

Estudo Comparativo do Nível de Estresse em Crianças Praticantes de Futsal

Comparative of Stress Level in Children Practitioners of Indoor Football

Douglas da Luz Nunes¹ e Gustavo Chaves Brandão²

1. Profissional de Educação Física. Especialista em Fisiologia do Exercício e Avaliação Física. Coordenador e Docente do Curso de Educação Física da Uniamérica. <https://orcid.org/0000-0002-4805-453X>

2. Profissional de Educação Física. Mestre em Engenharia Biomédica. Coordenador do Curso de Educação Física da UNIVEL Presidente do Conselho Regional de Educação Física do Paraná (CREF9).

douglasdaluznunes@gmail.com

Palavras-chave

Competição
Estresse
Futsal

Keywords

Competition
Stress
Indoor Football

Resumo:

O objetivo dessa pesquisa foi caracterizar o estresse de crianças de 08 a 10 anos praticantes de futsal de duas escolas particulares de futsal e comparar o nível de estresse nas crianças que praticam o futsal como forma de competição e crianças que participam somente do treinamento sem competição. Foram avaliadas 49 crianças pela Escala de Estresse Infantil. Os resultados mostraram que 20,41% das crianças avaliadas apresentaram sintomas de estresse enquanto 79,59% não apresentaram sintomas de estresse. Das crianças que apresentaram sintomas de estresse, 50% são alunos de competição e 50% são alunos que somente treinam. De acordo com os resultados verifica-se que não há diferença no que diz respeito ao estresse entre crianças participantes de competição e não participantes. A fim de ocasionar a redução do estresse infantil faz-se necessária a realização de outras pesquisas, buscando maior conhecimento sobre estresse infantil no esporte em diferentes populações e situações.

Abstract:

The aim of this study was to characterize the stress of children aged 8 to 10 years practitioners of indoor soccer from two private schools and compare the level of stress in children who practice indoor football as a competition and those who only participate of the training without competition. Forty-nine children were evaluated by Child Stress Scale. The results showed that 20,41% of the evaluated children showed stress symptoms while 79,59% had no symptoms of stress. Among the children who had stress symptom, 50% are competition practitioners while 50% are only training. According to these results there is no difference as regards to stress among children participants in competitions and non-participants. In order to reduce the childhood stress, it is necessary to carry out further researches seeking greater knowledge about childhood stress in sports in different populations and situations.

Artigo recebido em: 20.07.2022.

Aprovado para publicação em: 25.08.2022.

INTRODUÇÃO

Em Foz do Iguaçu existem diversas competições de Futsal que envolvem crianças a partir de cinco anos de idade. São competições organizadas com o objetivo de colocar as agremiações para competirem entre si e dar oportunidade para as crianças participarem de um evento o mais parecido possível de um campeonato adulto. Geralmente o ambiente onde são organizadas as competições são ginásios com arquibancadas em que se localizam vários amantes do esporte, entre eles estão os familiares e amigos dos jovens atletas. A discussão é sobre o nível de estresse que a criança pode ou não estar sofrendo pelo fato da presença de pais, torcedores e treinadores os observando o tempo todo. Nas escolas de futsal geralmente os alunos são divididos em atletas de competição e atletas de escolinha. Os atletas de competição são aqueles que treinam com o ob-

jetivo de competir representando a agremiação a qual pertence. Os alunos de escolinha são aqueles que frequentam os treinamentos regulares durante todo o ciclo anual, porém o objetivo destes é somente aprender a jogar o futsal como forma de lazer e diversão, e não para disputar campeonatos importantes e partidas decisivas. Os dois grupos participam dos mesmos treinamentos. O presente artigo teve como objetivo comparar o nível de estresse de crianças que participam de treinamentos de futsal, mas não entram em competição e as crianças que o praticam como forma de competição.

BREVE HISTÓRICO DO FUTSAL

O futsal é um esporte praticado por duas equipes compostas por cinco jogadores cada, podendo ainda contar com sete reservas. As partidas são disputadas em ginásio fechado, em quadras de madeira ou de piso. Além dos doze atletas mencionados, a equipe ainda pode contar com um técnico, um preparador físico e um médico na comissão técnica.

Atualmente o futsal é um dos esportes com maior facilidade de acesso entre os jovens pelo fato de que se pode praticá-lo em pequenos espaços. Em Foz do Iguaçu, existem diversas quadras de futsal espalhadas pela cidade. Por ser um esporte bem difundido na região, as quadras estão sempre recheadas de amantes do esporte que utilizam esse esporte como forma de lazer e diversão com os amigos.

