



UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO  
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE  
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

JACKSON GONÇALVES DE SANTANA

**EFEITOS DA ANSIEDADE PRÉ-COMPETITIVA NO DESEMPENHO DE ATLETAS  
DE VOLEIBOL.**

RECIFE

2023

JACKSON GONÇALVES DE SANTANA

**EFEITOS DA ANSIEDADE PRÉ-COMPETITIVA NO DESEMPENHO DE ATLETAS  
DE VOLEIBOL.**

Trabalho apresentado à disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso II do Curso de Educação Física Bacharelado do Departamento de Educação Física, da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE), como um dos pré-requisitos para conclusão do curso de Educação Física (Graduação).

Orientador: Gustavo Willames Pimentel Barros  
Titulação: Doutor em Educação Física

RECIFE

2023

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor,  
através do programa de geração automática do SIB/UFPE

Santana, Jackson Gonçalves de.

Efeitos da ansiedade pré-competitiva no desempenho de atletas de voleibol.  
/ Jackson Gonçalves de Santana. - Recife, 2023.  
26 p., tab.

Orientador(a): Gustavo Willames Pimentel Barros

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Universidade Federal de  
Pernambuco, Centro de Ciências da Saúde, Educação Física - Bacharelado,  
2023.

1. Ansiedade pré-competitiva. 2. Desempenho esportivo. 3. Voleibol. I.  
Barros, Gustavo Willames Pimentel. (Orientação). II. Título.

610 CDD (22.ed.)

JACKSON GONÇALVES DE SANTANA

**EFEITOS DA ANSIEDADE PRÉ-COMPETITIVA NO DESEMPENHO DE ATLETAS  
DE VOLEIBOL.**

Trabalho apresentado à disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso II do Curso de Educação Física Bacharelado do Departamento de Educação Física, da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE), como um dos pré-requisitos para conclusão do curso de Educação Física (Graduação).

Aprovado em: \_\_\_/\_\_\_/2023

**BANCA EXAMINADORA**

Orientador: \_\_\_\_\_

Prof. Dr. Gustavo Willames Pimentel Barros  
Universidade Federal de Pernambuco

Avaliador Interno: \_\_\_\_\_

Prof. Dr. Paulo Roberto Cavalcanti Carvalho  
Universidade Federal de Pernambuco

Avaliador Interno: \_\_\_\_\_

Prof. Me. Bruno Rafael Simões Costa  
Universidade Federal de Pernambuco

## AGRADECIMENTO

Inicialmente, quero agradecer a Deus por ter permitido que eu chegasse até aqui, e por ter me conduzido em cada etapa dessa jornada, cuidando de cada detalhe de acordo com o seu propósito. Também agradeço aos meus pais, Claudia e Jailson, por terem paciência e compreensão diante dos desafios da graduação, vocês foram essenciais e o apoio que eu precisei para não desistir. As broncas, os conselhos e a companhia foram ingredientes primordiais para que eu continuasse firme, mesmo nos momentos de confusão.

Também agradeço ao professor Gustavo Willames que me orientou durante esse trabalho, suas sugestões, correções e incentivos foram de grande proveito para o resultado final que apresento agora. Ao professor Ozeas Lins, por ter sido um incentivador, desde a disciplina de TCC1, para que esse projeto se tornasse um estudo.

Não posso deixar de agradecer e de citar nominalmente as pessoas que caminharam comigo durante os cinco longos anos da graduação: Alessandra Vitorino, Arligson Souza, Italaney Itala, Gabriel Fernando, Matheus Rocha, Lindomar Arruda, Pedro Victor, José Vitor Delmiro, José Leite e Matheus Carvalho. Juntos nós formamos uma família, que serviu de suporte durante todos os percalços, e companhia para celebrar as vitórias, com direito a boas rodadas de açaí, e sonecas na quadra de basquete. Cada uma dessas pessoas contribuiu de forma especial para a minha formação pessoal, juntos nós colecionamos fotos e momentos marcantes que levarei por toda a minha vida.

A eles, dedico o provérbio escrito pelo Rei Salomão, no livro de Eclesiastes: “É melhor ter companhia do que estar sozinho, porque maior é a recompensa do trabalho de duas pessoas. Se um cair, o amigo pode ajudá-lo a levantar-se. Mas pobre do homem que cai e não tem quem o ajude a levantar-se!” (Ec. 4:9-10).

Por fim, agradeço também a cada um dos professores da UFPE, por terem sido instrumentos de ensino durante essa jornada na instituição. Agradeço pelas aulas, tanto teóricas quanto práticas, que com certeza agregaram bastante na minha formação. Agradeço também ao ilustríssimo “Bigode”, e sua esposa “Tia Fátima”, que foram figuras marcantes durante esses anos, a simpatia e carisma fizeram deles pessoas especiais, não só para mim, mas acredito que para todos que tiveram a oportunidade de conhece-los.

Esse trabalho é o resultado de todas essas pessoas importantes que passaram pela minha vida e são responsáveis por quem eu sou enquanto pessoa e enquanto profissional.

Muito obrigado!

Jackson Gonçalves de Santana.

## RESUMO

**INTRODUÇÃO:** A ansiedade é um transtorno mental que pode se manifestar como cognitiva, através de pensamentos e sentimentos de preocupação e tensão excessivos, e ansiedade somática, quando há a manifestação de sintomas físicos como aumento de pressão arterial, tremores, tontura, sudorese e taquicardia. Em 2019, a prevalência global de pessoas com ansiedade era de 301 milhões de pessoas, o que corresponde a 31% do total de pessoas com transtornos mentais. **MÉTODOS:** Este estudo trata-se de uma revisão sistemática, com o objetivo de verificar os efeitos da ansiedade pré-competitiva no desempenho de atletas de voleibol e verificar se há diferença entre sexo, idade e experiência quanto à manifestação da ansiedade. A pergunta norteadora foi formulada com base na estratégia PICO, cuja população foram atletas de voleibol de ambos os sexos, sem restrição de idade, tendo a ansiedade como intervenção, e o desfecho esperado foi verificar se os efeitos da ansiedade pré-competitiva no desempenho são positivos ou negativos, ou que não haja nenhum efeito. Foram selecionados 7 estudos, publicados em português e inglês, nas bases de dados SciELO, Bvsalud, PubMed e LILACS. **RESULTADOS E CONCLUSÃO:** A população total dos estudos foi composta por 398 atletas entre 12 e 24 anos, que competiam a nível escolar, estadual, regional, universitário e nacional. Os atletas responderam os questionários CSAI-2, CSAI-2R, STAI, BAI e SCAT. Foi verificado que a ansiedade pré-competitiva influenciou negativamente a tomada de decisão, e aspectos técnicos e de fundamentos do voleibol, e que a diminuição da autoconfiança pode estar relacionada com desempenhos negativos, sobretudo nos jogadores do sexo masculino. Atletas femininas mais jovens apresentam maiores níveis de ansiedade-traço competitiva e níveis mais baixos de autoconfiança, mas não foram encontradas diferenças nos atletas masculinos. Não foi possível verificar diferença com relação ao sexo dos atletas, apesar de homens terem uma tendência a ter mais autoconfiança, sendo necessárias mais investigações.

