

Ansiedad precompetitiva en deportistas de judo tras suspensión de competiciones por las medidas restrictivas del Covid-19

Ansiedade pré-competitiva em atletas de judô após suspensão das competições decorrentes das medidas restritivas do Covid-19

Tawan Teodósio Medeiros¹,
<https://orcid.org/0000-0003-0198-573X>
Walmir Romário dos Santos²,
<https://orcid.org/0000-0001-5558-3109>

Marlene Salvina Fernandes da Costa³,
<https://orcid.org/0000-0002-2188-6686>
Wlaldemir Roberto dos Santos¹
<https://orcid.org/0000-0001-5706-2243>

Original

¹ Universidade Estadual da Paraíba, João Pessoa, Paraíba, Brasil

² Universidade de São Paulo; Escola de Educação Física e Esporte de Ribeirão Preto, Ribeirão Preto, São Paulo, Brasil

³ Universidade Federal de Pernambuco; Departamento de Educação Física, Recife, Pernambuco, Brasil

Resumen

Objetivo: Verificar los niveles de ansiedad precompetitiva en deportistas de judo al regresar a las competiciones, luego de las medidas restrictivas del Covid-19.

Metodología: La muestra estuvo formada por nueve deportistas, ocho hombres (88%), con una edad media de 24,3±6,2 años, masa corporal 81,9±16,3 kg y estatura de 175±0,1 cm. Una hora antes de la competición se aplicó el cuestionario CSAI-2R para medir la ansiedad competitiva de los deportistas, respetando todos los protocolos y medidas de distancia que rige la organización mundial de la salud OMS.

Resultados: Se observaron los niveles de ansiedad competitiva y sus subescalas, para ansiedad cognitiva 15,7±3,8, ansiedad somática 15,9±4,8 y autoconfianza 26,4±8,0.

Conclusión: La ansiedad competitiva no mostró diferencias significativas entre sus subescalas entre el tiempo de competencia de los atletas en el regreso a las competencias de judo después de la pandemia.

Palabras clave: Ansiedad competitiva, Judo, Covid-19



RPCAFD

Recibido: 05-06-2021

Aceptado: 25-09-2021

Correspondencia:

Correspondencia:

Marlene Salvina Fernandes

marlene.costa@gmail.com



Abstract

Objective: To verify the levels of pre-competitive anxiety in judo athletes when returning to competitions, after the restrictive measures of Covid-19.

Methodology: The sample consisted of nine athletes, eight men (88%), with a mean age of 24.3 ± 6.2 years, body mass 81.9 ± 16.3 kg and height of 175 ± 0.1 cm. One hour before the competition, the CSAI-2R questionnaire was applied to measure the athletes' competitive anxiety, respecting all protocols and distance measures governed by the World Health Organization WHO.

Results: The levels of competitive anxiety and its subscales were observed, for cognitive anxiety 15.7 ± 3.8 , somatic anxiety 15.9 ± 4.8 and self-confidence 26.4 ± 8.0 .

Conclusion: Competitive anxiety did not show significant differences between its subscales between the athletes' competition time in the return to judo competitions after the pandemic.

Keywords: Competitive anxiety, Judo, Covid-19

Introdução

Em dezembro de 2019, na China, teve o primeiro relato de contaminação de um vírus novo da família do *Coronavirus Disease* (COVID-19), tendo como característica alto contágio, levando muitos dos contaminados a desenvolver infecção respiratória de maneira grave, apresentando grande taxa de mortalidade¹. Logo a doença afetou todo o mundo, sendo elevado para o status de pandemia segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS)². A mudança na rotina da população mundial foi inevitável, com o agravamento e impactos da pandemia, como forma de diminuição do contágio, medidas preventivas foram adotadas para o combate e enfrentamento da doença, com destaque a restrição de contato e o isolamento social, com o intuito de reduzir a transmissão².