Existem duas versões sobre seu surgimento. Uma versão diz que o futebol de salão foi criado pela Associação Cristã de Moços de São Paulo, pois os alunos tinham dificuldade de encontrar campos de futebol livres e começaram a jogar em quadras de basquete, isso por volta da década de 1940. Outra versão diz que foi criada pela Associação Cristã de Moços do Uruguai, pelo professor Juan Ceriani que o chamou de “Indoor-foot-ball”.

Antigamente o futsal ou futebol de salão era praticado com a bola de futebol de campo, o que dificultava muito o esporte, pois a bola quicava muito na quadra tornando seu domínio muito difícil, o que obrigou aos responsáveis pelas regras mudarem um pouco essa questão do material. Logo, criaram uma bola mais pesada que quicasse menos, porém essa não agradava muito aos goleiros pelo fato de poder machucar as mãos com maior facilidade.

No decorrer do tempo foram se alterando as regras para que surgissem mais adeptos deste esporte. O futsal se difundiu rápido no Brasil e com o decorrer das décadas foram criadas diversas categorias de base para que se atendesse a população infantil e que estas fossem a base das futuras seleções nacionais. Como consequência foram se instalando várias escolas de futsal com o objetivo de preparar as equipes de base no Brasil.

O esporte como treinamento regular pode ser um meio de transformação social, pois quando bem trabalhado na infância poderá influenciar nas atitudes do jovem cidadão perante a sociedade e prepará-lo para os acontecimentos da vida do mesmo.

“O objetivo das categorias de base é formar o atleta, não só para o futsal ou futebol, mas para ser cidadão e encarar a vida” (ANDRADE JUNIOR, 1999, p. 22).

O futsal é um esporte democrático, pois o atleta, mesmo sendo de rendimento, não precisa ser alto ou baixo, magro ou gordo, isso faz com que não haja seleções pela característica do biotipo da pessoa, mais uma vez auxiliando para o crescimento de adeptos ao esporte.

De acordo com Fonseca (2007, p. 34):

O futsal é um jogo que não exclui nem delimita um tipo específico de biotipo. A possibilidade de praticá-lo tanto *indoor* como *outdoor*; o contato constante com a bola pelo mesmo jogador; o número ilimitado de substituições sem a necessidade de interromper o jogo; posições e funções técnicas e táticas para jogadores de alta e baixa estatura, entre algumas outras características, fazem deste jogo democrático e dinâmico.

As crianças que buscam o futsal querem aprender, mas também querem se divertir e conhecer novos amigos. A infância é um período de descobertas para as crianças elas querem participar de atividades e conhecer outros amantes do esporte. Quando bem trabalhado, o futsal contribui muito para a socialização da criança com as outras do meio. Costa (2005, p. 3) diz sobre a procura do futsal pelas crianças:

Os motivos mais frequentes que levam crianças e adolescentes a se interessar pelo futsal são: divertir-se (brincar), melhorar e aprender os elementos da técnica, estar com amigos e arranjar novos amigos, intensificar emoções, ganhar ou ter êxito, ficar mais forte, ser respeitado, entre outros fatores.

Isso quer dizer que não se devem tratar todas as crianças da mesma maneira, pois nem todas estão participando com o mesmo objetivo. Algumas querem ficar mais forte, outra querem melhorar a técnica e outras querem somente ter uma atividade diferente para conhecer pessoas novas e poder se divertir com os colegas.

Além do mais o futsal também é um jogo e deve ser entendido como tal, o jogo faz parte da natureza do ser humano. “O jogo parece inerente, pois, à sua personalidade humana, mas não somente a ela. Os animais também jogam se divertem e estabelecem entre eles relações lúdicas. O jogo estaria ligado à natureza longínqua que se perde nas raízes do tempo e espaço” (MOSQUERA; STOBAUS, 1984, p. 21).

É através do jogo que a criança aprende a se expressar e se controlar em situações do dia a dia. Por isso se deve ensinar de diversas maneiras, e uma das maneiras mais efetivas é ensinar através de jogos e brincadeiras. “Essa atividade representa a capacidade humana de se expressar, pois é através do jogo que o homem dinamiza suas condições mais vitais. Jogando aprende a trabalhar, jogando aprende a viver e jogando aprende a amar” (MOSQUERA; STOBAUS, 1984, p. 21).