**Palavras-chave:** ansiedade; voleibol; desempenho esportivo.

## ABSTRACT

**INTRODUCTION:** Anxiety is a mental disorder that can manifest as cognitive, through excessive thoughts and feelings of worry and tension, and somatic anxiety, when there is the presence of physical symptoms such as increased blood pressure, trembling, dizziness, sweating, and palpitations. In 2019, the global prevalence of people with anxiety was 301 million individuals, which accounts for 31% of the total individuals with mental disorders.

**METHODS:** This study is a systematic review aimed at examining the effects of pre-competitive anxiety on the performance of volleyball athletes and determining if there are differences in terms of sex, age, and experience in the manifestation of anxiety. The guiding question was formulated based on the PICO strategy, with the population being volleyball athletes of both sexes, without age restrictions, with anxiety as the intervention, and the expected outcome being to determine whether the effects of pre-competitive anxiety on performance are positive or negative, or if there is no effect. Seven studies published in Portuguese and English were selected from the SciELO, Bvsalud, PubMed, and LILACS databases. **RESULTS AND CONCLUSION:** The total study population consisted of 398 athletes between 12 and 24 years old, competing at the school, state, regional, university, and national levels. Athletes completed the CSAI-2, CSAI-2R, STAI, BAI, and SCAT questionnaires. It was found that pre-competitive anxiety negatively influenced decision-making and technical and fundamental aspects of volleyball, and that a decrease in self-confidence may be related to negative performances, especially in male players. Younger female athletes exhibited higher levels of competitive trait anxiety and lower levels of self-confidence, but no differences were found in male athletes. It was not possible to determine differences related to the athletes' sex, although men tended to have more self-confidence, requiring further investigation.

**Keywords:** anxiety; volleyball; sports performance.

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO .....</b>	<b>8</b>
<b>2 MÉTODOS.....</b>	<b>9</b>
<b>3 RESULTADOS .....</b>	<b>11</b>
<b>4 DISCUSSÃO .....</b>	<b>18</b>
<b>5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>21</b>
<b>REFERÊNCIAS .....</b>	<b>23</b>

## 1 INTRODUÇÃO

Um dos transtornos mentais mais comuns dos últimos anos é a ansiedade. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (2022), a prevalência global de transtornos mentais em 2019, antes da pandemia, era de 970 milhões de pessoas, o que corresponde a 13% da população mundial, destes, 31% viviam com transtornos de ansiedade (301 milhões de pessoas). Entretanto, esses números aumentaram de forma significativa como resultado da pandemia de COVID-19. Ainda segundo a OMS (2022), em 2020, 298 milhões de pessoas tiveram transtornos de ansiedade. As estimativas iniciais durante a pandemia de COVID-19, mostram um salto de 26%, totalizando 374 milhões de pessoas com transtornos de ansiedade.

De acordo com a *American Psychological Association* (2022), a ansiedade é caracterizada por pensamentos e sentimentos de preocupação e tensão excessivos, que podem gerar sintomas físicos como aumento de pressão arterial, tremores, tontura, sudorese e batimentos cardíacos acelerados. Weinberg & Gould (2017, p. 72), definem a ansiedade como “um estado emocional negativo caracterizado por nervosismo, preocupação e apreensão, associado à ativação ou à excitação do corpo.”. Além disso, para os autores, a ansiedade pode se apresentar de maneiras diferentes, como a ansiedade cognitiva que possui um componente de pensamento, tais como preocupação e apreensão, e a ansiedade somática que possui um grau de ativação física de sintomas relacionados a ansiedade cognitiva.

Existem ainda duas maneiras que a ansiedade pode se manifestar: como ansiedade estado e ansiedade traço. Segundo Spielberger (1970), conforme citado por Gama *et al.* (2007), a ansiedade estado se refere a um estado emocional passageiro, que possui sintomas de tensão que podem se agravar ou diminuir ao longo do tempo. E a ansiedade-traço se refere a uma tendência do indivíduo de responder com ansiedade a situações que gerem estresse ou a predisposição em perceber como potencialmente ameaçadoras um grande número de situações.

No campo da psicologia do esporte, muito se tem pesquisado sobre a ansiedade e o desempenho esportivo, principalmente a nível internacional, pelo menos nos últimos 15 anos (PALUDO *et al.*, 2016). Pelo fato de envolver o emocional dos atletas, a ansiedade está ligada diretamente ao rendimento e por isso deve ser objeto de estudo no campo esportivo (SILVA *et al.*, 2018). Nesse sentido, Fortes *et al.* (2019), analisaram o efeito da ansiedade competitiva na tomada de decisão de jovens atletas da modalidade do voleibol, e viram que os pensamentos negativos e os elementos fisiológicos da ansiedade afetaram negativamente a tomada de decisão dos participantes, porém a autoconfiança afetou de forma positiva o desempenho dos atletas.

Já Silva *et al.* (2014) avaliaram a influência do nível de ansiedade pré-competitiva nos aspectos técnicos do voleibol em partidas realizadas dentro e fora de casa. Foram avaliadas

atletas de voleibol da categoria infanto-juvenil em partidas de uma copa regional de voleibol, nesse estudo os autores não encontraram diferença estatisticamente significativa nos níveis de ansiedade nos jogos como mandante e visitante.

A experiência prévia e a idade dos atletas também podem influenciar na presença da ansiedade pré-competitiva, de acordo com Fernandes *et al.* (2014). Os autores verificaram o efeito da experiência competitiva na ansiedade, tanto cognitiva quanto somática, e na autoconfiança de atletas entre 18 e 40 anos, e viram que a experiência competitiva dos atletas pode influenciar na percepção da direção da ansiedade competitiva, como também na intensidade da autoconfiança, o que pode ser visto tanto em atletas de esportes coletivos quanto individuais. Além disso, Ferreira, Leite e Nascimento (2010) analisaram os níveis de ansiedade traço-competitivo pré e pós competição em jogadoras de voleibol, e viram que atletas mais jovens apresentam altos níveis de ansiedade traço-competitivo.

