Artigo original Recebido em: 15/01/2021 Parecer emitido em: 29/01/2021

MELO, C.C. de; SIMIM, M.A. de M.; GOUVEIA, R.B.; SPRINGER, C.R.A.; NOCE, F.; Fatores estressores em atletas de tênis em cadeira de rodas. **Coleção Pesquisa em Educação Física**, Várzea Paulista, v.20, n.01, supl. p.109-116, 2021. ISSN; 1981-4313.

FATORES ESTRESSORES EM ATLETAS DE TÊNIS EM CADEIRA DE RODAS

Cristina Carvalho de Melo[1,2]
Mário Antônio de Moura Simim[3]
Rafael Botelho Gouveia[4]
Cornelis Robert Araújo Springer[1]
Franco Noce[1]
[1]Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG)
[2]Centro Universitário UNA de Belo Horizonte, (UNA-BH)
[3]Universidade Federal do Ceará (UFC)
[4]Fundação Educacional de Penápolis (FUNEPE)

RESUMO

O objetivo deste estudo foi verificar os fatores de estresse em atletas de tênis em cadeira de rodas e comparar o nível de estresse de acordo com o nível de experiência. A amostra foi composta por 26 atletas (35,04 ± 6,48 anos de prática; 12,08 ± 8,8 anos de experiência). O Psycho Stress Test for Disability Athletes (TEP-DF) foi aplicado durante a competição. O Shapiro-Wilk, Kruskal-Wallis e Mann-Whitney (p≤0,05) foi utilizado nos procedimentos estatísticos. "Se machucar perto de um torneio" foi o principal fator de estresse e "Contar com o apoio da família" foi o principal fator motivacional. Nenhuma influência significativa foi detectada pela experiência. Concluímos que o tenista cadeirante, apesar da experiência, consegue lidar com os fatores de estresse durante a competição e se manter motivado.

Palavras-chave: Estresse. Esporte Paralímpico. Tênis em cadeira de rodas. Competição.

STRESSING FACTORS IN TENNIS ATHLETES IN WHEELCHAIR

ABSTRACT

The aim of this study was to verify the stress factors in wheelchair tennis players and compare the stress level according their experience level. The sample was composed by 26 athletes (35.04±6.48 years old practice; 12.08 ±8.8 years old experience). The Psycho Stress Test for Disability Athletes (TEP-DF) was applied during the competition. The Shapiro-Wilk, Kruskal-Wallis e Mann-Whitney (p≤0,05) was used in the statistical procedures. "Getting injured close to a tournament" was the main stress factor and "Relying on family support" was the main motivational factor. No significant influence was detected by experience. We concluded that Wheelchair Tennis Players, despite of experience, can deal with stress factors during the competition and keep motivated.

Keywords: Stress. Paralympic Sport. Wheelchair tennis. Competition.

INTRODUÇÃO

O esporte de rendimento agrega um conjunto de fatores de estresse para os atletas. Os intensos períodos de treino e competições e a constante pressão por resultados, associados à uma ausência de rotina social e distanciamento das relações familiares são fatores estressores já citados em estudos sobre o estresse no esporte de rendimento (ALMEIDA et al., 2019). Os estudos relacionados ao estresse vêm demonstrando como esse aspecto psicológico é capaz de influenciar o comportamento do atleta e afetar a sua performance (SAMULSKI; NOCE; COSTA, 2011).

O estresse é produto da interação do homem com o seu meio ambiente físico e sociocultural (NOCE, 2016). No contexto do esporte de rendimento praticado por pessoas com deficiência, o estudo de revisão sobre aspectos psicológicos em atletas paralímpicos proposto por Jefferies; Gallagher e Dunne (2012) mostraram que esses atletas apresentam diferentes fontes estressoras antes, durante e após as competições. De acordo com os autores, na etapa da preparação, os atletas estavam preocupados em manter uma execução consistente de suas habilidades durante todo o treinamento, com a meta de estar no pico de sua performance para a seleção e para a competição. Durante a competição, as preocupações giravam em torno da capacidade de concentração e de trabalhar sobre pressão, além de conseguir lidar com as condições pobres da arbitragem. Após a competição, os participantes relataram como fontes de estresse a avaliação do seu desempenho por outras pessoas, a responsabilidade de uma derrota da sua equipe e a forma como eles trabalharam em equipe durante competição. Também foram apontados como aspectos negativos a tensão, a preocupação com o deslocamento e o tempo para a chegada ao local, afastamento por longo tempo do meio social e doméstico, falta de conexão com o treinador, problemas de relacionamento, finanças e falta de sensibilização para as necessidades especiais.

