

Artigo Original

Os níveis de estresse pré-competitivo de atletas classificados segundo a tipologia dos esquemas de gênero

Raquel da Silva Marques
Marcela Cipriani
Gislane Ferreira de Melo
Adriana Giavoni

Universidade Católica de Brasília-UCB, Brasília, DF, Brasil

Resumo: O objetivo do estudo foi avaliar o nível de estresse pré-competitivo de atletas classificados em grupos tipológicos de esquemas de gênero. A amostra foi composta por 80 atletas, sendo 60% do sexo masculino, com idade entre 15 e 17 anos. Para a classificação dos atletas em grupos tipológicos (Heteroesquemático Masculino, Isoesquemático e Heteroesquemático Feminino) foram utilizados o Inventário Feminino dos Esquemas de Gênero do Autoconceito (IFECA) e o Inventário Masculino dos Esquemas de Gênero do Autoconceito (IMEGA) e a Escala de Sintoma de Estresse (ESSE), para a avaliação do nível de estresse. Os resultados demonstraram que as mulheres apresentam maiores níveis de estresse do que os homens e que os Heteroesquemáticos Masculinos apresentam menor estresse físico quando comparados aos demais grupos. Conclui-se que os grupos tipológicos permitem ampliar a compreensão da relação atleta – evento estressor, desde a perspectiva dos esquemas cognitivos.

Palavras-chave: Estresse. Esquemas de gênero. Personalidade. Modelo Interativo. Esporte. Atleta

The athlete's pre-competitive stress level classified into gender schemas typological groups

Abstract: The objective of this study was evaluating the pre-competitive stress level among athletes classified into gender schemas typological groups. The sample was composed by 80 athletes, 60% males, with age between 15 to 17 years old ($16,01 \pm 0,79$). To classify the athletes in typological groups, the Masculine Inventory of the Self-Concept's Gender Schemas (IMEGA) and Feminine Inventory of the Self-Concept's Gender Schemas (IFECA) were used and to evaluate the stress level, it was used the Stress Symptom Scale (ESSE). The results showed that the female presented more stress when compared to males and that typological groups differ in physical stress, where the MH presented the lower levels when compared with the other groups. In conclusion, the typological groups open up the possibility of studying the relation athlete-stressor event from a new perspective – the cognitive schema.

Key Words: Stress. Gender Schemas. Personality. Interactive Model. Sport. Athlete.

Introdução

A pressão da vida moderna vem gerando uma série de doenças físicas e psicológicas, sendo que muitas destas, senão todas são decorrentes da constante necessidade de adaptação do indivíduo com o meio ambiente. Este processo de adaptação do indivíduo com o meio caracteriza o termo estresse (MENDES; LEITE, 2004). Segundo Lipp (1984), estresse é uma reação do organismo, envolvendo componentes físicos e psicológicos, que ocorre quando o indivíduo se confronta com uma situação que, de um modo ou de outro, o irrita, amedronta, excita, confunde ou, até mesmo, torna-o feliz.

O estresse manifesta-se como uma síndrome específica, embora seja induzido por agentes não específicos. Assim, toda situação na qual o indivíduo necessita se adaptar gera estresse.

Este pode ocorrer em função de uma infecção, devido a um traumatismo, excesso de cobrança no trabalho e/ou escola, auto-exigência, engarrafamentos de trânsito frequentes, ambientes barulhentos, competições esportivas, dentre outros, não se devendo apenas devido à tensão emocional (BACCARO, 1998).

Pode ser classificado de duas formas: a) Eustress (ocorre em situações excitantes do cotidiano, geralmente situações inesperadas que são percebidas como um desafio) e b) Distress (causado por situações que fogem ao controle e são percebidas como uma ameaça). Enquanto o eustress incorre em menor risco de doença, o distress ocorre de forma aguda (p. ex: morte de um ente querido) ou crônica (p. ex: doenças) (MENDES; LEITE, 2004).

[Fiamoncini](#) e Fiamoncini (2003) definem o eustress como uma tensão que resulta em equilíbrio entre o esforço que necessita ser desempenhado em um curto espaço de tempo e o resultado final. Já o distress caracteriza uma tensão com rompimento do equilíbrio biopsicossocial, seja por excesso ou falta de esforço, incompatível com o tempo e com os resultados. O distress pode, ainda, ser dividido em três fases distintas:

a) Fase de Alerta: quando o agente estressor, de ordem física ou psicológica, ocasiona reações no Sistema Nervoso Simpático (SNS). Pode variar de indivíduo para indivíduo, apresentando como principais sintomas: aumentos na pressão arterial, na frequência cardíaca e respiratória, ansiedade, dentre outros; b) Fase de Resistência: quando o agente estressor permanece por um período maior, ocasionando irritabilidade, insônia, mudanças de humor, etc; e c) Fase de Exaustão: quando ocorrem falhas dos mecanismos de adaptação, pois os níveis de estresse já ultrapassaram os níveis de convivência, podendo acarretar o surgimento de doenças sérias ou até mesmo a morte do indivíduo ([LIMA](#), 2005).