Com relação ao desempenho esportivo, de acordo com Böhme (1994), o desempenho esportivo depende, entre outras coisas, do nível de aspiração do indivíduo, como motivação e interesse, bem como de fatores prejudiciais como estresse, medo e frustração, e ainda, do ponto de vista da psicologia do esporte, de variáveis de aprendizagem, como experiência, memória, atenção e velocidade psicomotora, por exemplo. Segundo Corrêa (2017), a ansiedade é um dos fatores psicológicos determinantes que influenciam o desempenho de atletas, pelo fato da competição ser um momento em que o indivíduo se esforça em alcançar os melhores resultados diante das demandas, sendo então uma fonte geradora de ansiedade, apesar disso, a ansiedade tanto cognitiva quanto somática, deve se fazer presente para que o atleta esteja preparado física e psicologicamente para o jogo.

Nesse sentido o objetivo dessa pesquisa é verificar a partir de uma revisão da literatura, quais são os efeitos da ansiedade pré-competitiva no desempenho de atletas de voleibol, e verificar se existe alguma diferença entre sexo, idade e experiência dos atletas quanto à manifestação da ansiedade pré-competitiva.

## **2 MÉTODOS**

Este estudo trata-se uma revisão sistemática, norteado pelo PRISMA *checklist*, cuja pergunta norteadora é: quais são os efeitos da ansiedade pré-competitiva no desempenho de atletas de voleibol? A pergunta da pesquisa foi formulada com base na estratégia PICO, no qual a população foram atletas de voleibol de ambos os sexos, sem restrição de idade, tendo a ansiedade como intervenção, e o desfecho esperado foi verificar se os efeitos da ansiedade pré-competitiva no desempenho são positivos ou negativos, ou que não haja nenhum efeito.

Foram realizadas buscas nos bancos de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVSaúde), Scielo (*Scientific Electronic Library Online*), Pubmed (*National Library of Medicine's – NLM*), LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde Interface BVS). Foram utilizadas as seguintes palavras-chaves e descritores: “Voleibol/Volleyball”, “Atletas/Athletes”, “Ansiedade/Anxiety”, “Ansiedade pré-competitiva/Test Anxiety”, “Ansiedade competitiva”, “Desempenho Esportivo/Athletic Performance”, “Performance Esportiva”. Além das palavras-chave foram utilizados os operadores booleanos “AND” e “OR”.

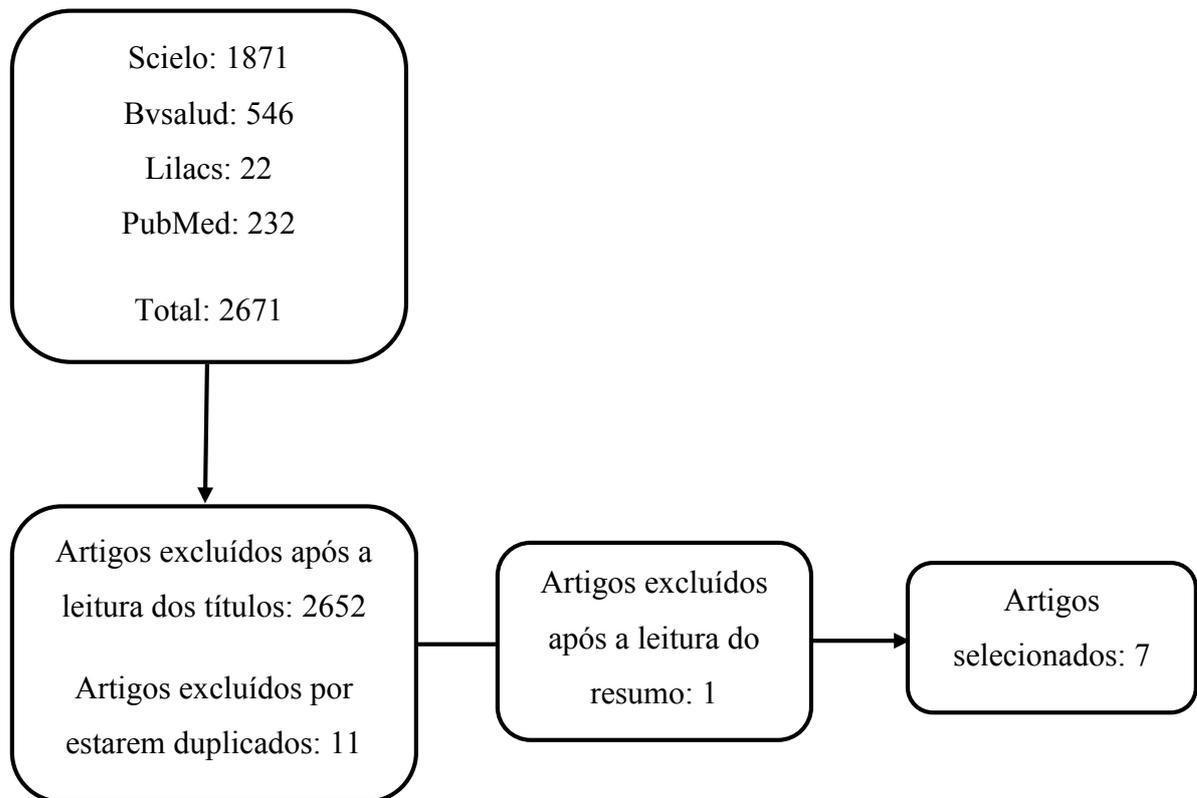
Foram selecionados artigos originais sobre o tema da pesquisa publicados em português e inglês, cuja população sejam atletas de voleibol de ambos os sexos, sem restrição de idade, e que em sua metodologia analisem as variáveis que pretendem ser analisadas, bem como artigos que utilizem escalas de ansiedade já validadas.

Ficaram de fora da pesquisa artigos que não abordam o tema, artigos de revisão, artigos com metodologias que usam escalas de ansiedade que não abordavam a ansiedade no esporte ou que abordavam a ansiedade em outras modalidades que não eram o voleibol de quadra, e artigos duplicados.