Nas modalidades esportivas paralímpicas observa-se que os atletas são submetidos a diversos tipos de pressão (torcida, resultado, tempo, cobrança do técnico e companheiros, entre outras) e a sua performance durante uma competição está relacionada com a capacidade individual do atleta de enfrentamento a essas pressões (NOCE, 2016). Além disso, situações e fatores estressantes são desencadeados durante o treinamento, como busca pela melhoria do desempenho, superação das limitações físicas e fisiológicas, além de pouca interação social (SAMULSKI; NOCE; COSTA, 2011). Neste sentido, Noce (2016) reforça a importância de se enfatizar os aspectos psicológicos para o desempenho de alta performance em tenistas.

Dentre os estudos envolvendo o tênis em cadeira de rodas Groot et al. (2016) verificaram a diferença entre habilidades técnicas de empunhaduras com e sem propulsão das cadeiras de rodas. De acordo com os autores a técnica com impulsão da cadeira de rodas, segurando a raquete tem efeitos negativos sobre a propulsão, e pode aumentar a incidência de lesões. Outros estudos também abordaram questões fisiológicas sobre a prática do tênis em cadeira de rodas, especialmente, examinando as respostas de termorregulação durante o jogo (GRIGGS et al., 2015). Estes estudos mostraram que, em indivíduos com uma lesão na medula espinhal, a função de termorregulação foi prejudicada quando comparados com seus pares sem deficiência. Por esse motivo, Griggs et al. (2015) indicou uma maior atenção durante os jogos e em relação à hidratação, aos intervalos de jogo e aclimatação visando garantir de forma eficiente à regulação térmica do corpo.

No entanto, treinar atletas que possuem deficiências, também requer o entendimento de variáveis psicológicas que afetam as performances individuais (COSTA; SILVA et al., 2013). Porém, em relação às respostas psicológicas, pouco tem sido produzido o que sugere um vasto campo de pesquisa e intervenção (PERRET, 2015). Richardson et al. (2015) investigaram fatores psicossociais em atletas de tênis em cadeiras de rodas em países em desenvolvimento e identificaram que os atletas percebem, através da prática do esporte, um reforço do seu bem-estar psicossocial. Os autores destacam ainda que durante as entrevistas três grandes temas emergiram, sendo eles: o desenvolvimento de habilidades transferíveis, a percepção do crescimento pessoal e os benefícios ao assumir uma identidade atlética. Atletas paralímpicos que apresentam as identidades pessoais e sociais reforçadas, se integram através de mecanismos pró-sociais e são capazes de desenvolver uma carreira após a aposentadoria da competição. Nota-se que a prática esportiva pode promover o bem-estar psicossocial do atleta e é capaz de superar e/ou atenuar as percepções negativas da deficiência.

Ao considerar a prática do esporte de alto rendimento não se pode descartar a existência dos fatores estressores que são inerentes à temporada competitiva. No esporte paralímpico, sabe-se que as particularidades de cada modalidade interferem no planejamento e a individualidade do atleta em seu potencial funcional (SAMULSKI; NOCE; COSTA, 2011). Tais características podem influenciar os fatores estressores percebidos pelos indivíduos e, especificamente em atletas do tênis em cadeiras de rodas,

poucos são os achados na literatura que analisam o estresse neste grupo de praticantes no esporte de rendimento.