[Samulski](#) e Noce (2002) consideram o constructo estresse como sendo tridimensional composto pelos componentes fisiológicos, psicológicos e sociológicos. Questões sociais atuam como agentes externos, influenciando diferentes níveis psicológicos e desencadeando respostas fisiológicas ([LOURES](#), et al, 2002). [Fiamoncini](#) e Fiamoncini (2003) e [Lima](#) (2005), demonstram que a primeira reação fisiológica ao agente estressor é percebida pelos receptores sensoriais do corpo, os quais levam a informação até o hipotálamo. No hipotálamo tem início uma grande e complexa resposta hormonal, ativando a glândula pituitária, a qual libera o hormônio adrenocorticoide (ACTH) que será transportado pela corrente sanguínea até as glândulas supra-renais. Estas, por sua vez, aumentam a produção da adrenalina, mineralocorticóides e glicocorticóides que, através da corrente sanguínea, serão enviados para várias partes do corpo, fazendo com que o mesmo fique em estado de alerta. Toda esta descarga hormonal estimula o corpo a um estado de "luta ou fuga".

Segundo [Nahas](#) (2001), após dez minutos e persistindo a situação de estresse, o organismo entra em uma segunda fase, onde são liberados os hormônios glucocorticóides (cortisona, cortisol

e corticosterona). Estas substâncias, em doses adequadas, estimulam o centro nervoso da memória e da aprendizagem, mas em altas dosagens são prejudiciais à saúde, diminuindo a ação do sistema imunológico e tornando o organismo mais vulnerável a infecções.

Os sintomas fisiológicos mais comuns relacionados ao estresse são disfunções do aparelho digestivo ([BARBOSA](#), et al., 2007), distúrbios de frequência cardíaca ([LOURES](#), et al, 2002), da pressão arterial ([BATISTA](#); [DANTAS](#), 2003; [CAINE](#), 2003) e da frequência respiratória ([BACCARO](#), 1998; [LIMA](#), 2005); problemas músculo-esqueléticos ([FIAMONCINI](#); [FIAMONCINI](#), 2003); redução do apetite ([LIMA](#), 2005; [NETO](#), 2002), problemas respiratórios ([FIAMONCINI](#); [FIAMONCINI](#), 2003) e problemas dermatológicos ([LIMA](#), 2005; [NETO](#), 2002).

As principais alterações psicológicas são: ansiedade ([LUDWIG](#), et al., 2006); irritabilidade generalizada ([BACCARO](#), 1998); hiperexcitação ou depressão ([BATISTA](#); [DANTAS](#), 2003; [FIAMONCINI](#); [FIAMONCINI](#), 2003; [LUDWIG](#), et al., 2006; [NETO](#), 2002), tristeza, depressão e angústia ([LUDWIG](#), et al., 2006) e redução da auto-estima ([BACCARO](#), 1998), dentre outros. Estes sintomas podem levar o organismo a desenvolver doenças, as quais descrevem a incapacidade do organismo para se adaptar ao agente estressor.

Como o estresse é uma reação adaptativa do organismo aos estímulos externos e internos, as respostas psicológicas dependerão da herança genética, do estilo de vida e das estratégias de enfrentamento (coping), bem como, da intensidade e duração do agente estressor ([LIMA](#), 2005). Dentre as diferentes formas de enfrentamento observa-se que alguns indivíduos utilizam a prática da atividade física regular como uma forma de lidar com o agente estressor.

De intensidade leve à moderada, a prática da atividade física libera neurotransmissores específicos - as endorfinas circulantes no sangue. Estas são responsáveis pela realização de uma série de transformações fisiológicas e bioquímicas, que agem diretamente no sistema nervoso. Por ser um potente analgésico, ao ser liberada proporciona uma grande sensação de bem-estar, conforto e alegria, auxiliando no controle da dor, da depressão, ansiedade e do estresse ([LIMA](#), 2005).

Entretanto, em alta intensidade e com prática semanal elevada, observa-se que a atividade física torna-se o próprio agente estressor, como no caso dos atletas. Além disso, as competições também geram tensões físicas e psicológicas nos mesmos (HOLT; HOGG, 2002).

Thatcher e Day (2008) afirmam que muitos estudos na área de estresse tem se preocupado em identificar apenas os agentes estressores, “negligenciando o fato de que diferentes indivíduos podem avaliar o mesmo evento diferentemente” [...] “um evento para ser avaliado como estressante deve conter fatores pessoais e situacionais” (p. 319). A quantidade de estresse vivenciada pelo atleta, portanto, está relacionada com o seu perfil psicológico, ou seja, de como este percebe e avalia o evento e de como lida (*coping*) com o mesmo. Assim, um mesmo evento pode se caracterizar como estressante para uma atleta enquanto torna-se agradável para outro.

De Rose et. al. (1999) citam que dentre os fatores que influenciam os níveis de estresse de jogadores de basquetebol de ambos os sexos, encontram-se a inexperiência do atleta em começo de carreira, medo de decepcionar outras pessoas, necessidade de sempre jogar bem e estar em posição de destaque, autocobrança, dentre outras. De Rose (2002) demonstrou que atletas de desportos individuais apresentavam maior nível de estresse do que atletas de desportos coletivos e, ainda, que meninas tinham níveis de estresse mais elevados do que os meninos.

Embora muito estudado em outras áreas de atuação da Psicologia, estudos a respeito dos níveis de estresse de atletas e suas formas de enfrentamento (*coping*) são escassos em psicologia do esporte (HAMMERMEISTER; BURTON, 2004) e as diferenças entre os sexos na utilização de estratégias de *coping* no âmbito esportivo tem sido aparentemente ignorada (ANSHEL; PORTER; QUEK, 1998). Segundo estes autores, as mulheres buscam estratégias de *coping* focadas na emoção (*Emotion-focused coping*, EFC) e suporte social enquanto os homens utilizam estratégias focadas no problema (*Problem-focused coping*, PFC). PFC refere-se aos esforços cognitivos e comportamentais utilizados para minimizar o distress, reduzindo ou eliminando a fonte de ameaça, enquanto EFC envolve estratégias utilizadas para regular ou

reduzir as emoções e o distress, mesmo quando fonte de ameaça permanece inalterada.