Após a busca nas bases de dados e da seleção e corte dos artigos segundo os critérios de inclusão e exclusão, foi feita a leitura dos títulos e resumos de cada um deles, seguidos da leitura dos artigos no todo, junto com um fichamento de cada um. Os dados extraídos dos estudos selecionados foram o título, autor(es), ano de publicação, informações sobre a população do estudo (como quantidade de participantes, idade, sexo, competição que participavam e qual a categoria), bem como a(s) escala(s) de ansiedade usadas para medir os níveis de ansiedade dos participantes e os resultados obtidos pelos autores, os quais foram organizados em uma planilha do Microsoft Excel®.

A figura 1 mostra o fluxograma da seleção dos artigos.

**Figura 1** – Fluxograma da seleção dos estudos.



### 3 RESULTADOS

Foram selecionados 7 estudos, sendo 5 no idioma português e 2 no idioma inglês, cuja população total foi composta por 398 atletas do sexo masculino e feminino, variando entre 9 e 286 participantes, com idade entre 12 e 24 anos. As competições que os atletas participaram também foram variadas, sendo competições a nível escolar, a nível estadual, regional, universitário e 1 estudo avaliou atletas de clubes de um país inteiro.

Quanto aos questionários utilizados, 4 estudos utilizaram o *Competitive State Anxiety Inventory* (CSAI-2) composto por 27 itens, que mede os níveis de ansiedade estado somática, cognitiva e autoconfiança, e 2 estudos utilizaram o *Sport Competition Trait Anxiety Test* (SCAT), que possui 15 itens e serve para mensurar os níveis de ansiedade traço competitiva. Desses estudos, 1 estudo utilizou tanto o SCAT quanto o CSAI-2. Além disso, 1 estudo utilizou a versão brasileira reduzida do CSAI-2 conhecida como CSAI-2R, contendo 16 itens, e os demais questionários utilizados nos estudos foram o Inventário de Ansiedade de Beck (BAI), composto por 21 itens, e a versão em japonês do *State Trait Anxiety Inventory* (STAI), com 20 itens.

Com relação à pergunta norteadora deste estudo que é: “quais são os efeitos da ansiedade pré-competitiva no desempenho de atletas de voleibol?”, os resultados mostraram que dos 7

estudos, 5 deles responderam de forma objetiva à pergunta, mostrando uma relação entre ansiedade cognitiva e somática, e autoconfiança, com o desempenho dos atletas. Os demais, embora não respondessem à pergunta norteadora, foram incluídos pois verificavam se existe alguma diferença entre sexo, idade e experiência dos atletas quanto à manifestação da ansiedade pré-competitiva.

No estudo de Milavić *et al.*, (2013), o CSAI-2 foi utilizado para determinar diferenças de gênero e posição de jogo, bem como diferenças na eficácia situacional e ansiedade estado competitiva de 180 atletas de vôlei feminino e 106 atletas de vôlei masculino, totalizando 286 atletas, participantes do Campeonato Croata, com idade de aproximadamente 16 anos. Com o aumento da eficácia competitiva, foi visto que a autoconfiança nos jogadores de vôlei masculino é aumentada e a ansiedade é reduzida, o que não ocorre no caso das jogadoras das categorias juvenil e jovem.

Assim também, Silva *et al.*, (2014), avaliaram o nível de ansiedade pré-competitiva nos aspectos técnicos do voleibol, em partidas realizadas dentro e fora de casa, de 13 atletas de uma equipe de voleibol feminino infanto-juvenil do interior de São Paulo, com média de 16 anos de idade, participantes da XXI Copa Regional de Voleibol de 2013. A ansiedade das atletas foi medida através do CSAI-2 e do BAI (Inventário de Ansiedade de Beck). Os resultados mostraram níveis baixos de ansiedade, não sendo estatisticamente significativos nos jogos em casa e fora. Também foi verificada uma relação inversamente proporcional entre esses níveis de ansiedade e os aspectos técnicos do voleibol, com exceção do ataque positivo e ataque ação, além disso, com exceção do bloqueio positivo, os índices foram melhores em jogos realizados em casa do que fora.

Já Fortes *et al.*, (2019), analisaram o efeito da ansiedade competitiva na tomada de decisão de 24 atletas do sexo masculino, entre 15 e 17 anos, que participaram do Campeonato Pernambucano de Voleibol sub-17. Os atletas responderam a versão brasileira do CSAI-2R, com 16 itens e a tomada de decisão foi avaliada em situação real de jogo, por dois especialistas experientes em voleibol, adotando os critérios do *Game Performance Assessment Instrument* (GPAI). Os resultados deste estudo mostraram que a ansiedade é um fator interveniente na tomada de decisão de jovens atletas de voleibol do sexo masculino, pois os pensamentos negativos (ansiedade cognitiva) e os elementos fisiológicos (ansiedade somática) afetaram de forma negativa a tomada de decisão dos atletas. Já a convicção e o sentimento de capacidade (autoconfiança) afetaram de forma positiva o desempenho dos atletas na tomada de decisão.

O estudo de Yamada *et al.*, (2012), examinou a relação entre ansiedade-estado e o desempenho individual no jogo atlético de 54 jogadores, com idade média de 20 anos, do sexo

masculino de 4 times, da Liga Masculina de Vôlei da Universidade de Kanto. A ansiedade dos atletas foi medida através do STAI (*State Trait Anxiety Inventory*). Os resultados mostraram que a relação entre estado de ansiedade e taxa de sucesso no desempenho do jogo em ataque, recepção e bloqueio, apresentaram correlação diferente dependendo do desempenho de cada jogo, além disso, constatou-se correlação negativa entre a pontuação de ansiedade estado e a taxa de sucesso do ataque no dia do jogo ( $p < 0,05$ ), bem como correlação positiva entre a pontuação de ansiedade estado e a taxa de sucesso da recepção em três períodos de tempo antes do jogo ( $p < 0,01$ ).

Por fim, Sonoo *et al.*, (2010), analisaram a relação entre ansiedade traço e estado com o desempenho pré-competitivo e competitivo no voleibol. Foram avaliadas 9 atletas entre 12 e 14 anos, que participaram dos Jogos Colegiais do Paraná. As atletas responderam o questionário SCAT com 15 questões, afim de identificar o perfil de ansiedade em competição esportiva, e o CSAI-2 com 27 itens. Na fase preparatória, foi observado um equilíbrio entre os componentes da ansiedade, o que resultou na vitória da equipe nessa fase. No entanto, na fase competitiva, houve um aumento considerável nos níveis de ansiedade cognitiva e somática, e uma diminuição da autoconfiança, o que trouxe um resultado negativo à equipe.