No Brasil, de acordo com a Confederação Brasileira de Tênis, o tênis em cadeira de rodas vem crescendo e se tornado muito praticado pelas pessoas com deficiência. Atualmente o país possui três atletas entre os cinquenta primeiros no *Wheelchair Tennis Rankings* da *Internacional Tennis Federation (http://www.itftennis.com/wheelchair/rankings/).* Nas paralimpíadas de 2016 o país contou com oito atletas representando a modalidade. Tendo em vista que, para um bom desenvolvimento na modalidade, o tenista necessita de um bom desenvolvimento dos aspectos psicológicos (NOCE, 2016); dado que substancia a necessidade de compreender os fatores estressores para os praticamente de tênis de cadeiras em rodas no contexto do esporte de alto rendimento, a fim de contribuir para o desenvolvimento do atleta e da modalidade no país. Sendo assim, o objetivo deste estudo foi identificar os fatores estressores em atletas de tênis de campo em cadeira de rodas e comparar o nível de estresse entre atletas com diferentes tempos de experiência.

MÉTODO

A amostra deste estudo foi composta por 26 atletas de tênis de campo do sexo masculino e com algum comprometimento físico permanente relacionado a sua mobilidade. A faixa etária média foi de 35,04 anos (±6,48) e tempo de experiência médio 12,08 anos (±8,80). O volume médio de treinamento semanal na modalidade foi 3,5 dias/semana totalizando uma média de 10,85 horas (±4,42) por semana. Com relação ao começo da carreira, com participação em competições, a média foi de 25,42 anos (±7,25). Todos os atletas utilizavam a cadeira de rodas como equipamento para locomoção e não apresentavam nenhum comprometimento mental ou cognitivo.

Os atletas foram selecionados por conveniência durante a participação da competição *BH Open Wheelchair Tennis*, competição oficial da *Internacional Tennis Federation*. Os participantes deste estudo estavam entre os mais bem colocados no ranking nacional para tenistas de campo de cadeiras de rodas masculino.

Todos os atletas assinaram o termo de consentimento para participação voluntária no estudo. Os mesmos foram informados sobre as características do estudo e sobre a confiabilidade na análise dos resultados, assim como todos os aspectos relacionados à investigação.

Instrumento

Foi utilizado o questionário *Teste de Estresse Psíquico para Atletas com Deficiência Física* (TEP-DF), elaborado e validado por Anjos (2005) e baseado na teoria do estresse psicológico proposto por Lazarus (1966). O instrumento é composto por 57 situações que compõem duas dimensões: Psicobiológica e Socioambiental. A dimensão Psicobiológica é composta por 26 situações envolvendo as percepções pessoais, as reações e manifestações diante de um fato ou situação vivenciada em uma competição. A dimensão Socioambiental é composta por 31 situações advindas das relações sociais entre indivíduos e situações do meio esportivo. Para avaliar cada situação foi utilizada uma escala tipo *likert* de sete pontos, onde: (+3) influência muito positiva, (+2) influência positiva, (+1) influência pouco positiva, (0) nenhuma influência, (-1) influência pouco negativa, (-2) influência negativa e (-3) influência muito negativa. Os valores de confiabilidade para o instrumento geral foram (α=.86), dimensão psicobiológica (α=.72), e dimensão socioambiental (α=.80).

Além do TED-DF, aplicou-se um questionário sociodemográfico com a finalidade de caracterização da amostra e foi incluída neste instrumento uma questão aberta sobre os objetivos e metas pessoais do atleta.

Procedimentos

No primeiro momento foi realizado um contato com os organizadores do evento solicitando autorização para o estudo durante as competições. Após autorizado, realizou-se um contato com as equipes participantes, através dos treinadores, convidando os jogadores a participarem do estudo e informando as características do mesmo. O instrumento foi aplicado durante as competições, em um local calmo, individualmente e sem restrição de tempo para o preenchimento do teste. O estudo seguiu as recomendações éticas do Conselho Nacional de Saúde – Resolução 466/12 e foi aprovado sob o número 29405214.3.0000.5149.