Em Foz do Iguaçu, existem várias escolas de futsal que inicialmente foram criadas com o intuito de ensinar às crianças a prática. Com o passar do tempo começaram a criar categorias cada vez menores nas escolinhas, hoje crianças a partir de 4 anos de idade já começam a treinar o futsal. Durante o ano existem várias competições promovidas para que todas as categorias possam competir.

São competições organizadas com o objetivo de colocar as agremiações para competirem entre si e dar oportunidade para as crianças participarem de um evento o mais parecido possível de um campeonato adulto. Geralmente o ambiente onde são organizadas as competições são ginásios com arquibancadas em que participam vários amantes do esporte, entre eles os familiares e amigos dos jovens atletas.

Os pais inscrevem seus filhos nas escolinhas de futsal com o objetivo que seu filho se torne um jogador profissional de futsal ou de futebol, já que o futsal serve de base para o futebol. “No Brasil, particularmente, as quadras de futsal constituem um dos maiores focos de descoberta e desenvolvimento de futuros jogadores para o futebol” (FONSECA, 2007, p. 35). Isso faz com que os alunos se sintam pressionados a melhorarem sua técnica para que possam se profissionalizar e realizar o sonho dos pais que investiram no talento do mesmo. Pode ser que através dessa pressão sofrida, os jovens atletas estejam posicionados sobre um nível de estresse mais avançado que os demais colegas da mesma idade.

CONCEITOS DE ESTRESSE

Analisando a literatura percebe-se que o estresse é definido de diversas formas pelos estudiosos pesquisadores da área da psicologia do esporte.

Vasconcellos, citado por Machado (1997, p. 127), define o estresse como o processo não específico resultante de qualquer demanda sobre o organismo. Ele é caracterizado pelas alterações fisiológicas e psicológicas que se processam no organismo, quando este se encontra em uma situação que requeira uma reação mais forte que aquela que corresponde à sua atividade orgânica normal.

Segundo Samulski (2002, p. 157), o estresse é o produto da interação do homem com o seu meio ambiente físico e sociocultural. “O estresse pode ser definido como um desequilíbrio substancial entre demanda (física e/ou psicológica) e a capacidade de resposta, sob condições em que a falha em satisfazer aquela demanda tem importantes consequências” (RÉ; ROSE JUNIOR; BOHME, 2004, p. 83).

Weineck (2003, p. 233) diz que o “estresse é definido como uma reação fisiológica ou psicológica do indivíduo a uma determinada exigência”. Querendo dizer que o estresse é uma reação que surge através de uma ação de uma exigência física ou psicológica que o indivíduo sofra.

Nahas (2001, p. 179) diferencia os tipos de estresse:

Existem dois tipos de stress: o eustress (“bom stress”), como acontece quando se está apaixonado ou quando se exercita o corpo moderadamente; e o distress, que representa uma situação prejudicial ao organismo. O distress pode ser agudo (quando é intenso, mas por breve período) ou crônico (quando não é tão intenso, mas ocorre repetidamente ou constantemente).

O eustress é conhecido como o bom estresse, a palavra define um tipo de estresse que é saudável ou fornece um sentimento de satisfação ou outros sentimentos positivos. Alguns exemplos de eustress são: encontrar ou participar de um desafio, praticar um esporte, dar um significado fortalecedor ao seu trajeto profissional ou pessoal, vivenciar um amor, conhecer pessoas novas, viver plenamente um casamento ou uma relação afetiva etc. São emoções fortes que mostram o quanto estamos envolvidos com o mundo e que temos o poder de manter as coisas no controle.

O distress é conhecido como estresse ruim que representa uma situação que pode prejudicar o funcionamento do organismo. Pode ser agudo, acontece de forma intensa, porém por pouco tempo, um susto, por exemplo, ou crônico, quando não ocorre de forma tão intensa, mais ocorre repetidamente ou de maneira constante com a pessoa.

Gerrig e Zimbardo (2005, p. 457) dão ao estresse o seguinte significado:

O estresse é o padrão de resposta que um organismo tem a estímulos que perturbam seu equilíbrio e criam demandas a sua habilidade de enfrentamento, ou a superam. Esses eventos incluem uma grande variedade de condições internas e externas, denominadas coletivamente de estressores.

O estresse geralmente é provocado por estressores, que podem provocar ansiedade.

O processo de estresse geralmente iniciado por situações ou circunstâncias (estressores) que são percebidas e avaliadas como perigosas, potencialmente nocivas ou frustrantes. Se um estressor é percebido como perigo ou ameaçante, independentemente da presença de um perigo objetivo, uma reação emocional (ansiedade) é provocada (SAMULSKI, 2002, p. 166).