No que se refere a verificar se há diferença entre sexo quanto à manifestação da ansiedade pré-competitiva, Milavić *et al.*, (2013), verificaram que na categoria juvenil os homens apresentaram maiores níveis de autoconfiança que as mulheres. No entanto, na categoria jovem, os atletas de ambos os sexos não apresentaram diferenças significativas em nenhuma das variáveis, além disso, quando comparado o nível de ansiedade e a posição na quadra, foi visto que homens e mulheres em diferentes posições apresentam níveis iguais de ansiedade somática, cognitiva e autoconfiança.

Finalmente, Machado *et al.*, (2016), compararam o nível de ansiedade pré-competitiva entre 24 atletas do sexo feminino e 23 do sexo masculino, das equipes finalistas da Taça Paraná de Voleibol 2011, com idade média de 16 anos, através do CSAI-2. Os resultados deste estudo mostraram que não houve diferença significativa entre homens e mulheres para ansiedade pré-competitiva geral, nem para as dimensões ansiedade cognitiva, somática e autoconfiança, assim como também não houve diferença significativa entre atletas homens e mulheres, campeões e vice-campeões com relação a ansiedade pré-competitiva geral e as dimensões cognitiva, somática e autoconfiança.

Quanto à relação entre ansiedade pré-competitiva e a idade/experiência dos atletas, Ferreira, Leite e Nascimento, (2014) analisaram os níveis de ansiedade traço-competitivo pré e pós competição em 12 jogadoras de voleibol, com idades entre 15 e 24 anos através do SCAT,

e verificaram a relação destes níveis com a idade das atletas. Através dos resultados foi possível verificar que após a competição houve uma redução significativa na sensação de ansiedade traço competitiva nas atletas de voleibol e que as atletas mais jovens apresentaram níveis mais altos de ansiedade traço competitiva, comparadas às atletas mais velhas, o que também foi visto por Milavić *et al.*, (2013), onde foi observado que nas atletas do sexo feminino com maior experiência, o nível de ansiedade somática e cognitiva é reduzido, e o nível de autoconfiança é aumentado, no entanto, essa diferença não foi encontrada no caso dos jogadores.

Tabela 1 – Tabulação da síntese dos estudos incluídos na revisão sistemática.

AUTOR/ANO	POPULAÇÃO	PROTOCOLO	RESULTADOS
<b>Sonoo <i>et al.</i>, 2010.</b>	9 atletas do sexo feminino, entre 12 e 14 anos de Paçandu-PR, que participaram dos Jogos Colegiais do Paraná (JOCOP"s).	CSAI-2 (27 itens; ansiedade estado). SCAT (15 itens; ansiedade traço).  Fase preparatória: SCAT foi aplicado individualmente no primeiro dia de treino.  Fase competitiva: SCAT foi aplicado antes do embarque do primeiro jogo do campeonato. CSAI-2 aplicado 15 minutos antes do início do jogo.	O aumento considerável dos níveis de ansiedade nos componentes cognitivo e somático e a diminuição no componente autoconfiança trouxeram um resultado competitivo negativo a equipe.
<b>Yamada <i>et al.</i>, 2012.</b>	54 jogadores do sexo masculino de 4 times, com idade média de 20 anos. Participantes dos jogos da Liga Masculina de Vôlei da Universidade de Kanto, 2010.	Versão em japonês do State Trait Anxiety Inventory (STAI), 20 itens.  Taxa de sucesso de ataque, recepção e bloqueio foi calculada com base no Sistema de Informação de Voleibol do Japão (JVIS) após o término do jogo da liga.  8 treinadores classificaram os jogadores em dois grupos: "bem avaliado" (WPG) e "mal avaliado" (NPG).	Relações entre estado de ansiedade e taxa de sucesso no desempenho do jogo (ataque, recepção, bloqueio) apresentaram correlação diferente dependendo do desempenho em cada jogo.  Correlação negativa entre a pontuação de ansiedade estado e a taxa de sucesso do ataque (spike) no dia do jogo ( $p<0,05$ ).  Correlação positiva entre a pontuação de ansiedade estado e a taxa de sucesso da recepção em três períodos de tempo antes do jogo ( $p<0,01$ ).

<p><b>Milavić <i>et al.</i>, 2013.</b></p>	<p>286 atletas de voleibol de clubes de toda a Croácia, sendo 180 mulheres e 106 homens, com média de idade de 16 anos.</p>	<p>CSAI-2.</p>	<p>Na categoria “youth” os homens tiveram índices significativamente maiores de autoconfiança que as mulheres.</p> <p>Sem diferenças significativas em nenhuma das variáveis entre jogadores masculinos e femininos na categoria “junior”.</p> <p>Sem diferenças significativas na ansiedade estado, somática, cognitiva e na autoconfiança entre jogadores de voleibol masculino entre as categorias.</p> <p>Com maior experiência das jogadoras de vôlei feminino, o nível de ansiedade somática e cognitiva é reduzido, e o nível de autoconfiança é aumentado (<math>p=0,005</math>), o que não ocorre com os jogadores.</p>
<p><b>Ferreira, Leite e Nascimento, 2014.</b></p>	<p>12 atletas de voleibol do sexo feminino entre 15 e 24 anos. 53º Jogos Regionais do Interior.</p>	<p>SCAT (15 itens). Coleta realizada entre os jogos.</p>	<p>Após a competição houve uma redução significativa da sensação de ansiedade traço-competitiva nas atletas de voleibol. Atletas mais jovens apresentaram níveis mais altos de ansiedade-traço competitiva.</p>

