
EDUCAÇÃO FÍSICA

**Influência da Ansiedade em atletas de futebol em
partidas dentro e fora de casa**

VINÍCIUS GUIMARÃES ANTONIO



Rio Claro
2021

VINÍCIUS GUIMARÃES ANTONIO

Influencia da Ansiedade em atletas de futebol em partidas dentro e fora de casa.

Orientador: Afonso Antonio Machado

Co-orientador: Joacks de Paula Lemos Filho

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Instituto de Biociências da Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” - Câmpus de Rio Claro, para obtenção do grau de Bacharel em Educação Física.

**Rio Claro
2021**

A635i Antonio, Vinícius Guimarães
Influência da Ansiedade em atletas de futebol em partidas dentro ou
fora de casa / Vinícius Guimarães Antonio. -- Rio Claro, 2021
23 f. : il., tabs.

Trabalho de conclusão de curso (Bacharelado - Educação Física)
Universidade Estadual Paulista (Unesp), Instituto de Biociências, Rio
Claro

Orientador: Afonso Antonio Machado
Coorientador: Joacks De Paula Lemos Filho

1. Aspectos fisiológicos. 2. Ansiedade. 3. Futebol. 4. Desempenho
esportivo. I. Título.

Sistema de geração automática de fichas catalográficas da Unesp. Biblioteca do Instituto de Biociências, Rio
Claro. Dados fornecidos pelo autor(a).

Essa ficha não pode ser modificada.

Agradecimentos

Dedico este trabalho primeiramente em especial para minha mãe, Cristina e ao meu pai, Val. Que sempre me mostraram os melhores caminhos e proporcionaram as melhores oportunidades possíveis em minha vida. Mãe, seu cuidado, dedicação, ajuda e apoio foi que deram, em alguns momentos, a esperança para seguir. Pai, sua presença sempre significou segurança e certeza de que não estou sozinho nessa caminhada sem vocês dois.

Agradeço também a todos os professores que me acompanharam durante a graduação, em especial ao meu orientador e professor Dr. Afonso Antonio Machado, que sempre acreditou em minha capacidade e ao meu co-orientador, Joacks de Paula Lemos Filho e toda a galera do laboratório LEPESP, por toda paciência, dedicação, e se colocar disponível sempre que possível para me ajudar.

É extremamente difícil agradecer todas as pessoas que de algum modo, nos momentos felizes ou tristes, fizeram ou fazem parte da minha vida, por isso primeiramente agradeço a todos de coração.

Agradeço imensamente por poder contar com amigos verdadeiros ao meu lado durante essa fase especial em minha vida. Rafael Platineti (Portuga), Rafael Navarro (Perereca) e Victor Moretti (Moretto), meu muito obrigado pela grande amizade construída desde o início e que vamos levar para o resto da vida com certeza.

Aos meus amigos da República Batata Doce que considero demais, Augusto Lujan (DH), João Rosa (Pink), Matheus Sigoli (Panguão), Pedro Campi (Além), Samuel Ferreira (Simpa), Thiago Padovan (Thiagão), devo um agradecimento especial, por tantas histórias e momentos que passamos juntos. Nunca me esquecerei de vocês.

E finalmente agradeço a Deus, por proporcionar estes agradecimentos a todos que tornaram minha vida muito melhor, além de ter me dado uma família perfeita e amigos insubstituíveis.

Influência da Ansiedade em atletas de futebol em partidas dentro e fora de casa

RESUMO

No atleta os sinais mais conhecidos da ansiedade são os níveis fisiológicos, cognitivos e emocionais, esses sinais são respostas do sistema nervoso central diante da interpretação de um fato, podendo modificar seu desempenho motor, tomadas de decisões e até mesmo em feedbacks positivos durante a partida. Em função disso, na preparação dos atletas deve-se dar ênfase aos aspectos psicológicos que podem determinar como será o rendimento do mesmo durante o jogo e como fatores extrínsecos e intrínsecos (pressão de torcida, parcialidade de arbitragem, conhecimento do local da partida) alteram o desempenho dos jogadores em partidas com fatores intrapessoais favoráveis. Em atletas de futebol este pode ser também um ponto determinante para o resultado final da partida, principalmente em competições de jogos de ida e volta, devido a influência de fatores individuais e situacionais. O trabalho desenvolvido foi fundamentado por meio de uma pesquisa bibliográfica. A literatura abordada foi designada por meio das bases de dados do Google acadêmico e Sielo; publicada no período (2015 a 2020). A partir dessa pesquisa concluindo-se desta maneira que a ansiedade é um fator que está presente na prática de atividades físicas, inclusive no futebol. O controle das habilidades físicas e motoras do atleta é influenciado de acordo com o nível que a ansiedade se encontra.