De forma semelhante, os impactos do COVID-19 atingiram toda comunidade esportiva, incluindo o judô, sendo necessária a suspensão dos treinamentos e competições previstos para o ano. A interrupção dos treinamentos de forma inesperada influenciou nos aspectos físicos, comportamentais e psicossomáticos nos atletas, acarretando preocupação direta com o desempenho e performance.

Segundo Côrte et al.³, o destreino pode afetar vários componentes da aptidão do atleta, como redução da força, menor condicionamento

cardiorrespiratório, além de restrições que influenciaram a saúde mental, provocado pelo isolamento prolongado e das incertezas.

De acordo com Niu et al.⁴, as medidas restritivas podem afetar a saúde mental, principalmente, de pessoas com risco de doenças mentais pré-existentes, podendo elevar a ansiedade, estresse e ocasionar depressão. Razai et al.⁵ associa a interrupção dos treinamentos aos níveis de solidão, ocasionando uma experiência subjetiva desagradável, insatisfação e redução do desempenho.

Entre as modalidades esportivas afetadas com a pandemia do COVID-19 com destaque para o judô, esporte que reúne interação e contato físico, o que reflete diretamente nos aspectos psicológicos do praticante, gerando aumento da ansiedade e expectativa para volta aos treinamentos e competições⁶. Assim, a preocupação eminente surge com o desempenho dos atletas no retorno as atividades de treinamento e, posteriormente as competições, conforme determina a OMS e o Instituto de Pesquisa Inteligência Esportiva (IPIE) nas recomendações e orientações gerais de prática esportiva⁷.

Nesse contexto, a preocupação com o desempenho dos atletas na volta aos treinamentos emerge nos efeitos negativos das

restrições de isolamento que incluíram sintomas de ansiedade, estresse e depressão pós-traumático, acarretando preocupantes impactos a qualidade de vida e no estado emocional⁸. Diante disso, espera-se com esse estudo

observar os níveis de ansiedade pré-competitiva em atletas do judô em competições após as medidas de restrições ocasionadas pelo COVID-19.

Metodología

Tipo de estudo

Trata-se de um estudo de corte transversal, com abordagem quantitativa, que avaliou os níveis de ansiedade de atletas de judô antes da primeira competição realizada após suspensão das medidas preventivas da pandemia causada pelo COVID-19.

Participantes

A amostra foi composta por nove atletas, oito homens (88%), com idade média de 24,3±6,2, praticantes de judô, de ambos os gêneros, em diversas categorias. A seleção da amostra foi de forma não probabilística, de forma intencional, por conveniência e adesão. Para participar da pesquisa os atletas deveriam treinar a modalidade do judô e estar no mínimo na faixa laranja, estarem treinando para competição e ter no mínimo três anos de prática não modalidade. O critério de exclusão foi adotado para aqueles não preencheram o questionário em sua totalidade ou apresentassem alguma lesão musculoesqueléticas que impedisse de participar da competição alvo. Os procedimentos adotados no presente estudo atenderam às normas da Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde para pesquisas com seres humanos. O projeto obteve aprovação do Comitê de Ética e Pesquisa em Seres Humanos da Universidade Federal de Pernambuco, CAE: 46978515.6.0000.5208.

Instrumentos

Para avaliar a ansiedade competitiva foi aplicado o Inventário de Ansiedade Estado Competitiva (CSAI-2R)⁹ na versão brasileira, validado por Fernandes, Vasconcelos-Raposo e Fernandes⁹, validado para atletas brasileiros, sendo optado nesse estudo pela versão reduzida do CSAI-R2¹⁰. Com a proposta identificar a