<b>Silva et al., 2014.</b>	13 atletas de uma equipe feminina infanto-juvenil do interior de São Paulo com média de 16 anos. XXI Copa Regional de Voleibol de 2013.	Inventário de Ansiedade de Beck (BAI; 21 itens), CSAI-2. E uma tabela de <i>scout</i> para avaliar os fundamentos do jogo.	Sem diferença estatisticamente significativa na ansiedade das atletas em jogos como mandante ou visitante. Com relação aos fundamentos, com exceção do bloqueio positivo, os índices foram melhores em jogos realizados em casa do que fora.
<b>Machado et al., 2016.</b>	4 equipes infanto-juvenis, finalistas da Taça Paraná 2011; 24 atletas do sexo feminino e 23 do sexo masculino idade média de 16 anos e tempo de prática médio de 4,97 anos.	CSAI-2. As coletas ocorreram 30 minutos antes do início dos jogos finais.	Sem diferenças significativas entre homens e mulheres para ansiedade pré-competitiva geral, ansiedade cognitiva, somática e autoconfiança.  Sem diferenças significativas entre atletas homens e mulheres, campeões e vice-campeões para ansiedade cognitiva geral, cognitiva, somática e autoconfiança.  Sem relação significativa entre a ansiedade e tempo de prática para atletas homens e mulheres finalistas da competição.
<b>Fortes et al., 2019.</b>	24 atletas do sexo masculino, entre 15 e 17 anos. Participantes do Campeonato Pernambucano de Voleibol categoria Sub-17.	CSAI-2R (versão brasileira, 16 itens). Aplicado antes do jogo.	Pensamentos negativos e elementos fisiológicos da ansiedade afetaram negativamente a tomada de decisão. Convicção e sentimento de capacidade afetaram positivamente a tomada de decisão.

Fonte: o autor.

#### 4 DISCUSSÃO

O presente estudo teve como objetivo verificar a partir de uma revisão sistemática, quais são os efeitos da ansiedade pré-competitiva no desempenho de atletas de voleibol, e verificar se existe alguma diferença entre sexo, idade e experiência dos atletas quanto à manifestação da ansiedade pré-competitiva.

A partir dos resultados coletados, pode-se verificar de forma geral, que embora haja uma diferença entre a amostra dos estudos, os resultados são parecidos, onde a ansiedade influenciou negativamente tanto aspectos psicológicos como a tomada de decisão, quanto aspectos técnicos e de fundamentos do voleibol, além disso, a diminuição da autoconfiança parece estar relacionada com desempenhos negativos de atletas de voleibol de ambos os sexos, mais especialmente nos atletas do sexo masculino, de diferentes faixas etárias.

Contudo, não fica claro se há diferenças com relação ao sexo nos componentes da ansiedade cognitiva e somática, embora haja uma tendência a maiores níveis de autoconfiança nos atletas do sexo masculino na comparação com as atletas do sexo feminino. Quanto à idade/experiência dos atletas e a sua relação com a ansiedade pré-competitiva, atletas de voleibol feminino mais jovens apresentam níveis mais altos de ansiedade traço competitiva e níveis mais baixos de autoconfiança, comparadas às atletas mais velhas, no entanto, não foi possível verificar essa diferença nos atletas do sexo masculino.

Os resultados encontrados nessa revisão, que dizem respeito à efeitos da ansiedade pré-competitiva no desempenho de atletas de voleibol, corroboram com a revisão da literatura feita por Paludo *et al.*, (2016), que investigou a relação entre ansiedade e desempenho esportivo. Neste estudo, os autores observaram que maiores valores de autoconfiança, e menores valores de ansiedade cognitiva e somática tendem a estar relacionados com resultados positivos no desempenho esportivo.

O estudo de Costa *et al.* (2020), verificou o desempenho técnico tático e ansiedade competitiva no resultado do jogo de jovens atletas masculinos de voleibol de praia, com idade média de 17 anos, que responderam ao CSAI2-R, e observaram que os atletas vencedores tinham melhor desempenho principalmente no ataque e em ataque pós-defesa, além disso, esses atletas apresentavam maior autoconfiança e menor ansiedade cognitiva.

Um estudo mais recente de Richter e Rother (2023), relacionou os níveis de ansiedade pré-competitiva com a performance esportiva em 14 atletas do voleibol feminino de base, entre 14 e 16 anos, usando o CSAI-2, e verificou que houve uma média negativa de eficiência apresentada pela equipe. Quanto aos níveis de ansiedade-estado, as atletas apresentaram níveis considerados altos de ansiedade cognitiva, nível médio de ansiedade somática, e autoconfiança

também considerada em nível médio. Os autores concluíram que esses níveis interferem no desempenho do voleibol, influenciando os índices de pontos pró, e nos erros diretos, mostrando uma relação entre a ansiedade-estado pré-competitiva no componente cognitivo, e a performance das atletas do voleibol feminino de base.

Nestes estudos, é importante observar que a autoconfiança se mostrou uma variável importante a favor do desempenho esportivo, estando relacionada aos resultados positivos dos atletas tanto de esportes coletivos quanto de esportes individuais, em diferentes contextos competitivos. Esses dados também trazem luz à importância de se investir, por exemplo, em práticas que favoreçam o aprimoramento e a manutenção do sentimento de capacidade dos atletas durante os treinamentos.

Os resultados que relacionam a manifestação da ansiedade pré-competitiva com o sexo dos(as) atletas, concordam parcialmente com os resultados encontrados por Fernandes *et al.*, (2013), num estudo com 303 atletas de diferentes modalidades, com idades entre 18 e 40 anos, que responderam o CSAI2-R. As conclusões dos autores indicam que atletas do sexo feminino de esportes coletivos apresentam níveis mais altos de ansiedade cognitiva, enquanto atletas do sexo masculino com mais experiência competitiva possuem níveis mais altos de autoconfiança.

Esse achado também está presente no estudo de Gonçalves e Belo (2007), no qual foi verificada uma diferença significativa entre a manifestação da ansiedade entre atletas homens e mulheres de modalidades variadas, nos quais as mulheres apresentaram níveis mais altos de ansiedade-traço competitivas que os homens.

No entanto, não houveram diferenças significativas entre homens e mulheres em nenhum dos componentes da ansiedade no estudo de Machado *et al.*, (2016). Essas semelhanças entre os níveis de ansiedade e autoconfiança de atletas de ambos os sexos também foram vistas nos estudos presentes na revisão bibliográfica de Santos *et al.*, (2019), no qual foi investigada a ansiedade pré-competitiva de atletas de diferentes modalidades esportivas, através de vários questionários de ansiedade, incluindo o CSAI-2. Bem como por Silva *et al.*, (2022), que analisou o efeito do variável sexo na percepção das dimensões da ansiedade de 62 atletas de voleibol amador de ambos os sexos, onde não foram encontradas diferenças entre sexo e a percepção da ansiedade entre os atletas.