Palavras-chave: Desempenho; Ansiedade; Futebol.

SPORT PSYCHOLOGY: ANXIETY IN THE UNIVERSITY SPORT CONTEXT

ABSTRACT

In the athlete, the most known signs of anxiety are the physiological, cognitive and emotional levels, these signals are responses of the central nervous system when interpreting a fact, which can modify their motor performance, decision making and even positive feedbacks during the match. As a result, in the preparation of the athletes, emphasis should be placed on the psychological aspects that can determine how the performance will be during the game and how extrinsic and intrinsic factors (crowd pressure, arbitration bias, knowledge of the place of the match) change the performance of players in matches with favorable intrapersonal factors. In soccer athletes this can also be a determining point for the final result of the match, mainly in round and round game competitions, due to the influence of individual and situational factors. The work developed was based on bibliographic research. The approached literature was designated through the Google academic and Scielo databases; published in the period (2015 to 2020). Based on this research, it was concluded that anxiety is a factor that is present in the practice of physical activities, including soccer. The control of the athlete's physical and motor skills is influenced according to the level of anxiety.

Keywords: Performance; Anxiety; Soccer.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	06
2. OBJETIVO.....	09
3. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS.....	10
4. REVISÃO BIBLIOGRÁFICA.....	11
4.1. PSICOLOGIA DO ESPORTE.....	11
4.2. ANSIEDADE.....	12
4.3. ANSIEDADE X COMPETIÇÃO.....	13
5. RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	16
6. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	19
7. REFERÊNCIA.....	20

1. INTRODUÇÃO

O esporte faz parte da história da humanidade desde a antiguidade, sempre apresentando uma enorme transformação na formação do atleta como um todo, tendo como objetivo buscar um melhor aproveitamento durante os jogos. Nas competições atuais muitos fatores alteram a performance do atleta, dentro delas a ansiedade, que influenciam diretamente no resultado esperado dentro ou fora de casa.

As respostas emocionais apresentadas pelos atletas tornaram um foco no estudo dentro da psicologia do esporte, impulsionando muitos profissionais a avaliarem a influencia da mesma em eventos competitivos. A superação de seus próprios limites e, conseqüentemente, alcançar sempre uma melhor colocação são os principais objetivos dos atletas de alto rendimento (HATON et al. 2004; JONES; UPHILL, 2004).

De acordo com Lazaro (1996), os efeitos da ansiedade produzem reações emocionais e mudanças cognitivas, comportamentais e fisiológicas que podem modificar seu desempenho em atividades tanto cotidianas como competitivas.

A competição faz parte do dia-dia do ser humano, mas é na parte esportiva que ela está mais presente, pois é nesta última que os atletas se confrontam direta ou indiretamente em busca de um melhor resultado e objetivos comuns.

Para atingir os objetivos em uma competição precisa-se levar em consideração todo o processo de preparação do atleta, especialmente os fatores psicológicos envolvidos na modalidade e escolher o meio correto de preparação, tendo como base influências de fatores objetivos e subjetivos. Esse estudo terá como base analisar as possíveis relações entre mando de jogo, níveis de ansiedade e desempenho esportivo.

Os diferentes níveis de ansiedade interferem na resposta cognitiva do atleta, fazendo com que ele tenha uma preocupação maior com seu rendimento de forma negativista ou positivista, podendo ser prejudicial ou facilitador (HUMARA, 1999).

A ansiedade pode ser dividida em dois modelos, ansiedade-estado e ansiedade-traço (SPIELBERGER, 1966). A ansiedade de estado se manifesta devido a influência do ambiente, ocasionando alterações cognitivas e somáticas, influenciando no tempo de reação, na habilidade motora, no poder de decisão e na motivação. Já na ansiedade de traço ela pode se manifestar em situações

relacionada com a personalidade, fazendo o atleta comportar de uma forma desproporcional ao seu normal, muito medo, muita angustia, muita agitação ocasionando a mudança do rendimento do atleta. Ansiedade-estado as alterações somáticas e cognitivas se manifestam no sujeito em virtude do ambiente capaz de induzir ou causar ansiedade, desencadeando-se em situações específicas. Já na ansiedade-traço, ela pode se manifestar em situações diferentes, como: parte da personalidade, uma tendência de comportamento, uma predisposição do indivíduo a se comportar de forma desproporcional em uma ampla gama de situações (DE RODE JUNIOR, 2002; VASCONCELOS, 1997; HUMANA, 1999; GOÇALVES, BELO, 2007; WEINBERG E GOULD, 2001).