ansiedade competitiva, o CSAI-R2 é composto por 17 itens que medem três subescalas (ansiedade cognitiva, ansiedade somática e autoconfiança). A pontuação para cada subescala é calculada somando as respostas aos itens de cada fator, divididas pelo respectivo número de itens. A dimensão da intensidade do CSAI-2R foi adotada como critério de avaliação da ansiedade competitiva. Isso é fornecido em uma escala Likert de quatro pontos, variando de 1 (nada) a 4 (muito), sendo a pontuação diretamente proporcional ao nível de ansiedade competitiva. Os itens de fator 2, 5, 8, 11, 14 correspondem a ansiedade cognitiva; os itens 1, 4, 6, 9, 12, 15 e 17 à ansiedade somática e itens 3, 7, 10, 13, 16 à autoconfiança, é possível também calcular um escore para cada dimensão, através da soma das respostas dos itens daquele fator divididos pelos números de itens do fator (esta média é calculada porque as subescalas do CSAI-2R¹⁰ têm número diferente de itens), podendo os valores variar entre 1 e 4. A homogeneidade dos itens, o estudo demonstrou uma forte consistência interna das três subescalas, com coeficientes alfa de Cronbach que variaram entre 0,79 e 0,90⁹.

Procedimentos

O convite foi feito de forma individual aos atletas no dia da competição, de 15 a 30 minutos antes do evento, sendo informados sobre os procedimentos a que seriam submetidos, os atletas que se enquadraram nos critérios de inclusão supracitados assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) aceitando e concordando com os termos em participar da pesquisa, garantindo o anonimato e a confidencialidade dos dados.

A coleta de dados foi realizada através do questionário sociodemográfico aplicado para verificar idade, peso, estatura, graduação e histórico de treinamento, na sequência, os atletas preencheram a versão brasileira do Questionário de Ansiedade Estado Competitivo

(CSAI-2R), modelo proposto por Fernandes et al (2010).

Análise estatística

A normalidade dos dados foi confirmada pelo teste de Shapiro-Wilk, sendo usado testes paramétricos em todo estudo. Os dados foram apresentados através da estatística descritiva (média e desvio padrão) para caracterização da amostra (idade, massa, estatura, IMC, ansiedade cognitiva, somática e

autoconfiança). Foi utilizado Test T Student's para determinar os substratos de ansiedade (ansiedade cognitiva, somática e autoconfiança) para os grupos menos de dois anos e dois anos ou mais em que participou da última competição). Os dados foram analisados por meio dos softwares SPSS, versão 20.0 (IBM, EUA), considerando nível de significância de 5% ($p < 0,05$).

Resultados

A amostra foi composta por nove sujeitos, dos quais, oito eram homens (88%), apresentavam idade média de $24,3 \pm 6,2$ anos, massa corporal de $81,9 \pm 16,3$ kg e estatura de $175 \pm 0,1$ cm, observando os níveis de ansiedade, os sujeitos apresentaram o substrato médio de ansiedade cognitiva $15,7 \pm 3,8$,

ansiedade somática $15,9 \pm 4,8$ e autoconfiança $26,4 \pm 8,0$ (Tabela 1).

Observando os valores dos substratos e comparando com o tempo de prática, não observamos diferenças significantes, conforme Tabela 2.

Tabela 1 – Caracterização da amostra (idade, massa, estatura, IMC, ansiedade cognitiva, ansiedade somática e autoconfiança)

Variáveis	Média \pm DP (n=9)	Min	Max
Idade (anos)	$24,3 \pm 6,2$	18	37
Massa (kg)	$81,9 \pm 16,3$	63,5	114
Estatura (cm)	$175 \pm 0,1$	166	193
IMC (kg/m^2)	$26,8 \pm 4,7$	23,0	38,1
Ansiedade Cognitiva	$15,7 \pm 3,8$	11,0	22,0
Ansiedade Somática	$15,9 \pm 4,8$	10,0	24,0
Autoconfiança (pontos)	$26,4 \pm 8,0$	16,0	36,0

Legenda: IMC: Índice Massa Corporal, DP: Desvio padrão.

Tabela 2 – Substratos de ansiedade (cognitiva, somática e autoconfiança) para os grupos menos de dois anos e mais dois anos em que participaram da última competição.

