fatores de risco desencadeiam um processo de abandono na prática esportiva. O objeto de estudo tem como finalidade analisar a iniciação esportivas e os fatores de risco na formação de atletas esportivos. A busca desenfreada por resultados expressivos na formação de atletas esportivos, vai no sentido contrário da iniciação esportiva em quando pedagogia de formação de atletas em modalidades esportivas, é uma realidade que frustram crianças e adolescentes ao vivenciarem etapas de treinamentos que não condizem com sua realidade maturacional e psicológica. Dentro dos fatores de risco na formação de atletas esportivos, fica evidente que a metodologia utilizada por vários profissionais do esporte não está adequada com a iniciação esportiva, uma vez vislumbrando pelo imediatismo por parte destes profissionais, somam inúmeros fatores de risco como, estresse, overtraining e o esgotamento físico e mental. Isso não quer dizer que atletas adultos não sofram desses tipos de problemas, mas as crianças tendem a estar menos preparadas para lidar com a prática sistemática de rendimento e tornam-se mais suscetíveis a vários fatores prejudiciais ao seu desenvolvimento. O objetivo deste estudo foi analisar iniciação esportiva e os fatores de risco na formação de atletas, procurando auxiliar os profissionais da área de educação física e do esporte sobre os fatores de risco na iniciação esportiva na formação de atletas.

Palavras-chave: Iniciação; Escolares; Fatores; Risco; Formação.

Abstract

Sports initiation is highly relevant in academic, athletic, and specialized literature contexts. However, when it is not developed within an appropriate pedagogical approach, risk factors may arise, negatively impacting the training of school athletes and often leading to the abandonment of sports practice. This study aims to analyze sports initiation and the risk factors involved in athlete development. The relentless pursuit of immediate results contradicts the pedagogical principles of sports training, frustrating children and adolescents who undergo training stages that do not match their physical and psychological maturity. Among the main risk factors are the inadequate methodologies employed by some professionals, who, by prioritizing

¹ Graduação em Educação Física na UNP; Graduação em Pedagogia na UNINTER; walgrenioalves@gmail.com

immediacy, expose young athletes to stress, overtraining, and physical and mental exhaustion. Although such issues can also occur in adult athletes, children and adolescents are more vulnerable as they are not fully prepared to cope with systematic performance-oriented practice, making them more susceptible to harmful effects on their development. The objective of this study was to analyze sports initiation and the risk factors in athlete development, contributing to the reflection and guidance of physical education and sports professionals.

Keywords: Sports initiation; Risk factors; Athlete development; School sports.

1 INTRODUÇÃO

Compreender-se que a iniciação esportiva é algo muito relevante hoje seja nos aspectos acadêmicos, esportivos ou na literatura esportiva, sobretudo esta iniciação esportiva quando não é desenvolvida dentro de uma pedagogia adequada, logo aparecem os fatores de risco, como a especialização precoce, a evasão ao esporte e frustrações esportivas que indicam uma participação muito negativa na formação de atletas esportivos, estes fatores de risco desencadeiam um processo de abandono na prática esportiva.

Gerando assim inúmeros danos a vida destes praticantes durante sua iniciação na trajetória esportiva, uma vez que estes são submetidos a uma vivencia de exaustão de treinos e competições. Acredita-se que muitos profissionais do esporte não respeitam nem os princípios básicos do treinamento esportivo, sujeitando crianças a altos níveis de volume de treinamento, muitas vezes com uma frequência semanal e duração da sessão acima de suas capacidades biológicas e psicológicas.

A iniciação esportiva pode ser o primeiro passo na vida esportiva de um futuro atleta. Porém, alguns estudos mostram que se esse percurso for mal orientado, este primeiro passo poderá ser traumatizante na vida de uma criança iniciante no esporte.

A especialização precoce é o fator mais citado por autores quando o assunto está relacionado com os efeitos negativos no processo de iniciação esportiva. As lesões são muito comuns quando uma criança se especializa precocemente em algum desporto. A exigente carga de treinamento, os estímulos que deveriam ser aplicados somente para adultos e são aplicados para crianças são fatores promotores de lesões em jovens atletas (Francke, 2009; Marques, 2000).

Num estudo relacionado com lesões ocasionadas em crianças que praticam o futebol Petri e Lourenço (2005) mostraram que 31% das lesões em crianças foram

decorrentes de quedas e torções, 24% quedas, 13% de chutes, 11% por contato com bola, 10% por trauma contra o oponente, 55% de mecanismos de lesão que não requerem a participação de outro atleta ou equipamento, sugerindo que fatores, como condicionamento físico ou coordenação motora da própria criança são muito importantes na patogênese das lesões.