Também de acordo com o mesmo autor Charles Spielberg (1966) a ansiedade de estado é semelhante a energia cinética, isto é, energia em movimento. Ao passo que a ansiedade de traço é semelhante a energia potencial, ou seja, disponível para ação quando o estímulo aparece.

No descrever do seu livro também para Magill (1982), a ansiedade deve ser considerada um termo de traço ou de estado, a de traço é semelhante a uma característica de personalidade em qual a pessoa percebe se a situação é ameaçadora ou não, já a ansiedade de estado é como o indivíduo reage com uma situação, é como ele se sente quando está frente a uma tensão, preocupação ou medo.

O nível de ansiedade para qualquer tarefa deve ser determinado com a complexidade com que a mesma é executada. Tarefas com complexidade alta são desempenhadas melhores quando os níveis de ansiedade forem mais baixo. A relação exata entre ansiedade e desempenho motor deve-se levar em conta a importância da situação para o atleta e a incerteza do resultado do jogo (MAGILL, 1984)

A ansiedade, a motivação, o medo, variam dependendo de como o atleta avalia determinada situação ocorrida em partidas dentro e fora de casa. Quando houver pressões externas associadas a emoções não controladas, haverá um maior estresse alterando o rendimento dos jogadores durante os jogos.

O futebol é um dos esportes mais populares em todo o mundo, sendo praticado em várias culturas e promovendo a integração social. Com os passares dos anos, o esporte apresentou um alto nível de desenvolvimento, de certa forma que na atualidade é necessário uma preparação maior para que os atletas consigam

atingir seu objetivo dentro de campo de acordo com as expectativas da comissão técnica, conseguindo mostrar uma superioridade sobre os adversários que pode ser relativa no resultado final das partidas.

No futebol a busca por vitórias se torna cada vez mais significativa, qualquer vantagem é vista como diferencial em cada partida. As vantagens físicas e táticas são as mais tradicionais entre os clubes, mas os treinadores buscam também por outros meios como vantagens psicológicas para obter melhor resultado.

De acordo com (COURNEYA; CARRON, 1992; POLLARD, 2006) alguns fatores criam vantagens psicológicas em jogos dentro de casa, como familiaridade com o gramado, fator viagem e influência da torcida.

Portanto é preciso ter uma preparação voltada para suprir também as dificuldades psicológicas, psíquicos, sociais que afetam principalmente jogadores mais inexperientes para que os mesmos não diminuam seus rendimentos devidos as pressões de estímulos externos principalmente em partidas fora de casa onde eles lidam com mais fatores que podem estabiliza-los (MACHADO, 1997).

2. OBJETIVO

Objetivo geral: Analisar os fatores extrínsecos e intrínsecos que podem gerar ansiedade em jogadores de futebol.

Objetivos específicos: Analisar as possíveis relações entre mando de jogo, níveis de ansiedade e desempenho esportivo.

3. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

O presente estudo foi realizado no método com caráter de revisão bibliográfica e documental, com o intuito de fundamentar o objetivo do projeto. Segundo Thomas e Nelson (2002), as características deste tipo de estudo demonstram ser fundamental para quem deseja abordar a temática com maior aprofundamento. Selecionando matérias de cunho científico e outros conteúdos, tais como artigos, livros, filmes, jornais, revistas reportagens, dissertações e teses.

Desta forma, a pesquisa contou com a seleção de conteúdos por meio de sites eletrônicos e periódicos/plataformas de busca como o PubMed, BvSalud, SPORTDiscus, Scopus, Google Acadêmico e Scielo, bem como livros/autores clássicos da psicologia do esporte, reportagens em meios renomados e confiáveis. Como critério de inclusão foi estabelecido a seleção de trabalhos referentes aos últimos 6 anos de publicação e que atendiam ao objetivo da pesquisa. Assim é válido ressaltarmos que espera-se que o presente aborde conteúdos nacional e internacional.

Assim, espera-se que o presente estudo possua maior embasamento por meio de materiais fidedignos, contribuindo com maior aprofundamento e compreensão acerca da temática da pesquisa, facilitando o alcance dos objetivos previamente traçados.

4. REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

A partir deste capítulo, utilizaremos recursos de pesquisa bibliográfica (GIL, 1994), por meio de artigos, publicações e obras já publicadas referentes à temática abordada no trabalho, abordando a ansiedade dos jogadores de futebol dentro e fora de casa. Desta forma, ao elaborar cada capítulo detalhadamente, é possível aprofundar os temas propostos para melhor compreensão.

4.1 PSICOLOGIA DO ESPORTE

A Psicologia do esporte pode ser definida como pesquisa e conhecimento aplicado, que é adquirido por meio da relação entre os indivíduos no ambiente esportivo e seu comportamento (WEINBERG; GOULD, 2017).

Quando estamos em um ambiente esportivo, o qual apresenta uma variedade de distúrbios externos, há uma facilitação que aspectos psicológicos influenciem o comportamento dos atletas na realização de tarefas (ROSE, 2002). Segundo Cratty (1984), esses distúrbios ocorrem direta (quando a causa é paralela aos humanos) ou indiretamente (quando a causa está relacionada a outro meio e interfere no indivíduo) e podem afetar o resultado, tanto causando um impacto positivo ou negativo sobre o comportamento pessoal no final da execução da tarefa.

Quais fatores psicológicos podem ser causados por interferências externas no ambiente esportivo? Esta é uma pergunta comum quando pensamos no quanto as emoções afetarão o desempenho atlético, levando a mudanças nas pontuações de iniciante e de alto desempenho.

Para melhor entender a resposta a essa questão, devemos entender que fatores externos são variáveis, como pressão da multidão, influência da família, tomada de decisões e comportamento, que também podem ser chamados de fatores hipercompetitivos (ROSE, 2002). Além desses fatores, os atletas também vivenciam emoções diversas, como ansiedade, medo e vergonha (DOBRÁNSZKY; MACHADO, 2001; BROCHADO, 2002) principalmente em períodos competitivos.

Quando se observa em uma partida de futebol, uma infração que resultará na cobrança de uma penalidade, pode haver uma alternância de ansiedade por parte do atleta responsável por executar a tarefa, afetando diretamente o resultado da

partida, podem-se usar como exemplo as alterações comportamentais afetadas por fatores psicológicos (CEDRA; SÉRIO, 2008; ALMAS, 2015).

No entanto, ainda pode haver dúvidas. E como lidar com essa situação? A resposta está no uso da psicologia do esporte para desenvolver habilidades Psicológicas.

A psicologia do esporte é amplamente utilizada por profissionais do esporte para desenvolver as habilidades mentais dos atletas para que eles "se auto-regulem" (WEINBERG; GOULD, 2017). Isso ocorre quando os atletas conseguem entender os efeitos psicológicos do exercício físico, controlá-los e reverter possíveis situações negativas favorecendo a obtenção de resultados positivos em jogos ou competições (WEINBERG; GOULD, 2017).

4.2 ANSIEDADE

A partir do nascimento o ser humano já depara com a ansiedade na sua vida, que influenciada por fatores como stress, trabalho, esporte, busca de resultados e uma infinidade de outros, vão se tornando cada vez mais frequentes com o decorrer dos anos.

Weinberg e Gould (2001 apud SILVA et al., 2014), apontam ainda que há um componente de pensamento chamado de ansiedade cognitiva, e outro, de ansiedade somática.

"A ansiedade cognitiva diz respeito as expectativas negativas, por parte do atleta, a cerca de seu desempenho, enquanto a ansiedade somática se refere aos aspectos fisiológicos da experiência de sentir-se ansioso, os quais provocam diferentes alteração da função autonômica. (FERNANDES; VASCONCELOS – RAPOSO; FERNANDES, 2012)"

Ainda em relação a ansiedade dois conceitos são empregados: Ansiedade de traço, Ansiedade de estado. Para De Rose Junior e Vasconcellos (1997), a ansiedade de traço está relacionada a personalidade, é uma característica permanente, já a ansiedade de estado é um componente em constante variação, que depende das circunstâncias.

A ansiedade-traço é uma predisposição do indivíduo para perceber uma situação ameaçadora ou não. A ansiedade-estado reflete como o indivíduo responde a uma situação particular. Tanto a ansiedade de traço como a ansiedade-estado podem ser relacionadas com o desempenho motor por meio da hipótese do U invertido, que propõe que níveis muito altos e níveis muito baixos de ansiedade, se associam a níveis baixos de desempenho máximo. (MAGGIL 1984).