“Um estressor é um evento estímulo que apresenta uma demanda a um organismo, por um determinado tipo de resposta adaptativa” (GERRIG; ZIMBARDO, 2005, p. 457). Podemos citar como exemplo: um ciclista que corta a frente de seu carro, seu professor que adianta a entrega dos trabalhos ou colega que pede que você concorra à líder da sala.

Porém, o estresse sofrido nos exemplos acima dura apenas um período curto de tempo e são chamados de estresse agudo. Mas existe também o estresse crônico que pode durar longos anos. “O estresse crônico, por outro lado, é um estado de excitação duradouro, que continua com o passar do tempo, no qual se percebem as demandas como superiores aos recursos internos e externos disponíveis para lidar com elas” (GERRIG; ZIMBARDO, 2005, p. 457). Um exemplo de estresse crônico pode ser a frustração contínua com sua incapacidade de realizar certas atividades esportivas.

“Acredita-se que os estressores crônicos sejam os vilões reais e estejam associados com uma lista crescente de problemas de saúde” (NIEMAN, 1999, p. 247).

“Para se enfrentar o estresse reavaliando o estressor ou reestruturando cognições sobre suas reações ao estresse. As pessoas enfrentam melhor quando percebem que tem o controle da situação” (GERRIG; ZIMBARDO, 2005, p. 471).

O corpo humano reage a situações de estresse, como uma forma de resposta a essa alteração no organismo. De acordo com Gerrig e Zimbardo (2005, p. 459) o estresse produz uma série de transformações fisiológicas no corpo, como:

Vasos sanguíneos na pele, músculos esqueléticos, cérebro e víscera se contraem; o suor aumenta; as pupilas se dilatam, os músculos ciliares relaxam para a visão a distância; os brônquios se dilatam; a pele e os pelos do corpo de arrepiam; o coração acelera, a frequência aumenta a força das contrações; trato digestivo diminui os movimentos peristálticos; as glândulas adrenais estimulam a secreção de adrenalina aumentando o açúcar no sangue, a pressão arterial e o batimento cardíaco; o esfíncter anal se fecha, o esfíncter urinário se fecha; o fígado libera açúcar na corrente sanguínea; as secreções do pâncreas diminuem; os vasos sanguíneos na genitália se dilatam; a bexiga urinária relaxa.

A reação do organismo aos estressores foi denominada por Selye, citada por Lipp e Lucarelli (2005, p. 12), de Síndrome de Adaptação Geral (SAG) ou Síndrome de Stress, a qual engloba todas as alterações corporais decorrentes do resultado da exposição do indivíduo a um estressor. Estabeleceu três pontos como parte da síndrome, a partir de suas observações com relação as alterações sofridas pelo organismo. Verificou, ainda, que este conjunto de alterações evoluía de acordo com três fases, denominadas por ele de Fase de Alarma, Fase de Resistência e Fase da Exaustão.

Lipp e Lucarelli (2005, p. 12) afirmam que “a fase de alerta ocorre quando o organismo depara-se com um estressor e é mobilizado. O organismo reconhece o estressor e se prepara para sofrer reações bioquímicas complexas.

A fase de resistência ocorre quando o estressor permanece atuante. As reações da fase de alerta sofrem uma regressão, mas, uma tentativa de fazer o organismo voltar a homeostase, ocorre uma hiperatividade cortiço-supra-renal e, conseqüentemente, um dispêndio de energia, a qual seria necessária para outras funções vitais (LIPP; LUCARELLI, 2005, p. 12).

A fase de exaustão é a próxima a acontecer. Essa fase é decorrente da falha dos mecanismos adaptativos a estímulos estressantes e excessivos. O organismo fica sujeito a doenças e disfunções, podendo ser fatais, uma vez que ocorre o agravamento do desgaste do organismo, que não tem energia adaptativa para reerguer.

ESTRESSE EM COMPETIÇÕES ESPORTIVAS

Alguns responsáveis colocam os filhos desde pequenos para treinarem alegando que assim eles terão mais chances de se consagrarem na carreira esportiva.

Como os pais sempre consideram seus filhos como estrelas e futuros jogadores da seleção, exigem cada vez mais que os treinadores façam seus filhos vitoriosos nas competições e em consequência dessa cobrança os treinadores se sentem pressionados a vencer sempre e essa pressão é passada para os atletas, ou seja, os alunos sofrem pressão dos pais que querem vê-lo brilhar e também dos treinadores que querem satisfazer os pais e o próprio ego.