Análise dos dados

A análise das variáveis qualitativas do instrumento, obtidas a partir da questão aberta sobre os objetivos e metas do atleta, foi realizada através da análise de conteúdo. Para os procedimentos quantitativos foram realizadas análises estatísticas descritivas, composta de média, desvio padrão e distribuição de frequência. Para todas as análises comparativas estabelecidas neste estudo foi utilizado o teste de normalidade de *Shapiro-Wilk*. Para determinar o limite de tempo para a prática esportiva os atletas foram subdivididos a partir da análise de percentis em grupos com (1) baixa experiência (≤ 2 anos), (2) moderadamente experientes (>2 anos e <17 anos), e (3) alta experiência (≥17 anos). Para avaliar a diferença entre as classificações de atletas com baixa experiência, atletas moderadamente experientes, e atletas muito experientes foi utilizado o teste de *Kruskal-Wallis* ($p \leq 0,05$) com poder de 0.95 e o tamanho do efeito de 0.275.

Para a análise das comparações do estresse psíquico entre os atletas com baixa experiência, atletas moderadamente experientes e atletas muito experientes foi utilizado o teste de *Mann-Whitney* ($p \leq 0,05$). Os procedimentos estatísticos foram realizados utilizando-se o *software SPSS® for Windows®* versão 20.0.

RESULTADOS

Dentre os 26 atletas participantes deste estudo, oito foram classificados com baixa experiência, 10 atletas com moderada experiência e oito atletas com muita experiência. A diferença entre o nível de experiência dos atletas de cada grupo foi comprovada estatisticamente.

As análises das situações de estresse, considerando a influência negativa e positiva foram realizadas de forma conjunta através da análise descritiva dos valores atribuídos a cada situação. Observa-se que a situação de maior influência negativa (média -2,0 ±1,3) foi "lesionar-se próximo à competição". Já as situações de maior influência positiva foram "contar com apoio familiar" (média 2,23 ±1,14) e "estar com a situação financeira estabilizada" (média 2,15 ±1,29).

Em uma análise descritiva inicial e a classificação das dimensões Psicobiológica e Socioambiental para os grupos com baixa, moderada e alta experiência; observa-se que, independentemente do nível de experiência, as situações da dimensão Socioambiental tendem a exercer uma influência mais positiva.

Tabela 1 - Análise descritiva das dimensões Psicobiológica e Socioambiental do TEP-DF de acordo com os níveis de experiência dos atletas de tênis em cadeira de rodas

	Baixa experiência			*Moderada Experiência*			*Alta Experiência*		
Dimensão	Media	DP	CV	Media	DP	CV	Media	DP	CV
Psicobiológica	-0,49	0,88	-1,82	-0,76	0,39	-0,52	-0,64	0,26	-0,41
Socioambiental	1,55	0,40	0,26	1,65	0,45	0,27	1,60	0,39	0,24

Fonte: dados da pesquisa.

A Tabela 1 apresenta a análise comparativa da dimensão Psicobiológica considerada de acordo com o nível de experiência entre os três grupos: baixo, moderado e alto nível de experiência. Não foi encontrada diferença significativa entre a dimensão Psicobiológica e os níveis de experiência de praticantes de tênis em cadeira de rodas.

Realizou-se uma análise comparativa da dimensão Socioambiental considerada de acordo com o nível de experiência entre os três grupos: baixo, moderado e alto nível de experiência. Não foi encontrada diferença significativa entre a dimensão Sociobiológica e os níveis de experiência de praticantes de tênis em cadeira de rodas.

Tabela 2 - Análise comparativa entre a dimensão Psicobiológica e o nível de experiência dos atletas de tênis em cadeira de rodas.

Nível de experiência	**baixa**	**moderada**	**alta**
baixa	-	.155	.401
moderada		-	.353

p>0,05

Fonte: dados da pesquisa.

Foi realizada, também, uma análise descritiva em relação às situações de maior influência negativa entre os atletas com baixa e com alta experiência. Observa-se que a situação "Lesionar-se próximo à competição" e "Falta de preparação psicológica" foi comum entre os dois grupos analisados, no entanto, houve diferença em relação às demais situações de maior influência negativa quando comparados os grupos de baixa experiência com os de alta experiência.