Nesta perspectiva o objetivo deste estudo foi analisar a iniciação esportiva e os fatores de risco na formação de atletas, procurando alertar os profissionais da área de Educação Física e do Esporte sobre o perigo destes métodos de ensino utilizado na formação de atletas esportivos escolares.

O objeto de estudo tem como finalidade iniciação esportiva e os fatores de risco na formação de atletas escolares. A temática da iniciação esportiva é algo muito dinâmico e ao mesmo tempo complexo para profissionais sem a qualidade da informação, pois pode acarretar prejuízos de ordem física, social e emocional às crianças. Assim, pode-se verificar vários aspectos negativos dentro do processo de formação esportiva.

1.1 Iniciação esportiva

A iniciação esportiva é um contexto extremamente dinâmico, muito se evoluiu nas últimas décadas sobre as possibilidades e potencialidades da prática esportiva na infância e adolescência. Diante deste universo, aprender sobre os fundamentos básicos, sobre o impacto do esporte no desenvolvimento infanto-juvenil, é de grande relevância para os profissionais do esporte, estabelecer uma pedagogia que fomente a prática esportiva para compreender e identificar as relações estabelecidas entre a individualidade biológica, os estímulos ambientais, crescimento e maturação é o alicerce de um programa de iniciação esportiva.

Pode ocorrer nos ambientes formais de educação, ou seja, nas escolas, e nos ambientes de educação esportiva, ou seja, em clubes, associações, projetos sociais, ONG, entre outros. A prática esportiva prolongada, sistemática e planejada no campo pedagógico tem o objetivo de desenvolver e aperfeiçoar habilidades motoras específicas, assim como qualidades físicas, sem mencionar uma série de qualidades emocionais, morais, intelectuais e psicológicas.

1.2 Fatores de risco na formação de atletas esportivos escolares

Por não respeitar algumas características da fase maturacional dos praticantes, a ocorrência de especialização esportiva precoce pode desencadear o processo de abandono da prática ou até dificultar o êxito esportivo após a puberdade (Nunomura; Pires; Carrara, 2009). As possíveis consequências de se especializar a criança precocemente estão diretamente ligadas ao fato de se adotar, por longo período de tempo, uma metodologia incompatível com as características, interesses e necessidades dela.

Logo, os possíveis efeitos podem não se manifestar diretamente, mas no decorrer de temporadas (Santana, 2005).

A respeito disso, Kunz (1994) diz que os maiores problemas que um treinamento especializado precoce provoca sobre a vida da criança e especialmente seu futuro, após encerrar a carreira esportiva, podem ser enumerados como:

- Formação escolar deficiente, devido à grande exigência em acompanhar com êxito a carreira esportiva;
- A unilateralização de um desenvolvimento que deveria ser plural;
- Reduzida participação em atividades, brincadeiras e jogos do mundo infantil, indispensáveis para o desenvolvimento da personalidade na infância.

Vargas Neto (1995; 1997a; 1997b; 1997c; 1997d; 1998; 1999a; 1999b) e Vargas Neto, Vargas e Voser (1999; 2000), em alguns estudos, apresentam questões éticas relativas à criança envolvida em atividades esportivas desde muito cedo. Ainda que sejam muitos os benefícios da prática esportiva infantil, não devemos esquecer os riscos a que está sujeita a criança praticante do esporte de rendimento.

Os riscos estão agrupados em quatro grandes áreas, a saber:

- Riscos de tipo físico: estão relacionados à saúde corporal da criança e têm a ver com lesões ósseas, articulares, musculares e cardíacas; o problema é relativo ao imenso número de repetições dos gestos técnicos que visam ao aperfeiçoamento e à automatização do movimento;
- Riscos de tipo psicológico: são relativos ao estado mental e de conduta dos sujeitos.

Nesse aspecto, nas crianças foram encontrados níveis extremamente altos de ansiedade, estresse e frustração. Os maus resultados em competições causam desilusões e abandono, e hoje se estuda a questão da “infância não vivida”, em que se têm relatos de ex-atletas que dizem não se lembrar de brincadeiras e de sua época infantil.

- Riscos de tipo motriz: a especialização precoce conduz a uma importante falta de base poliesportiva, ocasionando uma provável impossibilidade de prática futura de outra modalidade, observada nos automatismos motores extremamente rígidos adquiridos por esses atletas.
- Riscos de tipo esportivo: como a especialização é precoce, não se pode saber quais as características (físicas, técnicas, psíquicas, motrizes, etc.) do futuro atleta de elite. Pode esse mesmo atleta, no futuro, não apresentar as condições exigidas para aquele determinado esporte.