Como resultado de toda essa cobrança, a criança acaba se posicionando sobre um estresse muito grande. “A criança não sofre apenas o peso da sua própria ansiedade de ganhar. Ela suporta também a pressão dos adultos que a cercam e que desejam ganhar através da performance dos pequenos” (PERSONNE, 1987, p. 124).

Os alunos que participam de competições, pouco antes do início desses eventos, se encontram em um estado de intensa carga psíquica que é denominado estado pré-competitivo. Segundo Samulski (2002, p. 137):

Esse estado se caracteriza, sob o ponto de vista psicológico, pela antecipação da competição, e conseqüentemente da antecipação das oportunidades, riscos e conseqüências. Nesta fase intervêm frequentemente medo e temor.

Rose Junior (2002, p. 19) define a competição como “o momento em que indivíduos ou equipes se confrontam para buscar um mesmo objetivo, ou seja, a vitória, no entanto, para se chegar a ela existem vários fatores que fazem parte de todo um processo”.

Esses fatores que fazem parte do processo descrito acima são na verdade todo o treinamento que a criança é submetida para alcançar as habilidades necessárias para participarem de competições.

As crianças de nossa cidade são, desde cedo, matriculadas em escolas particulares de futsal para que possam aprender os fundamentos básicos da modalidade. Se o treinador for pressionado pela família e pela torcida para que os alunos sejam mais bem preparados e tenham melhores resultados nas competições, ele terá que mudar a metodologia do treinamento para que o aluno não só aprenda o futsal basicamente, mas que tenha um conhecimento tático do jogo. Isso com o tempo pode ocasionar certo desânimo por parte do jovem atleta fazendo com que o mesmo desista da prática esportiva.

Muitas vezes pode acontecer de um treinamento se modificar tanto que a criança deixa de brincar e se divertir nos treinamentos, levando muito a sério o esporte, ou seja, fazendo com que o treino seja na verdade mais uma obrigação do que uma atividade de lazer.

METODOLOGIA

Primeiramente o projeto foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da FAG, Faculdade Assis Gurgacz, tendo sido aceito com o parecer CEP 12/2012.

Foi realizada uma pesquisa de caráter experimental com abordagem quantitativa, na qual aplicamos em duas escolas particulares de futsal de Foz do Iguaçu que possuíam turmas com alunos que participavam de treinamentos regularmente, porém, dividimos em dois grupos: um que além dos treinamentos participam de competições e o outro grupo que somente treina. Foram aplicados os testes em 49 crianças do sexo masculi-

no com idade entre 08 e 10 anos de idade. Os responsáveis pelas crianças foram informados sobre a pesquisa e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Para a coleta de dados foi utilizado o teste psicológico ESI – Escala de Stress Infantil (LIPP; LUCA-RELLI, 1998) que necessitou da ajuda de uma docente e quatro acadêmicas do curso de Psicologia para a aplicação dos testes. Esta escala tem por objetivo verificar a existência ou não de estresse em crianças entre 6 e 14 anos, possibilitando assim, que se determine o tipo de reação mais frequente na criança.

É composta por 35 afirmações relacionadas a quatro dimensões do estresse infantil: física, psicológica, psicológica com componente depressivo e psicofisiológica. A resposta dada a cada afirmação é feita por meio de uma escala de cinco pontos do tipo Likert, registrada em quartos de círculos, conforme a frequência com que os sujeitos experimentam os sintomas apontados pelas afirmações.

A apuração dos resultados é feita através da contagem de pontos atribuídos a escala Likert, sendo que cada quarto de círculo equivale a um ponto. A pontuação é da seguinte maneira: 0 (zero) ponto, caso a criança deixe o círculo em branco. 1 (um) ponto, caso a criança pinte um quarto do círculo. 2 (dois) pontos, caso a criança pinte dois quartos do círculo. 3 (três) pontos, caso a criança pinte três quartos do círculo. 4 (quatro) pontos, caso a criança pinte o círculo todo.

Pode se dizer que a criança avaliada tem sinais significativos de estresse, quando:

1. Aparecem círculos completamente cheios (pintados) em sete ou mais itens da escala total, ou
2. Nota igual ou maior que 27 pontos for obtida em qualquer um dos três fatores a seguir: reações físicas, reações psicológicas e reações psicológicas com componente depressivo.
3. A nota igual ou maior que 24 pontos for obtida no fator reações psicofisiológicas.
4. A nota total da escala for maior que 105 pontos.