Visando, portanto, avaliar o estilo cognitivo do atleta a partir de seu perfil psicológico e sua relação com os níveis de estresse agudo, o objetivo do presente estudo foi verificar se os níveis de estresse pré-competitivo diferiam entre atletas em função de seus perfis psicológicos. Para tanto, foi utilizada a metodologia do Modelo Interativo (GIAVONI; TAMAYO, no prelo) para categorizar os atletas em grupos tipológicos de esquemas de gênero. Isto porque, este modelo está embasado sobre a teoria dos esquemas cognitivos, mais especificamente, os esquemas de gênero, os quais estão relacionados aos processos perceptivos.

Segundo Cantor (1990, p. 737), os esquemas são redes de associações cognitivas que “moldam as percepções que os indivíduos possuem das situações, suas memórias dos eventos e seus sentimentos sobre si mesmos e sobre os outros”. Dentre os esquemas cognitivos encontram-se os esquemas de gênero - esquema masculino e esquema feminino. O esquema masculino comporta vivências, traços, valores e papéis referentes à masculinidade, assim como, o esquema feminino comporta características, valores, normas e papéis referentes à feminilidade. Na presença de estímulos relacionados à masculinidade, por exemplo, o esquema masculino tende a ser ativado, influenciando as respostas cognitivas, afetivas e comportamentais do indivíduo; o mesmo ocorrendo para o esquema feminino (GIAVONI; TAMAYO, 2003; GIAVONI; TAMAYO, 2005).

Estudos revelam que indivíduos com predomínio de um dos esquemas (esquemático masculino ou esquemático feminino) tendem a memorizar, atribuir para si e engajar em comportamentos consistentes com o esquema dominante e, também, a perceber o outro/evento de acordo com o esquema dominante (LIPPA, 1997; MARKUS, et al., 1982; MILLS, 1983)

Segundo o Modelo Interativo, todos os indivíduos podem ser concebidos como portadores dos dois esquemas de gênero. Devido à sua natureza matemática, resultam deste modelo três variáveis denominadas de Ângulo, Distância e Síntese. Do cruzamento destas três variáveis, surge uma série de grupos tipológicos que variam quanto às suas percepções, bem

como, nas suas respostas cognitivas, afetivas e comportamentais.

Utilizando a variável ângulo do modelo, os atletas deste estudo foram classificados nos três grupos principais previstos por esta variável e denominados de: Heteroesquemático Masculino (HM), Isoesquemático (ISO) e Heteroesquemático Feminino (HF).

Os Heteroesquemáticos Masculinos (HM) são indivíduos que apresentam domínio do esquema masculino sobre o feminino, os quais tendem a filtrar as informações de acordo com o esquema masculino, apresentando respostas cognitivas, afetivas e comportamentais coerentes com o conteúdo do esquema dominante.

Os Isoesquemáticos (ISO) são indivíduos que apresentam ambos os esquemas proporcionais. Os padrões cognitivos, afetivos e comportamentais destes indivíduos são regidos por ambos os esquemas e os Heteroesquemáticos Feminino (HF) são aqueles que apresentam domínio do esquema feminino sobre o masculino, os quais tendem a filtrar as informações de acordo com o esquema feminino, apresentando respostas cognitivas, afetivas e comportamentais coerentes com o conteúdo do esquema dominante.

A partir da classificação dos sujeitos em grupos tipológicos pôde-se, portanto, verificar se haviam diferenças nos níveis de estresse pré-competitivo de atletas. Cabe ressaltar que grande parte dos estudos relata diferenças apenas entre os sexos (AREIAS; GUIMARÃES, 2004; CALAIS; ANDRADE; LIPP, 2003; DE ROSE, 2002; DE ROSE, et. al, 1999; PIRES, et al., 2004; ROCHA; DEBERT-RIBEIRO, 2001) e não foram encontrados estudos que apresentassem diferenças entre perfis psicológicos, a não ser aqueles realizados sobre a tipologia do modelo interativo.

Estes vêm revelando que os heteroesquemáticos masculinos (HM) são indivíduos mais competitivos, racionais, objetivos e determinados, buscam a auto-realização, o poder e a autonomia e não apresentam necessidade de afiliação social (GOMES, et. al., no prelo; MELO, 2008; MELO; GIAVONI, no prelo). Gostam de realizar atividades condizentes com o esquema dominante, tal como, por exemplo, no exercício resistido onde um grupo de mulheres apresentou maior ganho de força de

resistência e força máxima, sentindo-se ainda mais satisfeitas do que os demais grupos ao realizar treinamentos de força máxima (CUSTÓDIO; GIAVONI, no prelo).

Os heteroesquemáticos femininos (HF) apresentam um *self* interdependente, necessitando de afiliação social e demonstrando grande preocupação com a coesão e bem-estar do grupo. Apresentam, muitas vezes, uma atitude submissa e respeitam a hierarquia grupal. São mais sensíveis, emotivos, leais, fiéis, responsáveis e resignados (MELO; GIAVONI, no prelo) Entretanto, em um teste de potência máxima pôde-se observar que este grupo apresentou menor diferença entre os tiros de 35 metros, demonstrando que os mesmos equilibram os seus gastos energéticos, de tal forma que cumpram os requisitos do teste (GOMES; et. al., no prelo). Nos treinamentos de resistência, este grupo adquiriu menor ganho de força e foi o que mais se mostrou insatisfeito com os treinamentos de força máxima (CUSTÓDIO; GIAVONI, no prelo).