A ansiedade muitas vezes é descrita como agitação ou um aumento da atividade muscular, influenciando assim o sono, a coordenação motora, a performance e resultados positivos.

4.3 ANSIEDADE X COMPETIÇÃO

No meio esportivo, independente da modalidade praticada, da idade, do sexo e do nível do atleta, a ansiedade (tanto pela ausência ou pelo excesso) é um dos fatores psicológicos que mais interfere o rendimento do atleta, provocando vários efeitos físicos e motores desfavoráveis que modificam sua performance de resultado.

A ansiedade pode ser determinante, provinda de vários fatores pessoais (conflito familiar, pressão da torcida, familiaridade com o campo, vestiário, arbitragem) e físicos (lesão, falta de habilidade, mal preparo físico, mal estar), esses fatores precisam ser considerados e trabalhados dentro do grupo através de um apoio psicológico, pois nem sempre a antecipação receosa de algo negativo se tornará real e acontecerá.

Alguns autores definem a ansiedade de forma semelhante, como por exemplo: Davidoff (1983) e Civita (1973), a ansiedade é uma emoção caracterizada pela sensação de antecipação do perigo, tensão e dor das pessoas e pela vigilância do sistema nervoso simpático. É um estado de medo vago e universal, independente de estímulos externos. Segundo Nemiah (1976), A ansiedade é uma terrível antecipação de coisas desagradáveis que surgirão no futuro. O grau em que a ansiedade se manifesta em uma determinada situação deve ser considerado em relação à pressão exercida, o nível de habilidade do atleta e a natureza da atividade realizada.

Experimentos recentes usam equipamento eletrônico para medir a energia muscular (eletro miógrafo), que, junto com novos testes de ansiedade-traço e ansiedade-estado, visa determinar como a tensão muscular e as respostas musculares necessárias no esporte (atletismo) estão relacionadas à ansiedade. O estudo de Weinberg e Hunt (1976) apud CRATTY (1984) mostrou que, em comparação com sujeitos menos ansiosos, sujeitos muito ansiosos mostraram tensão muscular excessiva e quando confrontados com uma tarefa mensurável quando, "Qualidade do esporte comum". Quando a tensão é introduzida na forma de possível falha, um maior nível de ansiedade é obtido na resposta de sujeitos muito

ansiosos, bem como um uso diferente da energia neuromuscular para realizar a tarefa (arremesso). Comparados sujeitos com níveis de baixos e alta ansiedade, constata-se que aqueles que apresentaram alta ansiedade tem maior tensão muscular do braço após o arremesso, e seus flexores e extensores não estavam coordenados (um relaxado e o outro tenso). De acordo com Kaplan & Sadock (1990), os sintomas dos transtornos de ansiedade variam de pessoa para pessoa. Esses autores apontaram que os sintomas mais comuns são divididos em três categorias, organizadas da seguinte forma:

FISIOLÓGICOS	PSICOLÓGICOS	COMPORTAMENTAIS
Frequência cardíaca: Taquicardia ou bradicardia	Emocionais: Labilidade e exagero do humor	Aumento ou diminuição no número de movimentos
Frequência respiratória: taquipnéia ou bradipnéia	Agressividade	Voz quebrada
Aumento da pressão arterial	Indiferença, passividade	Tiques nervosos
Maior ativação cerebral	Insatisfação e choro	Aumento ou diminuição na precisão de movimentos
Aumento ou diminuição da tensão muscular	Cognitivos: Dificuldade de compreensão das instruções.	Problemas alimentares e náuseas
Frequente necessidade de vácuo e urinar	Confusão mental.	Diminuição do endurance
Aumento do consumo de O ₂	Problemas de tomada de decisões.	Letargia
Aumento de açúcar e adrenalina no sangue	Limitação da visão periférica e perturbação de direção da atenção.	
Transpiração intensa e dor de cabeça	Esquecimento e pensamento negativo.	

Existem vários estudos científicos que acompanham o resultado que a ansiedade acarreta na performance desportiva. Tubino et al. (1980), já se preocupava com a ansiedade ocorrida antes das competições, a qual pode exercer

influencia negativa ou positiva no comportamento e mecanismo psicológicos do atleta (síndrome pré agonística).