Variáveis	Menos de 2 anos (N=4)	Mais de dois anos (N=5)	P-value
Ansiedade Cognitiva	$16,3 \pm 2,9$	$15,2 \pm 4,6$	0,709
Ansiedade Somática	$15,5 \pm 5,4$	$16,2 \pm 4,9$	0,845
Autoconfiança	$30,3 \pm 8,8$	$23,4 \pm 6,5$	0,224

Discussão

A presente investigação teve como objetivo observar os níveis de ansiedade pré-competitiva em atletas do judô em competições após as medidas de restritivas ocasionadas pelo COVID-19. Os principais achados mostraram que ao analisar a amostra em sua totalidade, não foi possível observar diferenças significativas para as subescalas de ansiedade pré-competitiva (ansiedade somática, ansiedade cognitiva e autoconfiança), contudo, quando separada por grupos: com mais de dois anos e com menos de dois anos afastados de treinamento e competições, a autoconfiança apresentou-se maior no Grupo com menos de dois anos, fato que chamou atenção e busca na literatura de forma exaustiva para explicar essa variação.

Para García et al.¹¹, os níveis de ansiedade pré-competitiva para pessoas com menor experiência na prática podem se mostrar maior, sendo que ele verificou maiores níveis de ansiedade somática e cognitiva em categorias de base, quando comparado em atletas profissionais. Justificada pela associação ao domínio técnico-tático e a falta de experiência em situações competitivas estressantes, que são fundamentais para saberem lidar com ansiedade. Tais resultados podem ser complementados com o presente estudo, onde observou que o tempo afastando da competição (maior ou menor que dois anos) não apresentou diferença significativa nos níveis de ansiedade dos atletas.

De acordo com Interdonato et al.¹², jovens lutadores de Judô, tem maiores índices de ansiedade, elevando principalmente em períodos competitivos, quando comparando com jovens que praticam esportes coletivos, podendo ser justificado por se tratar de uma modalidade individual, que depende exclusivamente dos resultados únicos de um mesmo atleta.

Verificando dessa forma que os níveis de ansiedade tanto somática quanto cognitiva estavam bem mais altos e com diferenças expressivas quando comparado com estudos de esportes coletivos como por exemplo o Voleibol. De acordo com Nogueira et al.¹³, evidenciou a ansiedade utilizando do CSAI-2, mensurando valores respectivos, que resultaram em médias abaixo dos valores quando comparados ao presente estudo, reportando

entre 6.2 ansiedade cognitiva, 7.0 ansiedade somática, e 12.5 autoconfiança, de forma contrária o presente estudo mostrou valores acima para as mesmas subescalas (15.7 ansiedade cognitiva, 15.9 ansiedade somática, e 26.4 autoconfiança).

Quando observados os níveis de ansiedade competitiva na volta aos treinamentos, após as medidas restritivas do COVID-19 em atletas de futebol, Souza et al.¹⁴ do mesmo modo, não identificaram diferenças significativas nos níveis de ansiedade.

Contessoto et al.¹⁵, analisaram os níveis de ansiedade em atletas de *Muaythai* e observaram que as mulheres apresentaram-se mais autoconfiantes que os homens, devido a mulher se sentir mais independente e segura durante o combate, fato que vai ao encontro de outros achados que reportam os homens tem mais tempo na modalidade que as mulheres.

Os níveis de autoconfiança estão diretamente relacionados aos resultados dos atletas, é o que mostra o estudo de Filaire et al.¹⁶, que relataram que tenistas vencedores apresentaram os mais altos escores de autoconfiança e baixos escores de ansiedade cognitiva e somática quando comparados aos perdedores. Nesse mesmo cenário, Calvo¹⁷, relata que nadadores e corredores apresentaram melhor performance, com subescalas de ansiedade cognitiva e somática mais baixos e altos níveis de autoconfiança.

Para Fernandes et al.¹⁸, em seu estudo realizado com atletas amadores de ambos sexos e diferentes modalidades desportivas, concluíram que a experiência na prática esportiva influencia nos sentimentos de ansiedade, visto que a autoconfiança representa fator preponderante nos resultados das competições e que deve ser levado em consideração tanto para esportes coletivos como para individuais. Por outro lado, o presente estudo se contrapõe aos achados de outros estudos reportando nos resultados maiores níveis de autoconfiança nos atletas com menos de dois anos de prática na modalidade, episódio que requer mais investigação com amostra maior e contemple mais participação de mulheres na comparação.