Já os Isoesquemáticos (ISO) são indivíduos que se mostram entre os dois grupos anteriores, demonstrando comportamentos e atitudes intermediários. Isto porque este grupo apresenta traços de ambos os esquemas, o que lhes permite transitar melhor entre os diferentes contextos (CUSTÓDIO; GIAVONI, no prelo; GOMES; et. al., no prelo; MELO; GIAVONI, no prelo).

Metodologia

Amostra

A amostra foi composta por 80 atletas praticantes de diferentes modalidades desportivas e participantes dos Jogos Escolares Brasileiros (JEBs, 2007), sendo 60% do sexo masculino, com idade entre 15 e 17 anos ($16,01 \pm 0,79$).

Cada participante respondeu ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos de uma instituição de ensino superior.

Instrumentos

Os instrumentos utilizados para classificar os atletas em grupos tipológicos foram: o Inventário Masculino dos Esquemas de Gênero do Autoconceito (IMEGA) aplicado ao sexo masculino (GIAVONI; TAMAYO, 2003) e o Inventário Feminino dos Esquemas de Gênero do

Autoconceito (IFEGA) aplicado ao sexo feminino (GIAVONI; TAMAYO, 2005). Ambos os instrumentos são compostos por itens que se agrupam em fatores, os quais compõem o esquema masculino e o esquema feminino.

O IMEGA é composto por 71 itens que, utilizando uma escala de cinco pontos (escore zero = item não se aplica ao indivíduo ao escore 4 = item aplica-se totalmente ao indivíduo), avaliam aspectos do esquema masculino (Fatores: Egocentrismo, Ousadia e Racionalismo) e do esquema feminino (Fatores: Integridade, Sensualidade, Insegurança, Emotividade, Sensibilidade). Todos os fatores apresentam índices de consistência interna condizentes com os padrões psicométricos, variando o alfa de Cronbach de 0,77 a 0,90.

E o IFEGA é composto por 75 itens que avaliam três aspectos do esquema masculino (Arrojamento, $\alpha = 0,87$; Egocentrismo, $\alpha = 0,83$ e Negligência, $\alpha = 0,73$) e três aspectos que avaliam o esquema feminino (Sensualidade, $\alpha = 0,92$; Inferioridade, $\alpha = 0,82$ e Ajustamento Social, $\alpha = 0,77$). Assim como o IMEGA, os itens são avaliados através de uma escala de 4 pontos.

Ao final, os instrumentos avaliam o perfil do indivíduo nas distintas dimensões que compõem tanto o esquema masculino quanto o esquema feminino. Além disso, os instrumentos permitem encontrar dois vetores resultantes que permitirão

classificar o indivíduo nos grupos tipológicos de esquemas de gênero, ou seja, Isoesquemático (ISO, Grupo 1), Heteroesquemático Masculino (HM, Grupo 2) e Heteroesquemático Feminino (HF, Grupo 3).

Para avaliar o nível de estresse foi utilizada a Escala de Sintomas de Estresse (ESE) (LIMA, 2005), composta por 18 itens que avaliam os sintomas físicos ($n = 13$) e os sintomas psicológicos ($n = 18$). Cada item é julgado a partir de uma escala de cinco pontos que varia de 1 (não apresento o sintoma) a 5 (apresento o sintoma a mais de um mês). Esta escala é composta por três fatores que permitem avaliar os Sintomas Físicos (SF), Sintomas Psicológicos (SP) e o Nível Geral de Estresse (NGE).

Procedimentos

Para a coleta de dados, os questionários foram encaminhados, por uma das pesquisadoras, aos hotéis onde as equipes estavam hospedadas e entregues aos técnicos de cada seleção. Ao final do campeonato, foram efetuadas as devoluções dos envelopes nas recepções dos hotéis.

Análises Estatísticas

Através do pacote estatístico SPSS 15.0 foram realizadas análises descritivas (média e desvio-padrão) e inferenciais do tipo teste t para amostras independentes e análises de variância One Way. Em todas as análises foram considerados erro de 5%.

Resultados

a) Classificação dos atletas nos grupos tipológicos do Modelo Interativo:

Para a classificação dos homens atletas nos campos do Modelo Interativo foram utilizadas as seguintes expressões matemáticas, derivadas dos fatores do IMEGA, para o esquema masculino (EM) e para o esquema feminino (EF):

$$EM = \sqrt{\sum (Egocentrismo)^2 + (Ousadia)^2 + (Racionalidade)^2}$$

$$EF = \sqrt{\sum (Sensualidade)^2 + (Insegurança)^2 + (Sensibilidade)^2}$$

E as seguintes expressões para classificar as mulheres derivadas dos fatores do IFEGA:

$$EM = \sqrt{\sum (Arrojamento)^2 + (Egocentrismo)^2 + (Negligência)^2}$$

$$EF = \sqrt{\sum (Sensualidade)^2 + (Inferioridade)^2 + (AjustamentoSocial)^2}$$

Cada atleta foi posicionado nos campos do Modelo Interativo a partir do seu par ordenado (EM; EF). A figura 1 apresenta os campos

previstos pelo Modelo Interativo. Devido ao tamanho da amostra, somente foram delineados três grupos tipológicos.