A ansiedade na dosagem certa é favorável, pois ela ocasiona a secreção da adrenalina, devido ao funcionamento acelerado das glândulas supra renais, com isso haverá uma pré disposição dos grupos musculares para executar o movimento. Porém a ausência ou excesso do fator ansiedade pode levar a sérios prejuízos e interferir na performance do atleta durante as competições, a ansiedade excessiva poderá levar os jogadores a obter resultados negativos na disputa, enquanto a ausência provocara uma falta de atenção sendo também prejudicial.

5. RESULTADOS E DISCUSSÃO

O desenvolvimento do presente estudo possibilitou uma análise de como fatores psicológicos influencia no resultado final de uma partida de futebol, dentro ou fora de casa. Como resultado final, constatou se que os atletas de futebol apresentam um aumento ou diminuição da ansiedade em jogos dentro ou fora de casa, devido a fatore extra campo.

Gomes (2016), sugere que para os resultados sejam positivos é necessário que os treinadores estejam cientes do motivo que levam os atletas às práticas esportivas. Cada atleta tem diferentes níveis de motivação, ansiedade, desempenho, por tanto, reagem de maneira diferente, influenciando na sua performance.

Está evidente, na literatura segundo Nevill e Holder (1999), Junior (2002), Melo (2011), Beça (2010), Bokyo (2007) e Colombo (2011), que a equipe que detém o mando de jogo tem maior número de vitórias que a equipe visitante. Os fatores que nos ajuda a compreender o porquê da vantagem dos times que jogam em casa são: viagem, hospedagem, campo de jogo, pressão da torcida, postura da arbitragem.

A ansiedade no contexto esportivo é um dos fatores psicológicos de muita relevância para os atletas, pois suas diferentes formas de manifestação poderão ou não os influenciar no momento da competição. Segundo Weinberg e Gould (2017), uma das principais causas da ansiedade é justamente a importância do momento, ou seja, quanto maior a importância, maior a probabilidade de os atletas apresentarem elevado nível de ansiedade.

De acordo com Diaz e Fonseca (1910), as principais fontes de ansiedade estão relacionadas com aspectos ligados à natureza da competição, pressões externas e ao seu próprio desempenho. Para Santos et al. (2013), a ansiedade surge em resposta a maneira como a pessoa avalia e interpreta uma situação. Assim estudar a ansiedade é de extrema importância para conseguir os resultados almejados e auxiliar durante o processo de treinamento os técnicos e dirigentes esportivos a orientar a conduta dos atletas.

Os resultados da pesquisa também direcionam quais são os fatores e comportamentos psicológicos que os atletas apresentam em partidas de futebol dentro ou fora de casa, no qual os motivos mais apontados é a ansiedade.

Cada vez mais o estado de ansiedade do atleta e seu possível relacionamento com o desempenho esportivo do mesmo tem sido foco de pesquisa de vários autores como mencionados na tabela 1 a seguir.

Paludo (2016) buscou analisar a possível influencia em que a condição de jogo dentro ou fora de casa e a fase do campeonato interferem no grau de ansiedade modificando no desempenho esportivo do atleta.

Barreira (2018) e Leite; Pollard (2020) contataram que há maior vantagem domestica, devido ao maior número de resultados positivos. Já Jang (2018) aponta em seu estudo que jogos em territórios adversários aumenta a ansiedade dos atletas. Com isso o presente estudo analisou os fatores extrínsecos e intrínsecos que podem gerar ansiedade em jogadores de futebol e mostram que times de futebol que jogam fora de casa tem desvantagens dos times que jogam em casa, resultando no resultado final das partidas.

A maioria dos autores citados na tabela abaixo mencionam que alteração fisiológica, motora e psicológica interferem diretamente no resultado da partida.

Tabela 1. Fatores psicológicos associados a partidas dentro e fora de casa

Referência	Tipo de estudo	Participantes (N, sexo, faixa etária)	Metodologia	Principais Resultados
Paludo (2016)	D – T	16 M Sub 20	Questionário escala Likert; Competitive state anxiety inventory (CSAI-2)	Relação positiva e significativa da excitação fisiológica e de desempenho dos atletas
Jang (2018)	D – LO	336 profissionais (H)	Comparação de análise de grupo	Jogos fora de casa aumenta significativamente a ansiedade no atleta.
Barreira (2018)	D – T	280 partidas, Atletas do campeonato brasileiro; 259 partidas, atletas da copa do brasil; 241 partidas, atletas do paulistão. (M)	Teste de análise de variância	Conclui que existe maior resultados em casa do futebol feminino no Brasil.