Apesar de alguns estudos apontarem para uma tendência de atletas do sexo feminino apresentarem níveis maiores de ansiedade, a partir dos resultados deste estudo, essa diferença não fica tão clara. Sugere-se então, que um dos fatores que limitou a clareza desses resultados, seja a quantidade pequena de artigos incluídos que tratassem do tema em questão, além de limitações de participantes, como pode ser observado no estudo de Milavić *et al.*, (2013), onde

há uma quantidade menor de participantes do sexo masculino. Acredita-se também, que a diferença no número de participantes entre os estudos pode influenciar os resultados finais. Apesar das limitações, observa-se que atletas do sexo masculino podem apresentar uma tendência a maiores níveis de autoconfiança, necessitando de mais investigações que comprovem esses dados.

Com relação aos resultados que indicam que atletas de voleibol mais jovens apresentam níveis mais altos de ansiedade traço competitiva e níveis mais baixos de autoconfiança, comparadas às atletas mais velhas, isso pode acontecer devido às expectativas com relação ao desempenho no jogo e a permanência das atletas na modalidade, além de pressões externas. Para De Rose Junior (2002), a competição representa um constante desafio que, muitas vezes, por características individuais ou situacionais, acaba por se tornar uma ameaça ao atleta.

Fernandes *et al.*, (2014) apresentam resultados semelhantes. Esse estudo verificou o efeito da experiência competitiva na ansiedade (cognitiva e somática) e na autoconfiança de atletas de esportes coletivos e individuais. Os autores observaram que a experiência competitiva influencia na percepção da direção da ansiedade competitiva e da intensidade de autoconfiança, tanto de atletas de modalidades individuais, quanto de atletas de modalidades coletivas.

Esses achados também foram vistos por Santos *et al.*, (2019), no qual foi percebido a partir de uma revisão bibliográfica, com atletas de diferentes modalidades coletivas e individuais, que atletas mais velhos apresentam menos ansiedade que os atletas mais jovens, e que atletas mais experientes apresentam menos ansiedade e mais autoconfiança que os atletas menos experientes. Entretanto, há discordâncias com um estudo anterior, por Gonçalves e Belo, (2007), que não encontrou diferenças significativas entre atletas mais jovens e mais velhos, com mais ou menos experiência, praticantes de várias modalidades esportivas. Porém, cabe ressaltar que a população do estudo supracitado é composta majoritariamente por atletas do sexo masculino, o que corrobora com o resultado da presente revisão, a qual não foi observada diferença entre atletas masculinos mais novos e mais velhos.

Quanto aos riscos de viés, dos 7 estudos da amostra, 4 deles mostraram limitações metodológicas que podem afetar o resultado final dos estudos. No estudo de Fortes *et al.* (2019), não foram utilizados instrumentos para aferir indicadores fisiológicos de ansiedade somática, bem como os gestos técnicos na execução das ações de jogo também não foram controlados, além disso, apenas 2 profissionais do voleibol foram responsáveis por analisar as ações de cada jogador na partida. Já o estudo de Silva *et al.* (2014) apresenta uma limitação na aplicação do questionário para medir a ansiedade dos atletas, pois os pesquisadores aplicaram o questionário

no vestiário da equipe, o que pode influenciar nas respostas dos participantes devido a experiências anteriores.

Dos 4 estudos que apresentaram limitações metodológicas expressas, 2 deles relataram limitações quanto ao número reduzido de participantes (FORTES *et al.*, 2019; MACHADO *et al.*, 2016) e 1, que comparou atletas masculinos e femininos, apresentava um número de atletas do sexo feminino maior do que os do sexo masculino, o que pode interferir na generalização dos resultados (MILAVIĆ *et al.*, 2013). Os demais estudos que não apresentaram limitações expressas, também tinham uma quantidade de participantes reduzida, como é o caso do estudo de Ferreira, Leite e Nascimento (2010), com 12 atletas, e de Sonoo *et al.*, (2010) com apenas 9 participantes.

Entre as lacunas desta pesquisa, observa-se o número baixo de estudos incluídos, dada a escassez de pesquisas que investiguem a relação entre as variáveis pretendidas. Neste sentido, apenas quatro estudos relacionaram a ansiedade dos atletas de voleibol com as variáveis sexo ou idade (dois estudos para cada variável). A quantidade baixa de participantes em alguns estudos também pode ser considerada uma lacuna, e nesse sentido, sugere-se que se investigue a relação entre ansiedade competitiva e o desempenho de atletas de voleibol aplicando os questionários disponíveis em mais de uma equipe, em diferentes contextos e competições, para que dessa forma se amplie a discussão do quanto a ansiedade pode ou não influenciar no desempenho de atletas de voleibol.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Esta revisão sistemática verificou que:

a) A ansiedade afetou negativamente aspectos psicológicos, técnicos e de fundamentos nos jogadores de voleibol, e a diminuição da autoconfiança pode estar relacionada com desempenhos negativos de atletas de voleibol de ambos os sexos, de forma mais perceptível nos atletas do sexo masculino de várias idades.

b) Não foi possível verificar se há diferenças com relação ao sexo dos atletas nos componentes ansiedade cognitiva e somática, mas foi observada uma tendência a maiores níveis de autoconfiança nos jogadores quando comparados às jogadoras, carecendo de mais investigações.

c) Atletas de voleibol feminino mais jovens apresentam níveis mais altos de ansiedade traço competitiva, e níveis menores de autoconfiança que as mais velhas, o que não foi visto nos atletas masculinos.

Por fim, ressalta-se a importância desta revisão, no sentido de ampliar a discussão sobre a influência da ansiedade no desempenho dos atletas de voleibol, e sugere-se que mais pesquisas sejam feitas, a fim de preparar os pais e os treinadores para lidar com as diferentes demandas individuais dos atletas de voleibol em seus variados contextos competitivos.