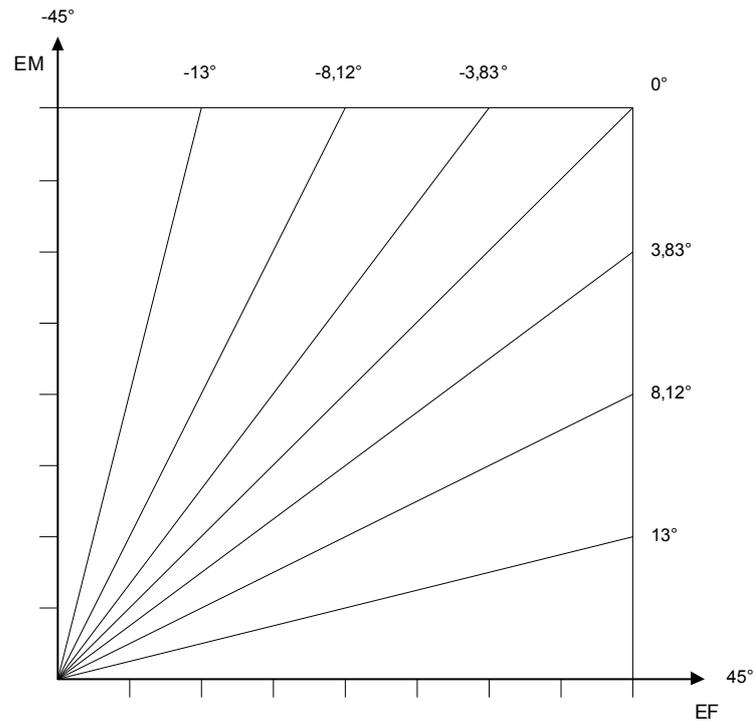


Figura 1. Grupos tipológicos formados nos campos do Modelo Interativo.

A partir do posicionamento dos atletas nos campos do modelo, pôde-se, através da expressão matemática (desvio = $45^\circ - \arctg \hat{e}$, onde $\hat{e} = EM/EF$), avaliar o desvio de cada atleta em relação à bissetriz. Matematicamente, a bissetriz caracteriza a proporcionalidade entre os esquemas. Assim, o primeiro grupo delineado foi o Isoesquemático (ISO), o qual não apresenta diferenças significativas entre EM e EF, diferença esta avaliada através do teste t pareado. Os

atletas deste grupo (n=47) posicionaram-se no intervalo $-3,83^\circ \leq \text{desvios} \leq +3,83^\circ$. Os Heteroesquemáticos Masculinos (HM) (n=19) apresentaram desvios superiores $-3,83^\circ$ da bissetriz e os Heteroesquemáticos Femininos (HF) (n=14) desviaram-se acima de $3,83^\circ$ da bissetriz.

A tabela 1 apresenta a distribuição de homens e mulheres por grupo tipológico.

Tabela 1. Tabela de contingência relacionando grupos tipológicos de gênero e sexo.

Sexo	Grupos Tipológicos			
	ISO	HM	HF	Total
Masculino	29 (36,3%)	13 (16,3%)	6 (7,5%)	48 (60%)
Feminino	18 (22,5%)	6 (7,5%)	8 (10%)	32 (40%)
Total	47 (58,8%)	19 (23,8%)	14 (17,5%)	80 (100%)

A tabela 2 apresenta os níveis de estresse físico, psicológico e nível geral de estresse obtido para homens e mulheres.

Tabela 2. Médias, desvios-padrões e níveis de significância obtidos por sexo para as variáveis Sintomas Físicos (SF), Sintomas Psicológicos (SP) e Nível Geral de Estresse (NGE).

Sexo	Variáveis dependentes		
	SF	SP	NGE
Masculino	1,40 ± 0,38	1,80 ± 0,58	1,63 ± 0,44
Feminino	1,62 ± 0,53	2,15 ± 0,91	1,91 ± 0,63
p	0,04*	0,04*	0,02*

Os resultados demonstram que há diferenças significativas entre homens e mulheres com

relação ao estresse físico, estresse psicológico e o nível geral de estresse, sendo que as mulheres

apresentaram níveis mais altos do que os homens.

Para avaliar se os grupos tipológicos, independente do sexo, diferiam quanto aos níveis de estresse, foram realizadas Análises de Variância do tipo One Way, para cada variável dependente. Antes, entretanto, foi verificada a normalidade dos grupos por variável dependente. Foram encontrados desvios de normalidade nos grupos: a) Isoesquemático (Grupo 1): sintoma físico e nível geral de estresse e b) para o grupo

Heteroesquemático Feminino (Grupo 3): sintomas físico, psicológico e nível geral de estresse. De acordo com [Tabachinik](#) e Fidell (1996), as variáveis com desvios de normalidade foram corrigidas utilizando-se a substituição do valor discrepante inferior (*outlier* inferior) pelo valor extremo inferior menos um ponto e para o valor discrepante superior (*outlier* superior), o valor extremo superior mais um ponto. Os resultados das análises de variância (One Way) encontram-se na tabela 3.

Tabela 3. Médias, desvios-padrões e níveis de significância obtidos para as variáveis Sintomas Físicos (SF), Sintomas Psicológicos (SP) e Nível Geral de Estresse (NGE).

Grupos	SF	SP	NGE
ISO	1,54 ± 0,53	1,99 ± 0,80	1,79 ± 0,61
HM	1,27 ± 0,16	1,88 ± 0,77	1,63 ± 0,47
HF	1,61 ± 0,38	1,87 ± 0,49	1,75 ± 0,35
p	0,05*	0,81	0,54

A partir da tabela pode-se observar que os grupos tipológicos diferiram quanto ao nível de estresse físico, sendo que o grupo HM apresentou nível de estresse físico menor quando comparado aos grupos ISO e HF. Os dois últimos grupos, entretanto, não apresentaram diferenças significativas entre si.