Serrano; Reis; Fonseca; Honório; Batista (2019)	D – LO	(H) - 35 atletas, (11 e 12anos) 50 atletas, 18 a 35anos)	Competitive state anxiety inventory (CSAI-2)	Relações positivas entre ansiedade cognitiva e somática. Correlações negativas entre ansiedade cognitiva, somática e autoconfiança.
Leite; Pollard (2020)	D – QL	(M) 1 e 2 liga em 10 países	Estatística de Cohen	Vantagem doméstica dos dois níveis.
Paludo; Rabelo; Batista; Maciel; Simões (2020)	D – LO	14 Atletas (H) Sub 20	Questionário CSAI-2R	Os dados mostram que a localização do jogo afeta as respostas hormonais.

Abreviações presentes na tabela: D, descritiva; T, transversal; QL, qualitativa; LO, levantamento de opinião; M, mulheres; H, Homens

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Por meio do presente estudo, mostra-se uma relação entre o desempenho do atleta e as influências de fatores intrínsecos e extrínsecos, podendo esta contribuir ou não para o resultado final.

Os fatores extra campo que ocasionalmente ocorrem em partidas dentro ou fora de casa pode interferir no jogo, por isso a preparação para cada partida precisa ter uma atenção voltada também para o lado psicológico.

Seria de extrema importância que os clubes de futebol, enfatizassem mais o trabalho voltado para psicologia do esporte, a partir das categorias de base, para que os jogadores conseguissem lidar melhor com os aspectos adversos (dentro e fora de casa) que influenciam em seu desempenho.

Também dar oportunidade para que se realize mais pesquisas feitas diretamente com atletas vivenciando seu dia-dia para entender melhor fatores psicológicos que podem afetar o resultado do jogo.

Atletas de futebol devem saber, como fazer e quando fazer, mostrando que eficiência, eficácia estão constantemente relacionadas. Embora seja bem treinada tática, técnica e fisicamente, os atletas não respondem da mesma maneira aos estímulos externos durante uma competição, pois a pressão passa para área emocional.

Conclui-se que a ansiedade pode afetar no desempenho esportivo, concordando com as teorias do estudo que está sendo mencionado. Entende-se, desta forma que para obter resultados positivos é fundamental que atletas e técnicos conheçam o estado ansioso e saibam como lidar com suas emoções durante a competição.

Lidar com essa situação são aspectos importantes que tende a ser facilitados quando se utiliza de meios, tais como a psicologia esportiva para que a motivação e confiança superem os aspectos negativos da ansiedade, resultante a influência, do atleta de futebol, jogar dentro ou fora de casa.

7. REFERÊNCIAS

- BARREIRA, J. **Vantagem de jogar em casa no futebol feminino: uma análise de três importantes campeonatos no Brasil**. Revista Brasileira de Ciência e Movimento, v. 26, n. 3, p. 83-87, 2018.
- BOYKO, R. H.; BOYKO, A. R.; BOYKO, M. G. Referee bias contributes to home advantage in English Premiership football, **Journal of Sports Sciences**, 25:11, 1185-1194, 2007.
- CARLET, R. **Fator local e sua influência no futebol: análise quantitativa do campeonato brasileiro série A**. RBFF-Revista Brasileira de Futsal e Futebol, v. 7, n. 26, p. 399-407, 2015.
- CAROLINA-PALUDO, A; NUNES-RABELO, F; BATISTA, M, M; MACIEL, I, R; TARTARUGA, M, P; SIMÕES, A, C. Game location effect on pre-competition cortisol concentration and anxiety state: A case study in a futsal team. **Revista de psicologia del deporte**, v. 29, n. 1, p. 0105-112, 2020.
- CAROLINA-PALUDO, A. **Esporte e ansiedade pré-competitiva: uma análise dos parâmetros psicofisiológicos e sua relação com o desempenho esportivo em atletas profissionais de futsal**. Tese de Doutorado. Universidade de São Paulo.
- CLEMENTE, K, A, P; SOUZA, J, I; FERNANDES, R, L, P; SILVA, A, M, B. Ansiedade no Contexto Esportivo e de Exercício Físico: uma revisão sistemática. **Psicologia Argumento**, v. 35, n. 90, 2019.
- COLOMBO, P. A Influência do Fator Local nos Jogos de Futebol do Campeonato Brasileiro da Série A nos Anos de 2004 a 2010. Monografia (Graduação) – Curso de Educação Física, Departamento de Educação Física, UFRGS, Porto Alegre, 2011.
- CRATTY, B. J. **Psicologia do Esporte**. 2. Ed. Rio de Janeiro: Prentice-Hall do Brasil, 1984.
- DA SILVA, M, M, F; VIDUAL, M, B, P; AFONSO, R, O; YOSHIDA, H, M; BORIN, J, P; FERNANDES, P, T. Ansiedade e desempenho de jogadoras de voleibol em partidas realizadas dentro e fora de casa. **Journal of Physical Education**, v. 25, n. 4, p. 585-596, 2014.
- DICKEL, J, R. A influência do fator local de jogo no resultado final da partida na liga nacional de futsal. **TCC**. 2012.
- FERNANDES, M.G.; VASCONCELOS-RAPOSO,J.; FERNANDES, H. M. Propriedades psicométricas do CSA1-2 em atletas brasileiros. **Psicol. Reflex. Crit.**, Porto Alegre, v.25, n. 4, p.679-687,2012.
- INTERDONATO, G, C; OLIVEIRA, A, R; JÚNIOR, C, C, L; GREGUOL, M. Análise da ansiedade traço competitiva em jovens atletas. **Conexões: Educação Física, Esporte e Saúde**, v. 8, n. 3, p. 1-9, 2010.