Tabela 3 – Situações mais estressantes de acordo com os níveis baixa e alta experiência em atletas de tênis em cadeira de rodas.

	baixa experiência	alta experiência
1º	12- Falta de preparação psicológica	43- Lesionar-se próximo à competição
2º	43- Lesionar-se próximo à competição	4- Dormir mal na noite anterior à competição
3º	11- Preparação técnica inadequada	12- Falta de preparação psicológica

Fonte: dados da pesquisa.

Foi realizada uma análise descritiva em relação às situações de maior influência positiva entre os atletas com baixa e alta experiência. Observou-se que a situação "contar com apoio familiar" foi comum entre os dois grupos analisados, no entanto, houve diferença em relação às demais situações motivadoras quando comparados os grupos de baixa experiência com os de alta experiência.

DISCUSSÃO

O objetivo do presente estudo foi identificar os fatores estressores em atletas de tênis de campo em cadeira de rodas e comparar o nível de estresse entre atletas com diferentes níveis de experiência. Os resultados encontrados demonstram que, frente a uma situação de estresse, o tipo de resposta de cada indivíduo não varia em relação ao nível de experiência dos atletas. Foram identificadas 40 situações de influência predominantemente negativa e 17 situações de influência predominantemente positiva (motivadoras).

Dentre as 40 situações apontadas como fatores estressores pelos atletas de tênis em cadeira de rodas, destacou-se a situação "Lesionar-se próximo à competição". Segundo Tanaka (2005) um acidente que cause uma lesão dias antes da competição fragiliza e desestabiliza o lado psicológico do atleta com deficiência física, o que gera uma sobrecarga de estresse. Brazuma e De Castro (2001) afirmam que o empenho na carreira atlética é tão intenso por parte do atleta com deficiência física que toda sua rotina pessoal e profissional tende a girar em torno das metas esportivas. Uma incidência de lesões no ombro e na coluna, observadas em paratletas de tênis de mesa, o que reforça o destaque à situação "lesionar-se próximo à competição" levantada pelos atletas de tênis em cadeira de rodas participantes no presente estudo. O tênis em cadeira de rodas é uma modalidade individual extremamente competitiva, os atletas demonstraram preocupação com uma lesão antes de competições importantes, uma vez que esta pode afetar a permanência no esporte e a continuidade de suas carreiras.

Ainda sobre a dimensão "Lesionar-se próximo à competição", resultados similares foram identificados na literatura para outras modalidades esportivas olímpicas em atletas de alto rendimento (BARA FILHO; GARCIA, 2008). Muitas vezes, o treinamento intensivo em excesso e a entrada precoce dos atletas no esporte de rendimento, ao invés de desenvolvimento de competências, pode levar a lesão por esforço e a síndrome de *burnout*. Bara Filho e Garcia (2008) ao estudarem jovens de diferentes modalidades no esporte competitivo, dentre elas o tênis, encontraram a variável lesão como um dos principais fatores causadores do abandono.

Outra situação estressora que também apresentou escore alto de média chamou atenção: "falta de preparação psicológica", esta foi apontada como segundo maior fator estressor para os atletas praticantes de tênis em cadeira de rodas. Segundo Noce (2016), a situação relacionada à preparação psicológica, é tão importante quanto a preparação técnica e tática, pois a sua falta pode comprometer a capacidade do atleta para responder positivamente aos estímulos psicológicos que surgem no treinamento e na competição, influenciando negativamente o rendimento. Os atletas de tênis em cadeira de rodas precisam se manter altamente concentrados durante uma partida, pois um erro cometido durante um rally pode levá-lo à derrota e saída de uma competição. Sendo assim, os atletas percebem a necessidade do treinamento psicológico para otimizarem suas capacidades mentais e principalmente, de enfretamento das pressões advindas de uma competição.