Devido ao reduzido número de sujeitos por grupo tipológico, quando separados por sexo, optou-se por realizar testes t para amostras independentes para verificar possíveis diferenças entre os sexos em cada grupo tipológico.

Para o grupo Isoesquemático observou-se que os sexos diferem entre si em relação aos sintomas psicológicos [$t(45) = -2,03$; $p = 0,05$], sendo que as mulheres apresentaram níveis mais altos de estresse psicológico ($2,28 \pm 1,03$) do que os homens ($1,81 \pm 0,58$), o mesmo ocorrendo para o Nível Geral de Estresse [$t(45) = -2,14$; $p = 0,04$], onde as mulheres apresentaram média igual a 2,02 ($\pm 0,74$) enquanto os homens apresentaram média igual a 1,65 ($\pm 0,46$). Não foram encontradas diferenças significativas entre os sexos em relação ao estresse físico [$t(45) = -1,89$; $p = 0,07$].

Para os grupos HM e HF, entretanto, não foram encontradas diferenças significativas entre os sexos para nenhuma das variáveis dependentes. Isto significa dizer que homens e mulheres pertencentes a estes grupos não diferem entre si em relação aos sintomas de estresse pré-competitivo.

Discussão

Corroborando com estudos anteriores, os resultados da tabela 2 demonstraram que as mulheres apresentaram níveis mais elevados de estresse físico, psicológico e geral quando comparadas aos homens ([AREIAS](#); [GUIMARÃES](#), 2004; [CALAIS](#); [ANDRADE](#); [LIPP](#), 2003; [PIRES](#); et. al., 2004; [ROCHA](#); [DEBERT-RIBEIRO](#), 2001).

Entretanto, o presente estudo amplia os estudos nesta área ao demonstrar que o nível de estresse não difere apenas em função do sexo, mas também em função do perfil psicológico dos atletas. Nesse sentido, a partir da tabela 3 observa-se que os Heteroesquemáticos Masculinos (HM) tendem a apresentar níveis mais baixos de estresse físico quando comparado aos demais grupos. Os aspectos fisiológicos alterados pelo estresse físico são aumento da pressão arterial e da frequência respiratória, tensão muscular, sudorese, taquicardia, dentre outros.

Isto indica que os traços psicológicos prevalentes nos HMs, tais como, racionalidade, objetividade, ousadia, determinação, competitividade, busca da auto-realização, do poder e da autonomia, dentre outros, pertencentes ao esquema masculino e avaliado através do IMEGA e do IFEGA, influenciam a percepção que estes atletas possuem da competição, proporcionando estratégias diferentes de como enfrentar (*coping*) o evento estressor e resultando em comportamentos diferenciados diante do ato de competir.

Esta tendência dos Heteroesquemáticos Masculinos (HM) se confirma nos estudos de [Gomes](#), et. al.(no prelo), [Melo](#) (2008), [Melo](#) e [Giavoni](#) (no prelo) nos quais os autores relatam que este grupo apresenta uma alta necessidade de se sobressair, competir, não apresentando afiliação à suas equipes, sendo individualistas e buscando o poder e a autonomia. Embora não avaliado, pode-se supor que estes traços psicológicos possibilitem a este grupo minimizar os efeitos ansiogênicos e estressores derivados da competição, assegurando-lhes uma forma mais positiva de lidar com a mesma, muito possivelmente através de estratégias focadas no problema (PFC).

Indiretamente, estudos corroboram com este resultado ao demonstrarem que os homens utilizam estratégias focadas no problema (PFC), enquanto para as mulheres predominam as estratégias emocionais (EFC) ([ENDLER](#); [PARKER](#), 1990). Além disso, a masculinidade encontra-se positivamente correlacionada à dominância ([POUND](#); [PENTON-VOAK](#); [SURRIDGE](#), 2009), competitividade ([CONTI](#); [COLLINS](#); [PICARIELLO](#), 2001), assertividade ([PARBOTEEAH](#); [ADDAE](#); [CULLEN](#), 2005) e independência ([EDWARDS](#), 2006). Assim, em indivíduos com predomínio do esquema masculino, estas características apresentar-se-iam mais salientes, interferindo na forma de pensar, sentir e agir dos mesmos.

Já a presença do esquema feminino em proporcionalidade com o esquema masculino (Isoesquemáticos) ou o predomínio do esquema feminino sobre o masculino (Heteroesquemáticos Femininos) proporciona uma percepção equilibrada para o primeiro grupo e uma percepção regida pelos atributos da feminilidade presentes no esquema feminino, para o segundo grupo. Estes indivíduos apresentaram níveis de estresse superiores aos HM, indicando que em função de seus padrões perceptivos, devem utilizar estratégias de enfrentamento diferenciadas em relação aos primeiros, tais como o enfrentamento focado na emoção - EFC.

[Endler](#) e [Parker](#) (1990) corroboram ao descreverem que existe uma relação positiva entre ansiedade e EFC e uma correlação negativa com PFC. “A elevação do estado de ansiedade é tipicamente acompanhado por preocupações com pensamentos e sentimento negativos e experiências autonômicas como mãos frias,

náusea e aumento da frequência cardíaca – experiências associadas ao enfrentamento focado na emoção” ([ENDLER](#); [PARKER](#), 1990).