## REFERÊNCIAS

- AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION (APA). Anxiety. *In: Anxiety*. Washington, DC, agosto 2022. Disponível em: <https://www.apa.org/topics/anxiety>. Acesso em: 14 set. 2022.
- BOHME, Maria Tereza Silveira. Talento esportivo I: aspectos teóricos. **Revista Paulista de Educação Física**, v. 8, n. 2, p. 90-100, 1994.
- CORRÊA, Willian Henrique. Basquete sobre rodas: análise da ansiedade pré-competitiva. **Revista da Associação Brasileira de Atividade Motora Adaptada**, v. 17, n. 02, p. 31-36, 28 mar. 2017.
- COSTA, Yago Pessoa.; FERNANDES, Marcos Gimenes.; SILVA, Elizabeth Lourdes Soares; BATISTA, Gilmário Ricarte. Desempenho técnico-tático e ansiedade competitiva no voleibol de praia com jovens atletas: efeito no resultado do jogo. **RBPFEEX - Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, v. 13, n. 85, p. 876-885, 3 maio 2020.
- DE ROSE JUNIOR, Dante. A competição como fonte de estresse no esporte. **Rev. Bras. Ciên. e Mov.**, Brasília, v.10, n. 4, p. 19–26, out. 2002.
- FERNANDES, Marcos Gimenes; NUNES, Sandra Adriana Neves; RAPOSO, José Vasconcelos; FERNANDES, Helder Miguel. 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**, vol. 10, n. 2, p. 81-89, 2014.
- FERNANDES, Marcos Gimenes; NUNES, Sandra Adriana Neves; VASCONCELOS-RAPOSO, José; FERNANDES, Helder Miguel. Factors influencing competitive anxiety in Brazilian athletes. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, v. 15, n. 6, p. 705–714, nov. 2013.
- FERREIRA, Juliana de Souza; LEITE, Luiz Paulo Rodrigues; NASCIMENTO, Carla Manuela Crispim. Relação entre níveis de ansiedade-traço competitiva e idade de atletas de voleibol e análise destes níveis pré e pós-competição. **Motriz: Revista de Educação Física - UNESP**, Rio Claro, v. 16, n. 4, p. 853-857, 2010.

FORTES, Leonardo de Sousa; FIORESE, Lenamar; NASCIMENTO-JÚNIOR, José Roberto Andrade; ALMEIDA, Sebastião Sousa; FERREIRA, Maria Elisa Caputo. Efeito da Ansiedade Competitiva sobre a Tomada de Decisão em Jovens Atletas de Voleibol. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Brasília, v. 35, p. 1-8, 06 mar. 2019.

GAMA, Marcel Magalhães Alves; MOURA, Gustavo Souza; ARAÚJO, Ronaldo Franca; TEIXEIRA-SILVA, Flavia. Ansiedade-traço em estudantes universitários de Aracaju (SE). *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul*, v. 30, n. 1, p. 19-24, abr. 2008.

GONÇALVES, Marina Pereira; BELO, Raquel Pereira. Ansiedade-traço competitiva: diferenças quanto ao gênero, faixa etária, experiência em competições e modalidade esportiva em jovens atletas. *Psico-USF [Online]*, v. 2, n. 12, p. 301-307, 2007.

MACHADO, Thais do Amaral; PAES, Mayara Juliana; ALQUIERE, Shelse Marinho; OSIECKI, Ana Claudia Vecchi; LIRANI, Luciana da Silva; STEFANELLO, Joice Mara Facco. Ansiedade estado pré-competitiva em atletas de voleibol infanto-juvenis. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 30, n. 4, p. 1061-1067, 2016.

MILAVIĆ, Boris; JURKO, Damir; GRGANTOV, Zoran. Relations of competitive state anxiety and efficacy of young volleyball players. **Collegium antropologicum**, v. 37, n. suppl 2, p. 83–92, 2013.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). (2022). World mental health report: transforming mental health for all. Geneva: World Health Organization; 2022. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240049338>. Acesso em: 12 jun, 2023.

PALUDO, Ana Carolina; NUNES, Sandra Adriana Neves; SIMÕES, Antonio Carlos; FERNANDES, Marcos Gimenes. Relação entre ansiedade competitiva, autoconfiança e desempenho esportivo: uma revisão ampla da literatura. **Psicolargum.**, v. 85, n. 34, p. 156-169, 2016.

RICHTER, Gustavo Henrique; ROTHER, Rodrigo Lara. Relações entre ansiedade-estado pré-competitiva e performance esportiva em atletas do voleibol feminino de base. **Europub Journal of Health Research**, v. 4, n. 1, p. 31–47, 2023.

SANTOS, Íris dos; MACIEL, Vinicius Mafra; OLIVEIRA, Vivian de; TERTULIANO, Ivan Wallan. Ansiedade pré-competitiva em atletas de diferentes esportes: um estudo de revisão. **Revista Mundi Saúde e Biológicas**, Curitiba, v. 4, n. 2, p. 1-26, 2019.

SILVA, João Vitor de Souza; CAMARGO, Gustavo Bernardino de; ARANTES, João Pedro; PERUCHI, Luiz Henrique. Ansiedade pré-competitiva em atletas praticantes de karatê. **Revista Científica UMC**, v. 3, n. 3, p. 1-4, out. 2018.

SILVA, Luiz Gustavo da Silva; FERREIRA, Rodrigo Weyll; GAIA, Jhonatan Wellington Pereira; PIRES, Daniel Alvares. Ansiedad precompetitiva en atletas de voleibol amateur (Pre-competitive anxiety in amateur volleyball athletes) (Ansiedade pré-competitiva em atletas de voleibol amador). **Retos**, v. 46, p. 574–580, 2022.

SILVA, Mauro Menegolli Ferreira da; VIDUAL, Marina Belizário de Paiva; AFONSO, Rafael Oliveria; YOSHIDA, Hélio Mamoru; BORIN, João Paulo; FERNANDES, Paula Teixeira. Ansiedade e desempenho de jogadoras de voleibol em partidas realizadas dentro e fora de casa. **Revista da Educação Física/Uem**, v. 25, n. 4, p. 585-596, 1 dez. 2014. Universidade Estadual de Maringá.

SONOO, Christi Noriko; GOMES, Anderson Luiz; DAMASCENO, Mara Laiz; DA SILVA, Schelyne Ribas; LIMANA, Mirieli Denardi. Ansiedade e desempenho: um estudo com uma equipe infantil de voleibol feminino. **Motriz: Revista de Educação Física**, v. 16, n. 3, p. 629–637, jul. 2010.

WEINBERG, Robert S.; GOULD, Daniel. **FUNDAMENTOS DA PSICOLOGIA DO ESPORTE E DO EXERCÍCIO**. 6. ed. Porto Alegre: Artmed, 2017. 604 p. Tradução: Maria Cristina Gulart Monteiro.

YAMADA, Kai; KAWATA, Yujiro; NAKAJIMA, Nobuyuki; HIROSAWA, Masataka. Relationship between state anxiety and success rate in game performance, coach's evaluation

among Japanese university volleyball players. **Work: (Reading, Mass.)**, v. 41, p. 5764-5766, 2012. IOS Press.