Outro fator apontado como um potencial fator estressante é "dormir mal na noite anterior", observa-se que há uma relação entre o período de sono e a recuperação de um possível estresse. Esteves et al. (2015) estudaram a qualidade do sono em atletas paralímpicos durante o período de preparação para os Jogos Parapanamericanos de Guadalajara/2011 e encontraram uma qualidade de sono ruim e estado de sonolência diurna para a maioria dos atletas. Os autores sugerem que esses resultados possam estar relacionados à redução no processo de recuperação, onde o sono pobre, de baixa qualidade e eficiência levariam a uma redução da capacidade física do atleta. As implicações do sono de qualidade ruim em atletas de tênis em cadeiras de rodas podem estar relacionadas a um maior desgaste físico em função de uma recuperação ineficiente, cabendo neste caso o monitoramento da variável sono nestes atletas.

Entre as 17 situações motivadoras "Contar com o apoio familiar" apresentou o maior valor médio, este fato pode estar relacionado ao fato de muitos destes atletas ainda moram com seus familiares por causa de suas deficiências físicas. O apoio destes, incentivando-os, é de grande importância para os atletas deficientes físicos na hora da competição, aumentando a autoestima (ANJOS, 2005). Além disso, sabe-se que muitas vezes, logo após a instalação da deficiência, há um forte isolamento social e familiar e de acordo com os achados de Richardson et al. (2015) a prática esportiva, neste caso o tênis em cadeira de rodas, reaproxima as pessoas com deficiência de seus laços familiares e sociais, e as tornam mais fortes para enfrentar os desafios da sociedade.

O fator "Estar com situação financeira estabilizada" também emergiu como influência positiva aos atletas de tênis em cadeira de rodas. Brazuma e De Castro (2001) confirmam que muitos dos atletas com deficiências físicas trabalham e são independentes financeiramente ou recebem retornos materiais e sociais por conta do seu rendimento esportivo e consideram este fator extremamente importante. Lastuka e Cottingham (2016) afirmam que praticar o esporte paralímpico por mais de um ano está associado a um aumento de aproximadamente 4% na probabilidade de conseguir um emprego. Os autores também mostram que o acesso à educação e a duração da instalação da deficiência são fatores positivos para a aquisição e manutenção do emprego. Assim, a prática esportiva oportuniza aos atletas maiores chances de emprego, renda e também, em função das competições, a oportunidade de viajar e fazer amigos durante os jogos. Por isso, a situação motivadora relacionada com a importância financeira tem sido apontada como uma influência positiva para a prática do esporte de rendimento, especialmente em atletas do tênis em cadeira de rodas.

Lastuka e Cottingham (2016) também concordam com a importância dada pelos atletas de tênis em cadeira de rodas às situações "Confiar na própria capacidade técnica" e "Ter bom convívio com companheiros na competição", pois o esporte leva o atleta com deficiência física a desenvolver o senso de responsabilidade política, a ajudar os outros competidores a superarem a deficiência e a baixa autoestima. Para que ocorra um bom convívio social, sentimentos como a autoestima e imagem corporal devem estar suficientemente desenvolvidos. Como a autoestima aumenta a confiança, esta pode influenciar positivamente o rendimento esportivo durante uma partida de tênis em cadeira de rodas (BRAZUMA; DE CASTRO, 2001).

Em relação às dimensões do TEP-DF para atletas de tênis em cadeiras de rodas, as dimensões Psicobiológica e Socioambiental apresentaram influências pouco negativas. Também, ao comparar as dimensões do TEP-DF não foram encontradas diferenças significativas entre os grupos. Para os atletas de tênis em cadeira de rodas, o nível de experiência não influenciou na percepção estressora das dimensões Psicobiológica e Socioambiental. Percebe-se que os tenistas avaliados neste estudo são capazes de lidar bem com as situações estressantes. Segundo Samulski; Noce e Costa (2011), a preparação psicológica merece o mesmo grau de importância que a preparação técnica e tática, visto que o rendimento esportivo pode depender do estado psicológico do atleta no momento da competição. Noce (2016) afirma que conhecer e desenvolver as capacidades psíquicas inerentes ao rendimento esportivo do tenista pode se tornar um diferencial para aqueles que buscam o alto rendimento.

Na busca por compreender as situações estressoras, entre os diferentes níveis de experiência, foram encontradas duas situações semelhantes de maior influência negativa para os grupos com baixa e alta experiência, sendo "Lesionar-se próximo à competição" e "Falta de preparação psicológica". O resultado mostra que para ambos os grupos é importante estar bem psicológica e fisicamente minimizando erros durante uma competição.