[Melo](#) (2008) também demonstrou que atletas com predomínio de traços coletivistas, como os Heteroesquemáticos Femininos (HF), apresentaram um “*self* interdependente, com grande preocupação pela coesão e bem-estar da equipe. Lealdade, fidelidade, submissão, responsabilidade e resignação são alguns traços valorizados por estes atletas” (p. 85). Indiretamente, portanto, pode-se inferir que os grupos que apresentem predomínio de traços relativos à feminilidade tenderão a apresentar níveis mais elevados de ansiedade e depressão ([NEWMAN](#), 2009; [ENDLER](#); [PARKER](#), 1990), utilizando, muito possivelmente, estratégias focadas na emoção (EFC) para lidar com os agentes estressores.

Além disso, os resultados demonstraram que os níveis de estresse dos grupos Heteroesquemáticos Masculinos (HM) e Heteroesquemáticos Femininos (HF) não diferem em função do sexo, podendo-se afirmar que as suas percepções do ato de competir, assim como, as estratégias de enfrentamento (*coping*) são similares em cada um destes grupos, independentemente do sexo do atleta. No entanto, para os Isoesquemáticos, as mulheres apresentaram níveis mais altos de estresse psicológico e de estresse geral do que os homens, sendo que este resultado necessita ser averiguado em estudos futuros.

Conclusões

Desta forma, os resultados permitem concluir que ao agrupar os atletas em grupos tipológicos, pode-se constatar que não apenas as mulheres apresentaram níveis mais elevados de estresse, mas que determinados perfis psicológicos (HF e ISO) tendem a apresentar maiores níveis de estresse pré-competitivo do que outros. Além disso, os resultados demonstram que, independentemente do sexo, atletas com uma mesma tipologia apresentam níveis de estresse semelhantes.

Estes resultados podem contribuir para explicar contradições encontradas nos estudos que relacionam gênero, estresse e *coping*, os quais relatam que algumas mulheres utilizam estratégias focadas no problema e não na emoção. Talvez, estes resultados controversos

devam-se ao perfil psicológico da atleta e não, simplesmente, ao sexo da mesma.

Por ser um estudo exploratório observa-se a necessidade de se realizar novos estudos que avaliem tanto as estratégias de enfrentamento (*coping*) dos grupos tipológicos quanto os seus estilos de enfrentamento diante de estímulos estressores agudos.

Entretanto, considerar a tipologia psicológica dos esquemas de gênero contribui para uma melhor compreensão do atleta, de sua percepção do evento e de como enfrenta os estímulos estressores. Este novo critério de avaliação poderá auxiliar atletas, técnicos e psicólogos esportivos na orientação dos atletas diante dos treinos e competições.

Referências

- ANSHEL, M.H.; PORTER, A.; QUEK, J.J. Coping with acute stress in Sport as a function of gender: an exploratory study. **Journal of Sport Behavior**, v. 21, n. 4, p. 363-376, 1998.
- AREIAS, M.E.Q.; GUIMARÃES, L.A.M. Gênero e estresse em trabalhadores de uma universidade pública do estado de São Paulo. **Psicologia em Estudo**, v.9, n. 2; p. 255-262, 2004.
- BACCARO, A. **Vencendo o estresse: como detectá-lo e superá-lo**. Petrópolis: Editora Vozes, 1998.
- BARBOSA, G.A., et al. **A saúde dos médicos no Brasil**. Brasília: Conselho Federal de Medicina, 2007; 220p.
- BATISTA, M.R.; DANTAS, E.H.M. Yoga no controle do stress. **Revista Fitness e Performance**, v.1, 2003.
- CAINE, R. N. Early identification and management of critical incident stress – Advanced practice. **Critical Care Nurse**, 2003. Disponível em <www.findarticles.com/p/articles>., acesso em 17/08/2006.
- CALAIS, S.L.; ANDRADE, L.M.B.; LIPP, M.N. Diferenças de sexo e escolaridade na manifestação de stress em adultos jovens. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, v. 16, n. 2, p. 257-263, 2003.
- CANTOR, N. From thought to behavior: “Having” and “doing” in the study of personality and cognition. **American Psychologist**, v. 45, p. 735-750, 1990.
- CONTI, R.; COLLINS, M .A.; PICARIELLO, M.L. The impact of competition on intrinsic motivation and creativity: considering gender, gender segregation and gender role orientation. **Personality and Individual Differences**, 30, p.1273-89.
- CUSTÓDIO, M. R. M.; GIAVONI, A. Differences in Muscular Resistance and Maximum Strength Acquisition between Gender Schema Typological Groups. Manuscrito submetido para publicação
- DE ROSE JR; DESCHAMPS, S.R.; KORSAKAS, P. Situações causadoras de estresse no basquetebol de alto rendimento: fatores competitivos. **Revista Paulista de Educação Física**, v.13, n. 2, p. 217-229, 1999.
- DE ROSE JR, D. A competição como fonte de estresse no esporte. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v.10, n. 4, p. 19-26, 2002.
- EDWARDS, T. **Cultures of Masculinity**. Routledge: Oxon, 2006. 180p.
- ENDLER, N. S.; PARKER, J. D. A. Multidimensional assessment of coping: A critical evaluation. **Journal of Personality and Social Psychology**, v. 58, n. 5, p. 844-854, 1990.
- FIAMONCINI, R.L.; FIAMONCINI, R.E. O stress e a fadiga muscular: fatores que afetam a qualidade de vida dos indivíduos. **Revista Digital**, Ano 9, n. 66, 2003. Disponível em: <<http://www.efdesportes.com>> acesso em 30/08/2006.
- GIAVONI, A., TAMAYO, A. The psychological Synthesis evaluated by the Interactive Model. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, no prelo.
- GIAVONI, A.; TAMAYO, A. Inventário masculino dos esquemas de gênero do autoconceito. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 19, n. 3, p.249-259, 2003.
- GIAVONI, A.; TAMAYO, A. Inventário dos esquemas de gênero do autoconceito. **Revista de Estudos de Psicologia**, v. 10, p.25-34, 2005.
- GOMES, S. A.; et al. **Avaliação da composição corporal e dos níveis de aptidão física de atletas de futsal classificados segundo a tipologia dos esquemas de gênero**. Manuscrito submetido para publicação.
- HAMMERMEISTER, J.; BURTON, D.B. Gender differences in coping with endurance sport stress: are men from mars and women from venus? **Journal of Sport Behavior**, v.27, n. 2, 148-164, 2004.
- HOLT, N. L.; HOGG, J. M. Perceptions of stress and coping during preparations for the 1999 women’s soccer world cup finals. **The Sport Psychologist**, v.16, p. 251-271, 2002.