A aplicação do ESI foi realizada em grupos de 10 alunos em salas fechadas cedidas pelas escolas de futsal. Os aplicadores foram 4 (quatro) acadêmicas do curso de Psicologia da Faculdade União das Américas, especialmente treinadas para a aplicação do ESI.

Foram utilizados lápis de cor, de acordo com a preferência de cada criança. A partir do recebimento do termo de consentimento assinado pelos pais, iniciou-se a aplicação da Escala de Stress Infantil. Cada item era lido e explicado por uma das aplicadoras. A aplicadora ajudava em caso de dúvida no preenchimento dos círculos com lápis de cor.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Os resultados mostram que das 49 crianças avaliadas, 10 (20,41%) apresentaram sintomas de estresse e 39 (79,59%) não apresentaram sintomas de estresse (Figura 1).

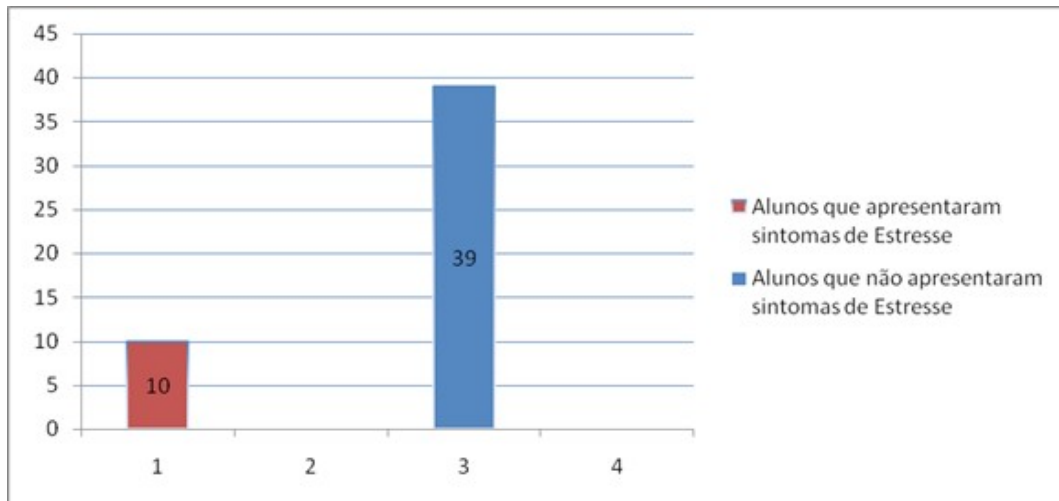
Das crianças que apresentaram sintomas de estresse, 5 (50%) são alunos que participam de competições e 5 (50%) são alunos que participam dos mesmos treinamentos, porém não participam de competições (Figura 2).

De acordo com os resultados verifica-se que não há diferença entre participantes de competição e não participantes. Este resultado pode ter influência multilateral podendo ser o tipo de treinamento utilizado para os dois grupos ser o fator principal da causa de estresse nestes alunos avaliados.

Os dois grupos avaliados participam do mesmo tipo de treinamento durante a semana e um dos grupos participa de competições nos finais de semana, o que nos remete a pensar que nesta faixa etária des-

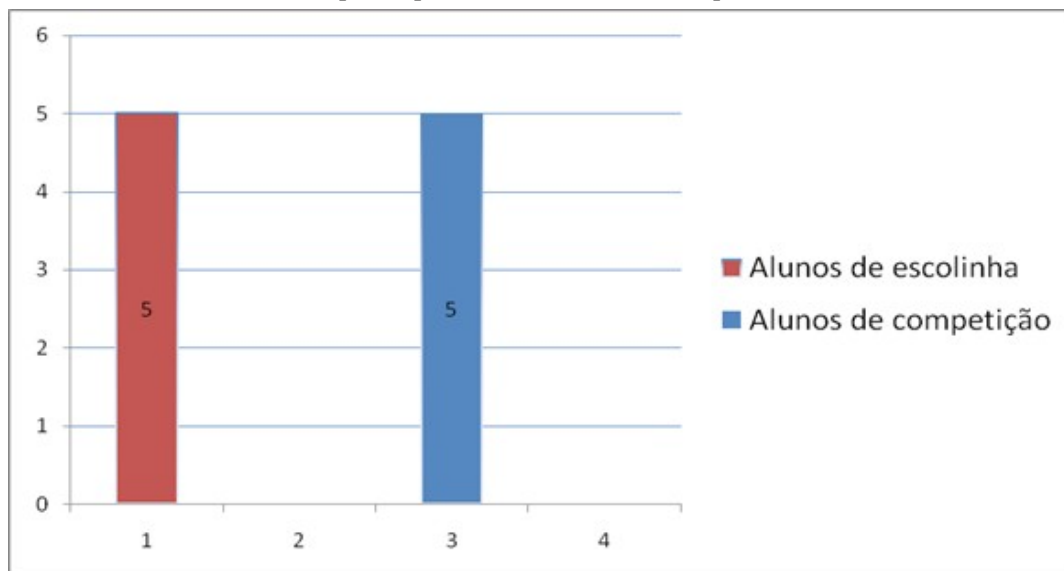
crita no trabalho, a competição não é um fator estressante. Outros fatores podem ser relevantes sobre a questão do estresse, como por exemplo, a casa onde a criança vive e a escola onde ela estuda. São fatores ambientais que podem ter relação com os resultados.