A situação "Preparação técnica inadequada" foi apontada como fator estressante para o grupo com alto tempo de experiência, enquanto a situação e "Dormir mal na noite anterior à competição" foi apontada como fator estressante para atletas com baixo tempo de experiência. A partir da análise entre os grupos, os atletas de tênis de cadeira de rodas com alta experiência percebem a técnica do movimento como uma habilidade que precisa estar equilibrada com o domínio psicológico, pois as partidas são decididas nos mínimos detalhes (NOCE, 2016). Já para os atletas com baixa experiência, estar-se

recuperado e ter uma boa noite de sono são fatores que contribuem para que sua performance seja melhorada durante uma competição, Esteves et al. (2015) revelaram em estudo que a maioria dos atletas (65,30%) apresentou uma pobre qualidade de sono, bem como, um alto índice de insatisfação com o seu próprio sono, os autores afirmam que atletas com uma pobre qualidade do sono apresentaram um aumento na latência do sono, sugerindo mais uma vez que fatores extrínsecos (como por exemplo, relação entre intensidade do treinamento e períodos de recuperação) ou intrínsecos (como por exemplo, distúrbios do sono) podem influenciar na qualidade do sono.

Segundo Anjos (2005), o treinador é o responsável pela formação esportiva do atleta, que deposita nele uma expectativa bem definida: levá-lo aos resultados objetivados, motivando-o, aproveitando ao máximo suas potencialidades atléticas, ajudando-o a se interiorizar, conhecendo seus limites, virtudes e defeitos. Ele desempenha muitas vezes não só a função de orientador físico, técnico e tático, como também psicológico. Segundo Jefferies; Gallagher e Dunne (2012) essa relação entre o atleta e o treinador é extremamente forte, de modo que o atleta percebe o seu treinador como uma segunda família. Ter um treinamento físico e psicológico é imprescindível para a prática do tênis em cadeira de rodas, evitando conflitos internos e externos que interfiram no desempenho do atleta durante os treinamentos e competições.

Em relação às situações positivas, somente a situação "Contar com o apoio familiar" foi considerada como grande influenciador positivo para os atletas com baixa e alta experiência. Os dados do presente estudo mostram que o suporte familiar são essências à motivação dos atletas de tênis em cadeira de rodas. O suporte emocional, oferecido pelos familiares, é fundamental para os atletas (SAMULSKI; NOCE; COSTA, 2011).

A tabela 7 apresenta os objetivos e metas pessoais apresentados pelos atletas para iniciar o esporte. 92,3% dos atletas apresentaram o objetivo "Competir/treinar" como objetivo para praticar o esporte, seguido do objetivo "Vencer" com 69,2%. Estes dados se relacionam com o estudo sobre Perfil psicológico de atletas paraolímpicos brasileiros (SAMULSKI; NOCE; COSTA, 2011) onde nota-se que os três principais objetivos apresentados pelo grupo pesquisado foram: "ser campeão" (20,8%); "conquistar medalhas" (12,8%) e "ser reconhecido" (12,1%).

O estudo apresenta limitações em relação ao número de participantes da pesquisa. Contudo, considerando o número total de tenistas federados no Brasil e que os principais atletas brasileiros desta modalidade foram voluntários neste, acredita-se que esta amostra é representativa para o grupo de atletas de tênis em cadeira de rodas no Brasil. Espera-se que mais estudos sejam desenvolvidos em busca de aprimorar o conhecimento sobre o estresse ao longo da temporada, identificar as oscilações entre os fatores e ampliar as análises entre grupos de atletas praticantes.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que os atletas de tênis em cadeira de rodas, independentemente do tempo de prática, são capazes de lidar satisfatoriamente com fatores estressores e se manterem motivados ao longo da competição enfatizando a importância de uma preparação física e psicológica. Os atletas demonstram uma preocupação com sua recuperação física e mental e ambos os grupos são motivados externamente pelos seus familiares.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, K.K.; ARAÚJO, N.C.; BARTONI, M.J.; MAGALHÃES NETO, A.M.M. Avaliação do estresse físico e psicológico de praticantes de esporte de orientação. **ConScientiae Saúde**, v.18, n.2, p.285-292, abr./jun., 2019.