- LIMA, F.M. **Correlação entre variáveis preditoras de estresse e o nível de estresse**. Dissertação de Mestrado (Mestrado em Educação Física) – Universidade Católica de Brasília, Brasília, 2005.
- LIPP, M.N. Stress e suas implicações. **Revista Estudos de Psicologia**, v. 3/4, 1984.
- LIPPA, R. The display of masculinity, femininity, and gender diagnosticity in self-descriptive photo essays. **Journal of Personality**, v. 65, p.137-169, 1997.
- LOURES, D.L., et al. Estresse mental e sistema cardiovascular. *Arquivos Brasileiros de Cardiologia*, v. 78, n. 5, p.525-30, 2002.
- LUDWIG, et al. Aspectos psicológicos em dermatologia: avaliação de índices de ansiedade, depressão, estresse e qualidade de vida. **Revista de Psicologia da Vetor Editora**, v.7, n.2, p. 69-76, 2006.
- MARKUS, H.; et al. Self-schemas and gender. **Journal of Personality and Social Psychology**, v. 42, p. 38-50, 1982.
- MELO, G.F. Perfil Psicológico de atletas brasileiros baseado na teoria do individualismo-Coletivismo e na metodologia do modelo interativo.. 118 f. **Tese de doutorado** (Doutorado em Educação Física), Universidade Católica de Brasília, 2008.
- MELO, G.F; GIAVONI, A. O perfil psicológico de atletas baseado na teoria do individualismo e do coletivismo. **Revista Brasileira de Psicologia (no prelo)**.
- MENDES, R.A; LEITE, N. **Ginástica laboral - princípios e aplicações práticas**. Barueri: Ed. Manole, 2004.
- MILLS, C. J. Sex-typing and self-schema effects on memory and response latency. **Journal of Personality and Social Psychology**, v. 45, p. 163-172, 1983.
- NAHAS, M.V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida**: Conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. Londrina, 2001.
- NETO, A. **Efeitos de um programa de exercícios resistidos sobre o estresse mental em estudantes do ensino médio**. Tese de Mestrado (Mestrado em Educação Física) – Universidade Católica de Brasília, Brasília, 2002.
- NEWMAN, J.L, et al. Sociotropy, autonomy, and masculinity/femininity: implications for vulnerability to depression. *Psychological Reports*, v. 102, n.2, p. 549-57, 2009.
- PARBOTEEAH, K.P.; ADDAE, H.M.; CULLEN, J.B. Nation culture and absenteeism? An empirical test. *International Journal of Organizational Analysis*, v. 12, n. 5, p. 343-361, 2005.
- PIRES, E.A.G.; et al. Hábitos de atividade física e o estresse em adolescentes de Florianópolis – SC, Brasil. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v.12, n. 1, p. 51-56, 2004.
- POUND, N.; PENTON-VOAK, I.; SURRIDGE, A. K. Testosterone responses to competition in men are related to facial masculinity. *Proceedings of the Royal Society of London*, n. 276, p.153-59, 2009.
- ROCHA, L.E.; DEBERT-RIBEIRO, M. Trabalho, Saúde e Gênero: estudo comparativo sobre analistas de sistemas. **Revista de Saúde Pública**, v.35, n. 6, p. 539-47, 2001.
- SAMULSKI, D.; NOCE, F. Perfil psicológico de atletas paraolímpicos brasileiros. **Revista Brasileira de Medicina e Esporte**, v. 8, n. 3, 2002.
- TABACHINICK, B. G.; FIDELL, L. S. **Using Multivariate Statistics**. New York: HaperCollins College Publishers. 1996.
- THATCHER, J.; DAY, M. C. Re-appraising stress appraisals: The underlying properties of stress in sport. **Psychology of Sport and Exercise**, v. 9, p. 318-335, 2008.

Endereço:

Adriana Giavoni
Universidade Católica de Brasília
Campus I, QS07, lote 01, EPCT, Bloco G, sala
114, Águas Claras.
Taguatinga DF Brasil
71.966-700
e-mail: adriana@pos.ucb.br

Recebido em: 21 de junho de 2009.
Aceito em: 19 de novembro de 2009.



Motriz. Revista de Educação Física. UNESP, Rio Claro, SP, Brasil - eISSN: 1980-6574 - está licenciada sob [Licença Creative Commons](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/)