Isso significa dizer que a especialização esportiva é um processo complexo, dependente da interação dinâmica entre múltiplas variáveis, as quais são os fatores instigativos do desenvolvimento, que podem afetar de forma positiva ou negativa os processos proximais inerentes ao desenvolvimento esportivo (Krebs, 2007).

Diante desses aspectos, é importante observar que, ao longo da formação esportiva, existem alguns períodos sensíveis ideais para a aquisição de novas experiências, indicando que as capacidades necessárias para a execução do movimento estão presentes e algumas características psicossociais devem prevalecer no contexto da aprendizagem/prática e especialização.

2 MATERIAL E MÉTODOS

O presente estudo foi elaborado a partir de uma revisão bibliográfica, de caráter exploratório e descritivo, baseado em dados presentes em artigos científicos, revistas e livros especializados em alusão ao tema proposto, no qual tem como dados científicos a literatura já publicada que aborda o tema do estudo, servindo assim para avaliar o objetivo principal do trabalho, sobre a especialização precoce e os fatores de risco na formação de jogadores de futsal.

Gil (2002), afirma que a pesquisa bibliográfica é desenvolvida com base em materiais já elaborados, constituído principalmente por livros, dissertações, teses e artigos científicos. Por tanto, esse trabalho teve como principal fonte de busca para

sua composição, artigos publicados em revistas nacionais e internacionais, publicações em anais, dissertações e trabalhos, que disponibilizassem de forma gratuita na internet que abordassem o tema. Os principais descritores para pesquisa e levantamento dos artigos foram: iniciação esportiva, formação, escola e atletas.

Sabendo que a especialização precoce no futsal submete a criança a riscos consideráveis (Santana, 2008), se o professor adotar uma pedagogia que eleja princípios e procedimentos de ensino que tornem o processo de treinamento demasiadamente exigente e especializado, pode acontecer de as crianças, ao longo de temporadas, afastarem-se do esporte.

O Brasil é um dos países em que esta prática se tem dado em idades cada vez mais precoces, haja vista os campeonatos nas diversas modalidades que vêm sendo promovidos e realizados pelas respectivas federações (Souto, 2002). Atualmente, é possível encontrar crianças de 8-9 anos, em disputas competitivas nas modalidades de Ginástica Rítmica Desportiva, Ginástica Artística, Judô, Futebol e outras (Fechio et al., 2011).

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Mediante as contribuições de diversos os autores no quais ratificam que a formação de atletas esportivos escolares merece um olhar crítico sobre os fatores de risco na formação destes atletas, uma vez não tendo uma pedagogia adequada, o ensino que é aplicada sobre uma ótica de supervalorização de treinamentos e competições onde as crianças e adolescentes não estão enquadradas nesse modelo esportivo, com tudo sua estrutura maturacional e psicológica está em fase desenvolvimento.

Entendemos por treinamento intensivo precoce (especialização esportiva precoce) quando, antes do tempo apropriado, adotam-se, para crianças, programas e métodos de treinamento que podem causar efeitos negativos.

Sempre é complexo definir se esses programas são precoces, mas alguns indícios ajudam a defini-los como tais, como por exemplo, quando as crianças são submetidas a cobranças exageradas em treinos e competições para obter resultados (aspecto emocional), quando participam de séries repetitivas de exercícios para memorizar as habilidades específicas (aspecto técnico-gestual), quando jogam apenas em uma função/posição tática (aspecto tático), quando treinam diretamente

capacidades físicas como força, resistência e velocidade (aspecto físico). Ou seja, um quadro que represente um treinamento intensivo precoce requer uma análise cuidadosa e sistêmica (Santana, 2018).

Quando a criança é levada a especializar-se precocemente, seja do ponto de vista motor, através de treinamento específicos, e/ou emocional, mediante sobrecarga, há uma grande probabilidade de estar se cometendo um equívoco (Santana, 2001)

Diante desta visão sobre especialização esportiva precoce apresentado pelos autores, desatacamos que segundo João Bosco da Silva, em Aprender a aprender fazendo (1995), essa tentativa trará [...] graves consequências de ordem neurofisiológica, anatômica, psicológica e pedagógica, pois ao ignorar as fases e estágios especificados pela ciência, 'a formação física específica' e o 'rendimento técnico' (treinamento precoce) constituem prioridades absolutas, deixando de respeitar a natureza da criança.