Limitações

Com contribuições importantes e relevantes para a temática esportiva, o presente apresenta limitações. O tamanho reduzido da amostra limita algumas interpretações e comparações que não podem ser generalizadas nos resultados, da mesma forma, outra limitação se refere a escolha de apenas um evento como alvo para avaliar a ansiedade dos atletas, para que seja realizado um acompanhamento contínuo, além disso, faz-se necessário comparar essas subescalas em diversas categorias, o que pode ocasionar uma comparação mais abrangente entre as idades. Entretanto, essas informações coletas contribuem com potencial de aplicabilidade prática e baixo custo para que atletas e técnicos obtenham inferências das alterações comportamentais do desempenho dos atletas no momento pré-competitivo. Vale reforçar que mais estudos incluindo outros eventos competitivos e com maior N amostral maior devem ser realizados com propósito de compreender mais e melhor o fenômeno da ansiedade competitiva nos atletas.

As evidências aqui apresentadas nos levam a concluir que mesmo com a suspensão dos treinamentos e competições, bem como a condição de distanciamento e isolamento social não foram observadas influência nos níveis de ansiedade pré-competitiva nos atletas de judô com a volta às competições. Fato que pode ter sido associado ao histórico de treinamento e características da modalidade estudada, foi constatado ainda que, os atletas com menos tempo de prática na modalidade apresentaram mais autoconfiança com a volta as atividades, fato que incessantemente foi pesquisado na literatura.

Todavia, a literatura referente a saúde mental de atletas do judô ainda é escassa, sendo necessários mais estudos com a temática, para identificar os níveis de ansiedade pré-competitiva em judocas e assim, elucidar o impacto da pandemia do COVID-19 no desempenho esportivo desses atletas.

Referências

1. Ciddi PK, Yazgan EA. Investigation of the Continuity of Training and Mental Health of Athletes during Social Isolation in the COVID-19 Outbreak. *International Journal of Disabilities Sports and Health Sciences*. 2020;3, no. 2: 111–120. doi:10.33438/ijds.785527.
2. Claudino JGDO, Costa IT, Teixeira OS, Ribeiro RS, Pussieldi GA. Analysis of Pre-competitive Stress and Anxiety Factors in U-20 Soccer Players. *Brazilian Football Magazine (The Brazilian Journal of Soccer Science)*. 2008;1, no. 1: 11–19.
3. Côrte ACR, Camargo-Junior F, Chalhub T, Moraes JMD, Santos R, Feitosa F, Itaborahy A. Covid-19 e seu efeito no esporte olímpico: a importância de estudar o isolamento social e os danos que causa, a fim de minimizá-lo. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*. 2020;26, 371-377.
4. Niu Y, Xu F. Decifrando o poder do isolamento no controle de surtos COVID-19. *The Lancet Global Health*. 2020; 8(4), e452-e453.
5. Razai MS, Oakeshott P, Kankam H, Galea S, Stokes-Lampard H. Mitigação dos efeitos psicológicos do isolamento social durante a pandemia covid-19. *Bmj*. 2020;369.
6. Tingaz EO. The Psychological Impact of COVID-19 Pandemic on Elite Athletes, Management Strategies and Post-pandemic Performance Expectations: A Semi Structured Interview Study. *IJERI: International Journal of Educational Research and Innovation*. 2020; 15, no. 15: 73–81. doi:10.46661/ijeri.4863.
7. Mezzadri FM, Schmitt PM. Recommendations and General Guidelines for Brazilian Sport against COVID-19. *Sports Intelligence Research Institute [online]*. October 2020. Paraná. <https://www.paho.org/pt/covid19>