Figura 1. Sintomas de Estresse nas crianças avaliadas.



Fonte: Nunes e Brandão (2012)

Figura 2. Comparativo de sintomas de Estresse entre alunos participantes e não participantes de atividades competitivas.



Fonte: Nunes e Brandão (2012)

Dessa forma é interessante pensarmos nos eventos de vida que podem estar contribuindo para a presença de estresse nessas crianças. “Fatores como responsabilidade excessiva, problemas de saúde na família, problemas financeiros, nascimento de irmãos, separação dos pais, mudança de escola ou de residência” (LEMES, 2003, p. 11) podem estar favorecendo o aparecimento de estresse encontrado nessa população.

Porém, o fato que mais chama a atenção para esse estudo é que os dois grupos de crianças avaliadas participam dos mesmos treinamentos. Poderia esse ser o fator estressante por trás de todo o processo de aprendizagem do jovem atleta.

Conforme esclarecido anteriormente, o objetivo do artigo não é diferenciar a metodologia que está sendo utilizada nas escolas particulares de futsal de Foz do Iguaçu, porém, é interessante ressaltar sobre a importância do trabalho com o esporte para que se possa atingir melhor os objetivos traçados pelos treinadores.

Sabemos que o futsal é um esporte coletivo que quando bem trabalhado ajuda na socialização e bem-estar dos alunos envolvidos com esta prática. Não podemos esquecer que além de esporte, o futsal é um jogo e deve ser entendido como tal. É através do jogo que a criança aprende a se expressar e se controlar em situações do dia a dia. Por isso se deve ensinar de diversas maneiras, e uma das maneiras mais efetivas é ensinar através de jogos e brincadeiras. “Essa atividade representa a capacidade humana de se expressar, pois é através do jogo que o homem dinamiza suas condições mais vitais. Jogando aprende a trabalhar, jogando aprende a viver e jogando aprende a amar” (MOSQUERA, 1984, p. 21).

São necessárias mais pesquisas sobre o tema em que possam abranger sobre a metodologia de treinamento a qual as crianças estão sendo submetidas para alcançar o aprendizado.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Embora os dados obtidos quanto às diferenças entre os dois grupos da amostra não sejam estatisticamente significativos, deve se observar rotineiramente as crianças durante o treinamento, visando prevenir ou adequar qualquer aspecto que possa ser fonte de estresse, da mesma maneira com que se deve atentar para os comportamentos já manifestos que indiquem estresse e o seu possível estressor.

Quando se trabalha com crianças deve se levar em consideração diversos fatores provenientes de sua formação, devido ela estar em pleno desenvolvimento físico e mental. A criança não deve ser tratada apenas como um atleta adulto em miniatura, e muito menos ser colocada a frente de treinamentos que provoquem desgaste de sua estrutura e mente. Quando trabalhamos com atletas adultos de alto rendimento queremos sempre tirar o melhor dele, fazer com que ele se desgaste ao máximo para que possa trazer a vitória ao clube ao qual pertence se preocupando apenas com os resultados no esporte.

A criança na faixa etária utilizada no trabalho, 08 a 10 anos, está se preparando para entrar na adolescência e está em um período delicado de seu desenvolvimento motor e psíquico. Por isso todo o trabalho realizado com a criança deve estar se preocupando, não só com o aprendizado do mesmo em quadra, mas sim o que se passa na casa desta criança e na escola onde ela estuda. Muitas vezes os treinadores não se preocupam em saber se o jovem atleta está passando por dificuldades em casa ou na escola, e isso pode estar prejudicando o pequeno em seu desempenho esportivo.