JUNIOR, P, C, N; NASCIMENTO, C, F; BAHIANA, F, F. A ansiedade em atletas de ginástica artística em períodos de pré-competição e competição. **Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício**, v. 11, n. 2, p. 73-80, 2012.

JUNIOR, D. R. **Análise Estatística de jogos de basquetebol: o Fator “Mando de jogo**. **Revista Digital**, Buenos Aires, Ano 8, Nº 54, Novembro de 2002.

MAGILL, R, A. **Aprendizagem motora: Conceitos e aplicações**, Erick Gerhard Hanitzsch. São Paulo, Editora Edgard Blucher LTDA, v. 11, n. 2, p. 242-249, 1984.

MARTINES, G, A; VALINI, L, G; TRAMULTULA, J, C, N. **Influência da ansiedade na performance de jogadores de futebol**. *Revista MotriSaúde*, v. 1, n. 1, 2018.

MELO, N. O. Vantagem de Jogar em Casa no Voleibol de Elevado Rendimento. Monografia (Graduação) – Curso de Educação Física, Departamento de Educação Física, UFRGS, Porto Alegre, 2011.

MORAES, L. **Ansiedade e desempenho no esporte**. *Revista Brasileira de Ciencia e Movimento*, Brasília, DF, v. 4, n.2, p.51-56, 1990.

NEVILL, A.M.; R.L. **Home advantage in sport: Na overview of studies on the advantage of playing at home**. *Sports Medicine*, 28 (1999), pp. 221-236

SAMULSKI, D. **Psicologia do esporte e aplicação prática**. Vol. 1. Belo Horizonte, 1992.

SAMULSKI, D. **Psicologia do esporte**, Barueri, SP: Manole, 2002.

SERRANO, J; REIS, R; FONSECA, T; PAULO, R; HONÓRIO, S; BATISTA, M. **Pre-Competitive Anxiety: A comparative study between «Under 12» and Senior teams in football**. *Revista RETOS*, n. 36, p. 318-326, 2019.

SILVA, C, D; MEDEIROS, N, C; SILVA, A, C, D. Vantagem em casa no campeonato brasileiro de futebol: efeito do local do jogo e da qualidade dos times. **Rev. bras. cineantropom. desempenho hum**, p. 148-154, 2010.

SONOO, C, N; GOMES, A, L; DAMASCENO, M, L; SILVA, S, R; LIMANA, M, D. Ansiedade e desempenho: um estudo com uma equipe infantil de voleibol feminino. **Motriz: Revista de Educação Física**, v. 16, n. 3, p. 629-637, 2010.

SOUZA, M, A, P; TEIXEIRA, R, B; LOBATO, P, L. Manifestação da ansiedade pré-competitiva em nadadores amadores. **Journal of Physical Education**, v. 23, n. 2, p. 195-203, 2012.

VERZANI, R, H; MORÃO, K, G; BAGNI, G; SCHIAVON, M, K; MACHADO, A, A. O Estudo da ansiedade em goleiros da modalidade Futebol de campo. **Coleção Pesquisa em Educação Física, Várzea Paulista**, v. 11, n. 4, p. 151-158, 2012.

Vinicius G. Antonio
(Discente)

Joacko Filho
(Coorientador)

[Signature]
(Orientador)