Deste modo, o resultado deste estudo constata que especialização esportiva precoce traz uma gama de fatores de risco na formação de jogadores de futsal, deste de aspectos físicos até a traumas psicológicas no desenvolvimento humano.

4 CONCLUSÃO

Concluímos com este estudo, que a iniciação esportiva e os fatores de risco na formação de atletas escolares é um tema complexo que envolve muitos fatores, compreendemos também que um dos fortes motivos para a especialização esportiva precoce na formação de jogadores esportivos é a pedagogia utilizada por parte dos profissionais de educação física e do esporte, no sentido de ter o resultado imediato nas competições esportivas, submetem crianças e jovens a treinos de altas intensidades demasiadamente, gerando inúmeras cobranças pelo seu desempenho esportivo.

Diante disso vários fatores de riscos são encontrados neste período, destacando alguns eixos relevantes neste contexto tais como os fatores psicológicos e seus traumas que criam um universo de abandono da prática esportiva.

Nessa concepção, quando o atleta deixa o esporte por se interessar por outras atividades sociais ou mesmo por outra modalidade esportiva, isso não quer dizer necessariamente que ele sofra de exaustão ou estresse. O envolvimento de crianças

e jovens em esportes de competição tem preocupado a comunidade científica, principalmente em função das implicações que a busca por resultados competitivos pode ter no desenvolvimento em longo prazo.

Esta ênfase em resultados imediatos não condiz com um trabalho de formação que deve existir nas categorias de base e sim com um processo de especialização esportiva precoce. Outro fator de risco na formação de jogadores de futsal é a influência negativa em sua grande maioria dos pais que enxergam em seus filhos uma visão de adultos em miniaturas, comparações e supervalorização diante das competições, levando os filhos a evasão da modalidade esportiva.

Assim, cabe aos profissionais em educação física e do esporte e demais envolvidos fazerem avaliações e planejamentos de programas de iniciação esportiva que levem em consideração sistematicamente todo esse contexto, para uma formação adequada que respeite seu estágio de desenvolvimento humano e suas limitações, para que este praticante possa vivenciar todas as etapas de formação com conteúdo de qualidade e boas orientações para seu crescimento no desporto.

REFERÊNCIAS

- AÑÓ, V. **Planificación del Entrenamiento Juvenil**. Madrid: Editorial Gymnos, 1997.
- Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 24, n. 3, p. 305-314, 2010. Disponível em: <https://goo.gl/ydkrs5>. Acesso em 28 mar. 2020.
- FRANCKE, P.E. A iniciação esportiva e a especialização precoce no futebol: fatores de crescimento ou de exclusão? **EFDeportes.com, Revista Digital**. Buenos Aires, Nº 131, 2009.
- FECHIO, J. J.; CASTRO, N. M. de; CICHOWICZ, F. D. A.; ALVES, H. Estresse infantil e a especialização esportiva precoce. **Revista Psicologia e Saúde**, v. 3, n. 1, jan./jun. 2011.
- FUZIHARA, C. N; SOUZA, D. M. M. B. A infância no país do futebol. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 24, n. 3, p. 305-314, 2010. Disponível em: <https://goo.gl/ydkrs5>. Acesso em 28 mar. 2020.
- KREBS, R. J. Da estimulação à especialização: primeiro esboço de uma teoria da especialização motora. **Kinesis**, v. 9, 1992, p. 29-44.
- KUNZ, E. **Transformação didático-pedagógica do esporte**. Ijuí: Unijuí, 1994
- HARRIS, P. L. **Criança e emoção**: o desenvolvimento da compreensão psicológica. São Paulo: Martins Fontes, 1996.

MARQUES, A.T. **As profissões do corpo:** treinador. Treinamento Desportivo, Curitiba, v.5, n.1, p. 4-8, junho. 2000.

MOESCH, K. et al. Late specialization: the key to success in centimeters, grams, or seconds (cgs) sports. **Scandinavian Journal Medicine of Science Sports**, Copenhagen, v. 21, p. 282-290, 2011.

NUNOMURA, M.; PIRES, F. R.; CARRARA, P. Análise do treinamento na ginástica artística brasileira. **Revista de Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 31, n. 1, p. 25-40, 2009.

PETRI, F.C; LOURENÇO, A. Lesões traumáticas das crianças no esporte. In: COHEN, M; ABDALLA, R. J. **Lesões nos esportes:** diagnóstico, prevenção e tratamento. Rio de Janeiro: Revinter. 2005. p. 625- 639.

SANTANA, W. C. **Iniciação esportiva e algumas evidências de complexidade.** Campinas: Autores Associad.