8. Brooks SK, Webster RK, Smith LE, Woodland L, Wessely S, Greenberg N & Rubin GJ. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*. 2020; 395(10227), 912-920.
9. Fernandes MG, Vasconcelos-Raposo J, Fernandes HM. Propriedades psicométricas do CSAI-2 em atletas brasileiros. *Psicologia: Reflexão e Crítica*. 2012; v. 25, n. 4, p. 679-687.
10. Cox RH, Martens MP, Russel WD. Measuring anxiety in athletics: the revised competitive state anxiety inventory–2. *Journal of Sport and Exercise Psychology*. 2003; v. 25, n. 4, p. 519-533.
11. García RH, Zafra AO, Toro EO. Ansiedad y autoconfianza de jóvenes judokas en situaciones competitivas de alta presión. *Análise Psicológica*. 2008; 26(4), 689-696.
12. Interdonato GC, Miarka B, Franchini E. Análise da ansiedade pré-competitiva e competitiva de jovens judocas. *Revista de Artes Marciales Asiáticas*. 2013; v. 8, n. 2.
13. Nogueira FCDA, Bara MG, Lourenço LM. Aplicação de modelo izof para ansiedade e autoeficácia em atletas de vôlei: um estudo de caso. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*. 2019; 25, 338-343.
14. de Souza G, dos Santos W, Paes P, Fidelix Y, de Paula Oliveira L, da Costa M, dos Santos W. Consequences of covid-19 preventive measures on anxiety, stress and depression in football athletes. *Soccer & Society*. 2021; 1-9.
15. Contessoto LC, da Costa LCA, Anversa ALB, Refundini LB. Análise do nível de ansiedade pré-competitiva em atletas juvenis e adultos praticantes de Muaythai. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*. 2021; (40), 1.
16. Filaire E, Sagnol M, Ferrand C, Maso F, Lac G. Psychophysiological stress in judo athletes during competitions. *J Sports Med Phys Fitness*. 2001; 41(2), 263-268
17. Calvo AP. Intensidad y dirección de la ansiedad competitiva y expectativas de resultados en atletas y nadadores. *Rev Del Psic Del Desp*. 2007; 16(2), 137-150.
18. Fernandes MG, Nunes SAN, Raposo JV, Fernandes HM. 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*. 2014; 10(2), 81-89.

Conflitos de interesse: nenhum declarado pelos autores

Fonte de financiamento: nenhuma declarada pelos autores

Ansiedade pré-competitiva em atletas de judô após suspensão das competições decorrentes das medidas restritivas do Covid-19

Tawan Teodósio Medeiros¹,
<https://orcid.org/0000-0003-0198-573X>

Walmir Romário dos Santos²,
<https://orcid.org/0000-0001-5558-3109>

Marlene Salvina Fernandes da Costa³,
<https://orcid.org/0000-0002-2188-6686>

Wlaldemir Roberto dos Santos¹
<https://orcid.org/0000-0001-5706-2243>

¹Universidade Estadual da Paraíba, João Pessoa, Paraíba, Brasil

²Universidade de São Paulo; Escola de Educação Física e Esporte de Ribeirão Preto, Ribeirão Preto, São Paulo, Brasil

³Universidade Federal de Pernambuco; Departamento de Educação Física, Recife, Pernambuco, Brasil

Original

Resumo

Objetivo: Verificar os níveis de ansiedade pré-competitiva em atletas de judô no retorno às competições, após as medidas restritivas do Covid-19.

Metodologia: A amostra foi composta por nove atletas, oito homens (88%), com idade média de 24,3±6,2 anos, massa corporal 81,9±16,3 kg e estatura de 175±0,1 cm. Uma hora antes da competição foi aplicado o questionário CSAI-2R, para medir a ansiedade competitiva dos atletas, respeitando todas os protocolos e medidas de distanciamento regidos pela organização mundial da saúde OMS.

Resultados: Observado os níveis de ansiedade competitiva e suas subescalas, para a ansiedade cognitiva 15,7±3,8, ansiedade somática 15,9±4,8 e autoconfiança 26,4±8,0.

Conclusão: A ansiedade competitiva não mostrou diferenças significativas entre suas subescalas entre o tempo de competição dos atletas na volta às competições de judô após pandemia.

Palavras-chave: Ansiedade competitiva, Judô, Covid-19