Por exemplo, imaginamos uma criança que apanha em casa, sofre *bullying* na escola e é maltratada por colegas da rua onde mora. Digamos que o único local de lazer e diversão que ele estaria passando seria em uma escola de futsal. E se nesse local onde ele se inseriu com o objetivo de fazer amigos, se divertir, aprender e conviver com pessoas da mesma idade, o treinador somente berrar com ele e cobrar que ele sempre faça melhor do que a última tentativa e que se ele não conseguir será taxado como “incompetente”? E se nesse lugar que seria para ser um local de aprendizado e lazer, for somente um lugar onde o que vale é o talento e o individualismo? E se nessa escola esse garoto somente ficasse no banco em dia de jogos e quando entrasse na quadra e fizesse um erro somente seria logo retirado e ridicularizado pelo próprio treinador?

Viram o quanto de estresse que esta criança vive em seu cotidiano? Provavelmente ele teria grandes chances de se tornar um suicida no futuro, por pensar que não serve para nada nesse mundo.

Por isso o trabalho com categorias de base deve ser amplo e seriamente trabalhado, visando não apenas a competição, mas sim o desenvolvimento cognitivo, afetivo e motor da criança.

A fim de ocasionar a redução do estresse infantil e tornar os indivíduos aptos a reconhecer e manejar adequadamente tal síndrome faz-se necessária a realização de outras pesquisas, buscando maior conhecimento sobre o estresse infantil no esporte em diferentes populações e situações, como por exemplo, analisar e comparar o nível de estresse infantil em diversas faixas etárias e em outras modalidades esportivas coletivas ou individuais.

REFERÊNCIAS

- ANDRADE JUNIOR, J. R. de. **O Jogo do Futsal**: Técnico e tático. Curitiba: Gráfica Expoente, 1999.
- COSTA, C.F. **Futsal Vamos Brincar?** Técnica e iniciação. Florianópolis-SC: Visual Books, 2005.
- FONSECA, C. **Futsal**: O berço do futebol brasileiro. São Paulo: Aleph, 2007.
- GERRIG, R. J; ZIMBARDO, P. G. **A Psicologia e a Vida**. 16. ed. Tradução de Roberto Cataldo Costa. Porto Alegre: Artmed, 2005.
- GIL, A. C. **Como Elaborar Projetos de Pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2007.
- LEMES, S. O. Stress Infantil e Desempenho Escolar – Avaliação de Crianças de 1ª a 4ª Série de uma Escola Pública do Município de São Paulo. **Revista Estudos de Psicologia**, Campinas – SP, v. 20, n. 1, p. 5-14, jan./abril. 2003.
- LIPP, M. E. N; LUCARELLI, M. D. M. **Escala de Stress Infantil**: ESI: Manual - São Paulo: Casa do Psicólogo, 2005.
- MACHADO, A. A. **Psicologia do Esporte**: temas emergentes I. Jundiaí-SP: Ápice Editora, 1997.
- MOSQUERA, J; STOBAUS, C. **Psicologia do Desporto**. Porto Alegre-RS: EDUFRGS, 1984.
- NAHAS, M. V. **Atividade Física, Saúde e Qualidade de Vida**: Conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. Londrina-PR: Midiograf, 2001.
- NIEMAN, D. C. **Exercício e Saúde**: Como se prevenir de doenças usando o exercício como seu medicamento. Tradução de Marcos Ikeda. São Paulo: Manole, 1999.
- PERSONNE, J. **Nenhuma medalha vale a saúde de uma criança**. Tradução de Dulce Dias. Lisboa-PT: Livros Horizonte, 1987.
- RÉ, A. H. N; ROSE JUNIOR, D.D; BOHME, M. T. S. Stress e nível competitivo: considerações sobre jovens praticantes de futsal. **Revista Brasileira Ciência e Movimento**, Brasília, v. 12, n. 4, p. 83-87, dez. 2004.
- ROSE JUNIOR, D. A competição como fonte de estresse no esporte. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v. 10, n. 4, p. 19-26, out. 2002. Disponível em: www.portalrevistas.ucb.br.
- SAMULSKI, D. **Psicologia do Esporte**. Barueri-SP: Manole, 2002.
- THOMAS, J.R; NELSON, J; SILVERMAN, S.J. **Métodos de Pesquisa em Atividade Física**. Porto Alegre-RS: Artmed, 2007.
- WEINECK, J. **Atividade Física e Esporte**: Para que? Tradução de Daniela Coelho Zazá, Fabiano Amorim e Mauro Heleno Chagas. Barueri-SP: Manole, 2003.