ANJOS, D.R. **Elaboração e validação de um instrumento para percepção subjetiva dos fatores estressantes de atletas com deficiência física**. Dissertação Mestrado em Treinamento Esportivo- Escola de Educação Física da Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2005. 137p.

BARA FILHO, M.G.; GARCIA, F.G. Motivos do abandono no esporte competitivo: um estudo retrospectivo. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v.22, n.4, p.293-300, 2008.

BRAZUMA, M. R.; DE CASTRO, E. M. A Trajetória do Atleta Portador de Deficiência Física no Esporte Adaptado de Rendimento: Uma Revisão da Literatura. **Motriz**. v.7, n.2, p.115-123, 2001.

COSTA E SILVA, A.A.; MARQUES, R.F.R.; PENA, L.G.S.; MOCHANSKY, S.; BORGES, M.; CAMPOS, L. F.C.C. Esporte adaptado: abordagem sobre os fatores que influenciam a prática do esporte coletivo em cadeiras de rodas. **Revista Brasileira de Educação Física e Esportes**, v.27, n.4, p.679-87, 2013.

ESTEVES, A.M.; SILVA, A.; BARRETO, A.; CAVAGNOLLI, D.A.; ORTEGA, L.S.A.; PARSONS, A.; TUBIBA, E.R.; BARRETO, M.; OLIVEIRA FILHO, W.; MELLO, M.T. Avaliação da qualidade de vida e do sono de atletas paralímpicos brasileiros. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v.21, n.1, p.53-56, 2015.

GRIGGS, K.E.; LEICHT, C.A.; PRICE, M.J.; GOOSEY-TOLFREY, V.L. Thermoregulation during intermittent exercise in athletes with a spinal cord injury. **International Journal of Sports Physiology and Performance**, v.10, p.469–475, 2015.

GROOT, S.; BOS, F.; KOOPMAN, J.; HOEKSTRA, A.E.; VEGTER, R.J.K. Effect of holding a racket on propulsion technique of wheelchair tennis players. **Scandinavian journal of medicine & science in sports**, v27, n9, p.918-924, 2016.

JEFFERIES, P.; GALLAGHER, P.; DUNNE, S. The Paralympic athlete: a systematic review of the psychosocial literature. **Prosthetics and orthotics international**, v.36, n.3, p.278-289, 2012.

LASTUKA, A.; COTTINGHAM, M. The effect of adaptive sports on employment among people with disabilities. Disability and rehabilitation, v.38, n.8, p.742-748, 2016.

NOCE, F. Aspectos Psicológicos. In: PACIANORI, R., URSO, R.P. **Tênis:** Novos caminhos para uma abordagem profissional. (1.ed, p.238-257). Evora: São Paulo, 2016.

PERRET, C. Elite-adapted wheelchair sports performance: a systematic review. **Disability and rehabilitation**, p.1-9, 2015.

RICHARDSON, E.V.; PAPATHOMAS, A.; SMITH, B.; GOOSEY-TOLFREY, V.L. The psychosocial impact of wheelchair tennis on participants from developing countries. **Disability and rehabilitation**, p.1-8, 2015.

SAMULSKI, D.; NOCE, F.; COSTA, V.T. Mental preparation. In: VANLANDEWIJCK, Y.C.; THOMPSON, W.R (Eds.), **Handbook of sports medicine and science**: The paralympic athlete (1.ed., p.198-213.). Oxford: Wiley-Blackwell, 2011.

TANAKA, M. Lesões no tênis de campo em cadeira de rodas. **Reabilitar**, v.7, n.26, p.39-41, 2005.

Laboratório de Psicologia do Esporte
Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional
Universidade Federal de Minas Gerais
Av. Antônio Carlos, 6627
Pampulha
Belo Horizonte/MG - Brasil
31270-901